بانک جامع اطلاعات

دارویی


بسم الله الرحمن الرحیم

بانک جامع اطلاعات دارویی

نویسنده:

واحد تحقیقات مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

ناشر چاپی:

مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

بانک جامع اطلاعات دارویی

مشخصات کتاب

سرشناسه:مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، ۱۳۹۰
عنوان و نام پدیدآور:بانک جامع اطلاعات دارویی/ واحد تحقیقات مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان
مشخصات نشر:اصفهان:مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان ۱۳۹۰.
مشخصات ظاهری:نرم افزار تلفن همراه و رایانه
وضعیت فهرست نویسی : فهرستنویسی قبلی یادداشت : فهرستنویسی براساس اطلاعات فیپا.
یادداشت : کتابنامه موضوع : پزشکی -- تحقیق -- روش‌شناسی موضوع : پزشکی -- راهنمای آموزشی

داروهای گیاهی رسمی ایران

چای کیسه ای لاکسان

Cassia Angustifolia

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

سنا دارای اثرات مسهلی و ملین می باشد و از آن در درمان یبوست و به منظور تخلیه روده قبل از اعمال جراحی استفاده می شود.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲ گرم برگ سنا (Senna - Cassia Angustifolia) می باشد.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته سنا به عنوان مسهل و موثر در درمان بواسیر بکار می رفته است.

مواد موثره:

برگچه های سنای ایرانی حداقل ۲ درصد گلیکوزیدهای هیدروکسی آنتراسن دارد که قسمت عمده آن را سنوزیدهای آ و ب تشکیل می دهند.

آثار فارماکولوژیک:

برگ سنا از دسته ملینها محرک می باشد ، گلیکوزیدهای آنترا کینونی سنا پس از هضم ، هیدرولیز شده و آنتراکینون آزاد و فعال ایجاد می نماید.این عمل بدین صورت انجام می شود که بخشی از گلیکوزید های آنتراکینونی سنا از روده کوچک جذب شده ، در کبد هیدرولیز می شود و آنتراکینون فعال حاصله به داخل کولن ترشح می شود.

مقدار مصرف:

مصرف این چای قبل از خواب بهتر است و به عنوان مسهل از دو عدد تی بگ استفاده شود.

دستور مصرف:

یک کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۱۰ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده و محتوی فنجان را

که مایعی به رنگ چای می باشد میل نمایید.

عوارض جانبی:

سنا ممکن است سبب ناراحتیهای شکمی خفیفی مثل قولنج یا کرامپ گردد. مصرف طولانی مدت یا بیش از میزان تجویزی می تواند سبب اسهال همراه با از دست رفتن آب و الکترولیتها بویژه پتاسیم شده و با پیشرفت آن عارضه کولون با ضعف عملکرد ایجاد شود.

موارد منع مصرف:

در خانم های شیرده و همچنین در حساسیت نسبت به دارو ،تهوع ، استفراغ یا دیگر علائم آپاندیسیت ،جراحی حاد شکمی ، انسداد روده أی ناشی از سفت شدن مدفوع و سایر موارد انسدادی و درد غیر مشخص شکمی توصیه نمی گردد.

چای کیسه ای ملیس

Melissa Officinalis

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

بادرنجبویه دارای اثرات آرام بخش ، ضد اسپاسم ، ضد باکتری و ضد ویروس می باشد و در درمان اختلالات گوارشی و قلبی با منشا عصبی و اضطراب مورد استفاده قرار می گیرد.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

دم کرده این گیاه به صورت سنتی در رفع بی خوابی و اضطراب مصرف می شود.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۵/۲ گرم پودر ملیس (Melissa Officinalis) می باشد.

مواد موثره:

روغن فرار از مهمترین گروه ترکیبات موجود در برگ بادرنجبویه می باشد که دارای رنگ زرد و بویی مطبوع شبیه لیمو است که ۰۲/۰ – ۳/۰درصد وزن خشک را تشکیل می دهد.

آثار فارماکولوژیک:

بادرنجبویه دارای آثار آرامبخش ، ضد باکتری و ضد اسپاسم است . احتمالا عامل افزایش بازده صفرا توسط کبد ، ترکیبات پلی فنلی موجود در گیاه است.

مقدار مصرف:

۳ بار در روز

دستور مصرف:

یک کیسه را داخل یک فنجان آب جوش قرار داده و مدت ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را با قند میل نمایید.

چای کیسه ای قرقات

Vaccinium Arctostaphylos

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

در کاهش قند خون (دیابت نوع II) موثر است و آنتوسیانوزیدهای موجود در آن مقوی و محافظ عروق بوده ، در درمان اختلالات عروقی و بیماریهای غیر التهابی شبکیه به کار می رود.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب سنتی ایران دم کرده میوه این گیاه جایگاه ویژه أی در کاهش قند خون و فشار خون دارد.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۳ گرم میوه قرقات (Vaccinium Arctostaphylos) می باشد.

مواد موثره:

ترکیبات آنتوسیانینی و فلاونوییدی ، مواد موثره میوه های این گیاه را تشکیل می دهند.

آثار فارماکولوژیک:

مشاهدات بیوشیمیایی تشکیل کمپلکس بین آنتوسینوزیدها و بعضی از فسفولیپیدها را نشان داده است . داده های بیوشیمیایی و بافت شناسی نشان می دهد که آنتوسیانوزیدها از تغییرات دیواره های عروقی با دو مکانیسم حفاظت می کنند.

مقدار مصرف:

۲ بار در روز

دستور مصرف:

یک کیسه را نیم ساعت قبل از غذا در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی صورتی رنگ با طعم مطبوعی می باشد میل نمایید.

نکته قابل توجه:

این چای همیشه باید نیم ساعت قبل از غذا مصرف شود تا بیشترین اثر را ظاهر سازد.

عوارض جانبی:

عوارض جانبی گزارش نشده است.

چای کیسه ای شیرین بیان

Liquorice

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

از شیرین بیان در درمان التهاب و زخم معده ، همچنین بعنوان خلط آور ، ضد التهاب ، طعم دهنده و شیرین کننده استفاده می گردد.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته شیرین بیان در التیام زخم، تسکین سرفه، تسکین درد و رفع التهاب معده مورد مصرف قرار می گرفته است.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲.۵ گرم پودر ریشه شیرین بیان (Liquorice) می باشد.

مواد موثره:

ریشه شیرین بیان دارای گلوکز و ساکاروز (۳ الی ۵ درصد)، آسپاراژین ، رزین ، کومارینها ، اسیدهای هیدروکسی سینامیک می باشد.

آثار فارماکولوژیک:

فلاونوییدها: اثرات آنتی اسپاسمودیک عصاره شیرین بیان و خنثی نمودن آثار هیستامین ثابت شده است که قسمت عمده این اثرات و اثر حفاظتی زخمها مربوط به فلاونوییدهای عصاره می باشد.

گلیسیریزین: این ماده خواص ساپونوزیدها را داراست.از راه خوراکی براحتی تحمل شده و خاصیت خلط آوری عصاره شیرین بیان مربوط به این ماده می باشد . در درمان طولانی زخم معده به وسیله عصاره این گیاه معمولا ادم ظاهر می شود.این امر مربوط به احتباس آب و یونهای سدیم و کلر و حذف شدید یونهای پتاسیم و کاهش ترشح ادرار می باشد .

مقدار مصرف: ۲ بار در روز

دستور مصرف:

یک کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی زرد رنگ می باشد میل نمایید.

عوارض جانبی:

احتباس آب و نمک و در نتیجه افزایش فشار خون عروقی و کاهش ادرار از عوارض آن است..

موارد منع مصرف:

نمی تواند مورد مصرف طولانی مدت قرار گیرد و در بیماران با اختلالات قلبی -عروقی و مبتلا به فشار خون باید با احتیاط مصرف گردد.

چای کیسه ای چای سبز

Camellia Thea

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

پلی فنول های چای قادر است جذب کلسترول را مهار کند و از تخریب Catecholamin جلوگیری نماید و باعث تخریب تری گلیسیرید ها در بافت چربی که به موجب آن وزن کاهش می یابد، می شود .چای سبز آشامیدنی تحریک کننده است که باعث آرامش شده و خستگی عضلانی و روانی را بر طرف می نماید و می توان آن را در هنگام تب (هیجان) استفاده کرد. کافیین موجود در چای اثر ادرارزایی بر روی کلیه ها دارد و دفع را تحریک می کند. بنابراین گمان می رود کمکی برای هضم و آرامش برای استرس های بعد از مصرف غذا است.

دم کرده چای سبز فعالیت آنتی باکتریالی را بر روی تعدادی باکتری نشان می دهد و درمانی برای اسهال خونی است. بدون شیر و

شکر چای سودمند برای درمان اسهال است ولی همراه با شیر و شکر چای به صورت یک ملین (ضد یبوست) عمل می کند.
EGCG (Epigallocatenin Gallat) همچنین از رشد تومور ها در سرطانهای مری، معده و روده جلوگیری می کند و مصرف ۵ گرم چای در هر روز می تواند سنتز نیتروز آمین را کاهش دهد، ویتامین C و پلی فنولها، به خصوص کاتنین ها سنتز Endogenous نیتروز آمین ها را بلوک می کنند.میزان بالای سلنیم در چای یکی از علل شیوع پایین سرطان در ژاپن است.
گزارش شده است که عصاره چای بسیار موثر تر از ترکیبات فلوراید در جلو گیری از پوسیدگی دندان می باشد.
موارد استعمال در پزشکی گذشته:
در طب سنتی ایران دم کرده چای سبز جهت کاهش چربی خون و ضد چاقی مصرف می شود.
اجزای فراورده:
هر کیسه حاوی ۲.۵ گرم برگ چای سبز (Camellia Thea) می باشد.
مواد موثره:
کافیین، پلی فنول ها، آلکالویید باز پورین، کاروتن، ریبوفلاوین، نیکوتنیک، پانتوتنیک، آسکوربیک اسید مواد موثره برگهای این گیاه را تشکیل می دهند.
آثار فارماکولوژیک:
بیش از ۷۰٪ از بیماران دیابتی که تحت کنترل قند بودند رهایی از درد و کرختی همراه با سوزش و خارش را در پاها نشان دادند و هیچ گونه اختلال در خواب آنها مشاهده نشد و افزودن چای سبز در رژیم غذایی این بیماران احساس خوب بودن و شادابی ایجاد کرد و بدین گونه چای سبز به عنوان یک رها ساز از درد و حس کوفتگی و سوزش در بیماران دیابت عصبی شناخته شد.
مقدار مصرف: ۳ بار در روز
دستور مصرف:
یک کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را میل نمایید.
عوارض جانبی: عوارض جانبی گزارش نشده است.

چای کیسه ای گاوزبان

Echium Amoenum

اشکال دارویی:
عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی
موارد مصرف:
سنبل الطیب دارای آثار آرام بخش ، خواب آور و ضد اسپاسم بوده و در درمان مواردی چون : بیقراری ، مشکلات عصبی برای خوابیدن ، فشار عصبی و کولیک های گوارشی مورد استفاده قرار می گیرد.
از گل گاوزبان در درمان علائم سرماخوردگی و همچنین به عنوان آرام بخش استفاده می شود.
موارد استعمال در پزشکی گذشته:
در طب گذشته سنبل الطیب بعنوان آرامبخش ، خواب آور و رفع تشنج کاربرد داشته است.
در طب گذشته از گاوزبان به عنوان نشاط آور، آرامبخش، مدر و بر طرف کننده علائم سرماخوردگی استفاده می کرده اند.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲ گرم پودر ریشه سنبل الطیب (Valeriana Off.) و گل گاوزبان (Echium Amoenum) می باشد.

مواد موثره:

ترکیب یا ترکیبات مسئول اثر بخشی در سنبل الطیب (Valeriana) را والپوتریات ها (Valepotriates) و بالدرینال و ایزو والترال می دانند که هر یک از گروههای مختلف ترکیبات، مسئول بخشی از اثرات فارماکولوژیک فوق هستند.(ریشه سنبل الطیب حاوی اسید والریانیک است.)

گل گاوزبان دارای موسیلاژ به میزان ۵-۳ ٪، فلاونوئید ۰.۱۵٪ و آنتوسیانین با آگلیکون دلفینیدین و سیانیدین به میزان ۱۳.۴۳٪ و به مقدار ناچیز آلکالوئید از دسته پیرولیزیدین است.

آثار فارماکولوژیک:

مطالعات انجام شده بر روی انسان اثرات آرام بخشی سنبل الطیب را تائید می کند .همچنین فعالیت ملایم خواب آوری بر روی افراد طبیعی بی خواب و افرادی با خواب غیر طبیعی را نشان می دهد، به علاوه مطالعات انجام شده نشان می دهد که سنبل الطیب زمان شروع خواب را کوتاه می کند. همچنین بی نظمی خواب ، زمان بیداری بعد از خواب و بیدار شدن مکرر در طول خواب و کیفیت خواب را اصلاح می کند .

مقدار مصرف: حداکثر ۳ بار در روز

دستور مصرف:

یک یا دو کیسه را در یک فنجان آب جوش قرار داده ۱۰ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی با بوی مطبوعی می باشد با قند میل نمایید.جهت خارج شدن کامل مواد موثره می توان از روش دم کردن روی چراغ استفاده کرد.

عوارض جانبی:

نباید در موقع حاملگی و شیر دهی استفاده شود.

چای کیسه ای رازیانه

Foeniculum vulgare

اشکال دارویی:

پودر (عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

از رازیانه بصورت خوراکی در درمان نفخ ، سو هاضمه و اسپاسم عضلات و همچنین به عنوان خلط آور ، مدر و افزایش دهنده شیر استفاده می گردد . به صورت موضعی نیز بعنوان ضد میکروب (از جمله در درمان التهاب لثه) استفاده شده است.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۳ گرم میوه گیاه رازیانه (Foeniculum vulgare) می باشد.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته رازیانه به عنوان ضد نفخ، مدر، دفع کننده سنگهای مجاری ادراری و افزایش دهنده شیر مورد استفاده قرار می گرفته است.

مواد موثره:

آندوسپرم میوه های رازیانه حاوی قندها ، پروتئین ها ، ۱۲ تا ۱۸ درصد چربی و حدود ۱ تا ۶ درصد اسانس است . اسانس های موجود در این گیاه حاوی Anethol Cymene , Camphene , Carvone , می باشد.

آثار فارماکولوژیک:

میوه های رازیانه دارای نوعی اثر استروژنیک بوده و سبب افزایش وزن و چاقی می شود.میوه و اسانس رازیانه به دلیل دارا بودن آنه تول موجب کاهش یا توقف اسپاسم های دستگاه گوارش و تشدید ترشح شیرابه های گوارشی و در نتیجه بالا رفتن کیفیت هضم می گردد. مجموعه این اعمال سبب رفع سوءهاضمه شده و به تبع آن برخی از بی خوابیها که در اثر اختلالات فیزیکی دستگاه گوارش حادث شده اند ، درمان می یابند . بررسیهای دقیقتر نشان داده اند که اثر أنتی اسپا سمودیک اسانس رازیانه از طریق مهار انقباضات ناشی از استیل کولین و هیستامین صورت می گیرد .عصاره أبی به دست أمده از برگهای رازیانه قادر است فشار خون سرخرگی را بدون أنکه برتعداد ضربانات قلب یا تنفس تاثیر داشته باشد & به طرز چشمگیری کاهش دهد.

مقدار مصرف:

۲ بار در روز

نکته قابل توجه:

چنانچه پیش از غذا میل شود اثر مشهی خواهد داشت.

دستور مصرف:

یک کیسه را نیم ساعت قبل از غذا در یک فنجان آب جوش قرار داده ۵ دقیقه صبر کنید سپس کیسه را پس از فشردن خارج نموده محتوی فنجان را که مایعی سبز رنگ با بوی مطبوعی می باشد میل نمایید.

عوارض جانبی:

رازیانه شیرین محرک و التهاب آور نبوده و نسبتا غیر سمی می باشد. فنچن موجود در رازیانه تلخ اثر محرک موضعی داشته و ممکن است در برخی افراد موجب بروز حساسیت شود.همچنین اسانس رازیانه بیش از ۱ میلی لیتر سبب التهاب ریه ها ، اختلالات تنفسی و تشنج می شود.

چای کیسه ای بابونه

Matricaria Chammomilla

اشکال دارویی:

پودر(عرضه به صورت چای کیسه أی ۲۵ عددی)

موارد مصرف:

بابونه دارای اثرات ضد التهاب, ضد اسپاسم و ضد نفخ بوده,در پیشگیری و درمان زخم معده مصرف می گردد. همچنین به عنوان ضد باکتری, ضد قارچ, آرام بخش و ملین استفاده می شود.

موارد استعمال در پزشکی گذشته:

در طب گذشته بابونه به عنوان ضد التهاب ، برطرف کننده زخمهای دهانی و بثورات جلدی مصرف شده، همچنین در درمان علائم سرماخوردگی و رفع سردرد مورد استفاده بوده است.

اجزای فراورده:

هر کیسه حاوی ۲.۵ گرم گل گیاه بابونه (Matricaria Chammomilla - Chamomill) می باشد.

مواد موثره:

گلهای بابونه ایرانی حداقل ۴/۰ درصد اسانس دارد که قسمت عمده اسانس را آزولن، کاموميلول، ماتریکارین، سزکویی ترپنهای بیزابولول اکسید ، بیزابولون اکسید ، فارنسن ، فارنسول (اسپاتولنول) و کامازولن تشکیل می دهند.

آثار فارماکولوژیک:

گلهای بابونه حاوی گروهی مواد لیپوفیل می باشد که اثر برجسته ضد التهابی دارند و نیز دارای گروهی مواد هیدروفیل با اثر قوی اسپاسمولیتک است. مواد لیپوفیل شامل سزکویی ترپنها(کامازولن) و مواد هیدروفیل شامل فلاونوئیدها (آپی ژنین) و کومارینها می باشد.

فعالیت ضد التهابی عصاره بابونه بیشتر به واسطه ترکیبات ماتریسین(پیشتاز کامازولن) ، بیزابولول و اکسیدهای آن بوده که عمده ترین ترکیبات موجود در عصاره را تشکیل می دهد. این فعالیت به اثر آنتی اکسیدان آنها نظیر آنچه روی مهار پروستاگلاندینها و سنتز لوکوترینها انجام می گیرد ، نسبت داده شده است . اثر اسپاسمولیتیک" أپی ژنین "نسبت به " پاپاورین & "۹۲/۳ برابر قویتر است.

أپی ژنین علاوه برجلوگیری از أزاد سازی هیستامین تشکیل محصولات ۵- لیپواکسیژناز و سیکلواکسیژناز نظیر ۱۲- لیپواکسیژناز را مهار می کند . ضمنا مشخص شده که أپی ژنین می تواند به گیرنده های" بنزودیازپین "متصل شود و اثر ضد اضطراب داشته باشد.

عوارض جانبی:

عوارض جانبی آن نادر بوده به ایجاد واکنشهای آلرژیک بی اهمیت و قابل اغماض منجر می شود

ماسومنت Masoument

اشکال دارویی :

قرص های ۵۰۰ میلی گرمی در بسته های ۱۰۰ و ۲۰ عددی

موارد مصرف :

درمان سرفه با استفاده از گیاهان دارویی در طب گیاهی امری رایج است قرص ماسومنت شرکت ابن ماسویه با ترکیبی از نعناع و شیرین بیان جهت انواع سرفه های خشک و ترشح دار با توجه به فرمولاسیون چند گیاهی (Polyherbal formulation) : جهت افزایش اثر دارو تولید می شود .

اجزاء فرآورده :

نعناع : با نام علمی Mentha piperita از تیره Labiatae دارای ساقه چهارگوش و به رنگ قرمز مایل به بنفش یا مایل به ارغوانی است . قسمت مورد استفاده آن برگ و یا سرشاخه های گلدار است .

شیرین بیان : با نام علمی glycyrrhiza glabra گیاهی است علفی ، پایا و از خانواده پروانه واران papillionaceae ، ریشه آن مورد استفاده قرار می گیرد .

مواد موثره :

نعناع : منتول ، منتون و...

شیرین بیان : گلی سیریزین گلی سیرینیک اسید و...

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

در درمان سرفه های خلط دار نرم کننده ها (demulcent) و ضد عفونی کننده ها (antiseptic) جهت نرم کردن التهابات و کاهش ترشح خلط استفاده می شود . اسانس نعناع که حاوی منتول است بعنوان یک بی حس کننده موضعی جهت کاهش تحریکات موثر است همچنین تا حدودی دارای اثر انتی سپتیکی خفیف است و عموماً بعنوان یک خلط آور تحریکی استفاده می شود منظور از تحریکی (Stimulant Expectorant) اشاره به حالتی است که دارو تقویت کننده و اثر آنتی سپتیکی جهت بازسازی و خروج ترشحات دارد . منتول موجود در اسانس نعناع در فعالیت گیرنده های سرمای موجود در حنجره که در رفلکس سرفه نقش دارند تاثیر می گذارد در نتیجه منتول با ۴ مکانیسم زیر بر سرفه تاثیر دارد .

۱. اثر آنتی سپتیکی ۲. بی حسی موضعی ۳. اثر بر گیرنده سرما موجود در حنجره

۴. مهار تنفسی از طریق تحریک گیرنده های سرما راههای هوایی فوقانی دستگاه تنفسی

شیرین بیان می تواند به طریق مناسبی بعنوان نرم کننده موثر باشد اما مشتقات شیرین بیان به نظر می رسد که دارای یک اثر ضد سرفه مرکزی مشابه کدئین باشد شیرین بیان بعنوان یک خلط آور نیز عمل می کند همچنین دارای یک اثر ضد ویروسی و تحریک کننده سیستم ایمنی بدن می باشد. (A و ۴ و ۳ و ۲ و ۱)

موارد مصرف قرص ماسومنت :

۱. سرفه های خشک و خلط آور

۲. درمان علامتی سرماخوردگی

۳. خوشبو کننده و ضد عفونی کننده دهان

۴. کاهش حساسیت و خارش گلو

مقدارمصرف :

۲ قرص هر ۳ الی ۴ ساعت جویده یا مکیده شود

موارد احتیاط :

۱. بیماران مبتلا به رفلکس معده ای ـ روده ای

۲. مبتلایان به سنگ کیسه صفرا (۵)

۳. بیماران مبتلا به نارسایی شدید کبدی ، قلبی ، کلیوی

تداخل دارویی :

منتول موجود در قرص موجب کاهش فشار اسفنکتر تحتانی مری و تشدید رفلکس معده ای ـ روده ای می شود در نتیجه با داروی سیساپراید cisapride که در درمان این رفلکس استفاده می شود تداخل اثر دارد

عوارض جانبی :

مصرف طولانی مدت شیرین بیان ایجاد عوارض شبه مینرالوکورتیکوئیدی می کند . هیچ عارضه جانبی در مصرف درمانی نعناع وجود ندارد.

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

پیجیوم آفریکانوم

Pygeum Africanum

اشکال دارویی :

کپسول های نرم ۵۰ میلی گرمی در جعبه های ۳۰ عددی

موارد مصرف :

اولین انتخاب در BPH و سایر بیماریهای پروستات

درمان اختلال های خفیف تا متوسط ادراری در بیماران مبتلا به هیپرپلازی خوش خیم پروستات

اجزاء فرآورده و مواد موثره:

هر کپسول نرم حاوی ۵۰ میلی گرم عصاره خالص پوست درخت Pygeum Africanum -African Plum از تیره روزه آسه می باشد که در واقع مخلوطی ازترکیبات اسیدهای چرب پیوند یافته با مشتقات الکل بوده و مهمترین اجزای تشکیل دهنده آن بتاسیتوسترول ؛ اسید اورسولیک و n-docosyl-ferulate می باشند

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

.۱

مهار پرولیفراسیون فیبروبلاستی ناشی از فاکتورهای رشد که در حال حاضر به نظر می آید در پاتوژنز آدنومای پروستات دخالت دارند

.۲

کاهش التهاب و خیز پروستات و مجرای آن از طریق مهار آنزیم لیپواکسیژناز

.۳

اصلاح قدرت انقباضی و بهبود الاستیسیته مثانه در اختلال های ناشی از افزایش سن یا اثر بر روی عضله دترسور

.۴

اصلاح فعالیت ترشحی جزء اپیتلیال بدون تداخل با فعالیت هورمونی

تداخل دارویی :

هیچگونه تداخل دارویی گزارش نشده است و به همراه سایر داروهایی که در هیپرتروفی خوش خیم پروستات - BPH - به کار می روند قابل تجویز است

مقدارمصرف :

یک کپسول ۵۰ میلی گرمی صبح وعصر به صورت خوراکی و ترجیحا پیش از غذا . دوره درمان معمولا ۶ هفته می باشد که تا هشت هفته قابل افزایش بوده واین دوره درصورت لزوم و برحسب مزمن بوده علائم تکرار می گردد به طور تجربی اثرات بهبودی پس از ۶ هفته طاهر می گردد

عوارض جانبی :

این دارو به خوبی از طرف بیمار تحمل شده و تنها در دو تا سه درصد ازبیماران عوارض گوارشی اسهال یبوست تهوع و دل درد گزارش شده است

نکات قابل توصیه :

۱.مصرف پیجیوم دراختلال های ادراری ؛ بیمار را از پیگیری موارد لازم در بیماری پروستات و نظارت پزشکی مربوطه معاف نمی کند

۲.مصرف این دارو جایگزین جراحی در صورت لزوم نمی باشد

زینتوما ZINTOMA

اشکال دارویی :

کپسول ۳۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده در پیشگیری از بیماری مسافرت مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

زینتوما حاوی ۲۵۰ میلی گرم پودر ریشه زنجبیل Zingiber officinale می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر زینجبیرن و بتا بیزا بولن اولئورزین هایی نظیر همولوگهای جینجیرول و شوگال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر زنجبیل درپیشگیری از بیماری مسافرت مشخص نیست به نظر می رسد که با تاثیر موضعی بر مجاری گوارشی اثر خود را اعمال می کند

تداخل دارویی

از آنجا که گزارش شده است زنجبیل دارای اثرات کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و پایین آورنده قند خون می باشد . لذا مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است با درمانهای قلبی ، پایین آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نماید .

مقدارمصرف :

در بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال : ۲ کپسول نیمساعت قبل از شروع مسافرت و سپس هر ۴ ساعت یکبار ۲ کپسول مصرف شوذ .

مصرف در حاملگی وشیردهی

ایمنی مصرف این دارو در دوران شیردهی و بارداری به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

ویتاگنوس VITAGNUS

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

ویتاگنوس جهت رفع اختلالات قاعدگی و یائسگی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

ویتا گنوس حاوی ۹۰-۸۰ میلی گرم عصاره خشک گیاه پنج انگشت Vitex angnus -castus می باشد

مواد موثره :

مواد موثره گیاه پنج انگشت بطور دقیق تعیین نگردیده است ولی عصاره این گیاه حاوی فلانوییدها (کاستیسین) ایریدوئید

گلیکوزید (آکوبین و آگنوزید) و روغن های فرار می باشد .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این فرآورده به اثبات نرسیده است ولی به نظر می رسد گیاه پنج انگشت با اثر بر محور هیپوتالاموس - هیپوفیز اثر خود را اعمال می کند . این گیاه باعث کاهش آزاد شدن FSH و افزایش آزاد شدن LH و پرولاکتین از هیپوفیز می گردد .

مطالعات نشان داده است که گیاه پنج انگشت حاوی ترکیبات استروژنی نمی باشد و مستقیما بر روی تخمدانها تاثیر نمی گذارد .

تداخل دارویی :

این دارو ممکن است با داروهای ضد بارداری خوراکی و هورمونی تداخل نماید .

مقدارمصرف :

روزانه ۴۰ قطره از دارو را در کمی آب یا آبمیوه ریخته و نیم ساعت قبل از صبحانه با معده خالی مصرف شود .

عوارض جانبی :

در اکثر مطالعات انجام شده عوارض جانبی با مصرف این دارو مشاهده نگردیده است ولی بصورت نادر گرایشاتی مبنی بر بروز واکنشهای آلرژیک سردرد و افزایش خونریزی در دوران قاعدگی وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

این فرآورده با توجه به اثرات هورمونی آن در دوران بارداری ممنوعیت مصرف دارد

والرین VALERIAN

اشکال دارویی :

کپسول ۳۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

والرین در تنش های عصبی ، اضطراب و بی خوابی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

کپسول والرین از پودر ریشه و ریزوم سنبل الطیب Valeriana officinalis تهیه شده است .

مواد موثره :

والرینیک اسید ، والپوتریات ها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

والرین به عنوان داروی مضعف سیستم اعصاب مرکزی CNS عمل می کند ولی مکانیسم دقیق اثر آن بطور کامل شناخته نشده است .

مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید سنبل الطیب احتمالاـ باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم GABA می شود . افزایش غلظت گابا موجب کاهش فعالیت سیستم اعصاب مرکزی CNS و بروز اثرات آرامبخشی والرینیک اسید می گردد .

تداخل دارویی :

مصرف این فرآورده موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می شود .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۲-۱ کپسول

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن سات ایجاد خواب آلودگی نماید . بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارد احتیاط شود

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

والریک VALERIC

اشکال دارویی :

شربت در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

شربت والریک در درمان تنش های عصبی ، اضطراب و بی خوابی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

شربت والریک از عصاره ریشه و ریزوم سنبل الطیب Valeriana officinalis به یمزان ۲۵٪ عصاره برگ بادرنجبویه Melissa officinalis به میزان ۵٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

والرینیک اسید ، والپوتریات ها روغن های فرار نظیر سیترال و سیترونلال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

والریک به عنوان داروی مضعف سیستم اعصاب مرکزی CNS عمل می کند ولی مکانیسم دقیق اثر آن بطور کامل شناخته نشده است .

مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید سنبل الطیب احتمالاـ باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم GABA می شود . افزایش غلظت گابا موجب کاهش فعالیت سیستم اعصاب مرکزی CNS و بروز اثرات آرامبخشی والرینیک اسید می گردد .

طبق بررسی های انجام شده عصاره هیدروالکلی بادرنجبویه دارای اثرات آرامبخش روی سیستم اعصاب مرکزی CNS (در موش) می باشد .

تداخل دارویی :

مصرف این فرآورده موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می شود .

مقدارمصرف :

یک تا دو پیمانه (۱۲-۶ میلی لیتر) یک ساعت قبل از خواب و در صورت لزوم یک پیمانه در روز مصرف شود.

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن سات ایجاد خواب آلودگی نماید . بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارد احتیاط شود

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

اورتان URTAN

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره اورتان به عنوان برطرف کننده مشکلات دفع ادرار در هایپرپلازیری خوش خیم پروستان درجه ۱ و ۲ و همچنین به عنوان دیورتیک بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قطره اورتان حاوی عصاره هیدرو الکلی گیاه گزنه Urtica dioica معادل ۹٪- ۸٪ عصاره خشک (۵٪-۴٪ قند بر مبنای گلوکز) می باشد .

مواد موثره :

استروییدها ،استرول ها (بتاسیتوسترول) لسیتین پلی ساکارید و لیگنانها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

بر طبق مطالعات انجام شده گزنه باعث افزایش حجم و جریان ادرار و کاهش Residual urine می گردد . عصاره آبی این گیاه باعث مهار اتصال (sex Hormon-Binding globalin (SHBG به گیرنده های دیواره سلولهای پروستات می شود . ایزولکتین وجود در گزنه با رقابت در اتصال به گیرنده های تستوسترون در بافت پروستات موجب وقفه هاپیرپلازی پروستات می گردد.

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۴۰ قطره رد یک فنجان آب سرد بعد از غذا میل کنید .

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز اختلالات گوارشی (اسهال گاستریت و یا درد معده) و واکنشهای آلرژیک وجود دارد .

توسیوین TUSSIVIN

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره توسیوین به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره توسیوین از اسانس آویشن شیرازی Zataria multiflora به میزان ۱٪ و اسانس رازیانه شیرین Foeniculum vulgare به میزان ۱٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول و آنتول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدارمصرف :

۲۰ قطره ۳ بار در روز همراه با یک استکان آّب میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف این فرآورده در کودکان کمتر از ۶ سال توصیه نمی گردد

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد . به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنشهای آلرژیک (درماتیت تماسی) در افراد حساس وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

توسیگل TUSSI–GOL

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره توسیگل به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره توسیگل حاوی عصاره آویشن Thymus vulgaris به میزان ۵۰ میلی گرم و اسانس انیسون ستاره ای IIIicium verum به میزان ۲۵۰ میلی گرم در هر ۵ میلی لیتر فرآورده معادل ۴/۵ میلی گرم ترکیبات فنلی می باشد .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول و آنتول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدارمصرف :

افراد بالاتر از ۶ سال روزی ۳ بار هر بار ۲۰ قطره همراه با کمی آب میل شود

موارد احتیاط :

مصرف این فرآورده در کودکان کمتر از ۶ سال توصیه نمی گردد

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد . به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنشهای آلرژیک (درماتیت تماسی) در افراد حساس وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

توسیان TUSSIAN

اشکال دارویی :

شربت ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

شربت توسیان به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

شربت توسیان حاوی عصاره آویشن Thymus vulgaris به میزان ۷۵۰ میلی گرم در هر ۵ میلی لیتر معادل ۶۵-۵۵ میلی گرم رد صد ترکیبات فنلی می باشد .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور آویشن احتمالا مربوط به روغنهای فرار (تیمول و کارو اکرول) آن می باشد .

مقدارمصرف :

بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۶ سال : ۲ قاشق غذا خوری ۳ بار در روز

کودکان تا ۶ سال : یک قاشق مربا خوری ۳ بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد

موارد منع مصرف :

بدلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

تیمیان THYMIAN

اشکال دارویی :

شربت در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

شربت تیمیان به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

شرب تیمیان از عصاره هیدرو الکلی گیاهان زیر تهیه شده است :

برگ آویشن ۱۹٪ Thymus vulgaris

برگ اکالیپتوس ۵٪ Eucalyptus globulus

برگ مرزه ۷٪ Satureja hortensis

دانه رازیانه ۰/۵٪ Foenicuhum vulgare

مواد موثره :

فلانوییدها و روغن های فرار نظیر تیمول ، اکالیپتول فنکون و کارو اکرول .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر دقیق این فرآورده شناخته نشده است مطالعات نشان داده است که اثرات خلط آور و ضد سرفه آویشن مربوط به فلانوییدها و روغن های فرار (تیمول و کارو اکرول) آن می باشد . همچنین برای روغن های فرار اکالیپتوس (اکالیپتول) رازیانه (آنتول) ، مرزه (کارواکرول) نیز اثرات خلط آور و ضد سرفه گزارش شده است

مقدارمصرف :

بزرگسالان : ۲-۱ قاشق سوپخوری

کودکان : یک قاشق سوپخوری

اطفال زیر ۶ سال : یک قاشق مرباخوری ۳ بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی در افراد حساس وجود دارد .

موارد منع مصرف :

بدلیل وجود ساکاروز در افراد دیابتیک ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

تیمکس THYMEX

اشکال دارویی :

شربت ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

شربت تیمکس به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره تیم آرتا از عصاره هیدرو الکلی آویشن Thymus vulgaris به میزان ۳۵-۳۰ گرم درصد ، حاوی ۰/۱۵٪ تیمول تهیه شده

است .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدارمصرف :

کودکان زیر ۱۲ سال : نصف تا یک قاشق مرباخوری سه بار در روز

بزرگسالان : یک قاشق مرباخوری ۶-۵ بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

تیم آرتا THYMARTA

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره تیم آرتا به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره تیم آرتا از عصاره هیدرو الکلی آویشن Thymus vulgaris که حاوی حداقل ۰/۶٪ تیمول می باشد تهیه شده است .

مواد موثره :

روغنهای فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور این فرآورده احتمالا مربوط به روغنهای فرار آن (تیمول کارواکرول و آنتول) می باشد.

مقدارمصرف :

نوزادن زیر یک سال : یک قطره به ازای هر ماه زندگی

کودکان ۶-۱ سال : ۱۰-۷ قطره سه بار در روز

کودکان ۱۲-۶ سال : ۱۵-۱۰ قطره سه بار در روز

بزرگسالان : ۲۰-۱۵ قطره سه بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

تانا میگرن TANAMIGRAIN

اشکال دارویی :

کپسول ۱۲۵ میلی گرمی

موارد مصرف :

کپسول تانا میگرن به عنوان پیشگیری کننده حملات میگرنی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

کپسول تانا میگرن حاوی ۱۲۵ میلی گرم پودر نوعی گیاه داودی معادل حداقل ۰/۲٪ پارتنولید می باشد .

مواد موثره :

سزکویی ترپن لاکتونها (بویژه پارتنولید)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

گیاه موجود در این فرآورده احتمالاـ از طریق مهار آزاد سازی گرانولهای حاوی سروتونین از پلاکتها و گلبولهای سفید خون اثر پیشگیری از میگرن را ظاهر می سازد . همچنین در آزمایشات در آزمایشگاه عصاره این گیاه موجب مهار آزادس ازی پروستا گلاندین (با مکانیزمی متفاوت از مکانیسم مهار سیکو اکسیژناز) می گردد.

مقدارمصرف :

روزانه ۲-۱ کپسول بعد از غذا مصرف شود (اثرات مثبت داور ۸-۴ هفته بعد از مصرف ظاهر می گردد)

موارد احتیاط :

۱- در صورت بروز زخمهای دهانی مصرف دارو قطع گردد .

۲-این فرآورده نباید بیشتر از ۴ ماه مصرف گردد (مگر با دستور پزشک)

عوارض جانبی :

در افراد حساس احتمال بروز واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

در کودکان زیر دو سال و افرادی که به گیاهان تیره کاسنی Compositae نظیر بابونه حساسیت دارند نباید مصرف شود .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

این فرآورده در حاملگی وش یردهی ممنوعیت مصرف دارد .

نکات قابل توصیه :

از آنجاییکه تانامیگرن به طور پروفیلاکتیک عمل می نماید بایستی به طور مرتب و روزانه یک کپسول مصرف گردد

سوپر مینت SUPERMINT

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

سوپر مینت جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می گردد .

اجزاء فرآورده :

سوپر مینت از اسانس نعناع به یمزان ۲٪ تهیه گردیده است .

مواد موثره :

املاح پتاسیم ، اسیدهای چرب ، فلانوییدها ، روغن های فرار نظیر آنتول فنکون ، سینئول و کاروون.

آثار فارماکولوژیك و مکانیسم اثر :

روغن های فرار سوپر مینت با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گاز از معده می گردد . منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی موجب شل شدن عضلات صاف جدار کولون می شود .

مقدارمصرف :

۷-۱۰ قطره در یک استکان آب حل شده میل گردد .

عوارض جانبی :

در افراد حساس امکان بروز واکنشهای آلرژیك مانند درماتیت تماسی وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

شیر افزا SHIRAFZA

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره شیر افزا برای افزایش شیر مادر بکار می رود . همچنین باعث برطرف شدن اختلالات گورشی و آرامش طفل می گردد .

اجزاء فرآورده :

قطره شیر افزا از عصاره هیدرو الکلی زیر تهیه شده است :

۱- دانه رازیانه ۵۰٪ Foeniculum vulgare

۲-دانه زیره سبز ۲۰٪ Cuminum cyminum

۳-دانه شنبلیله ۲۰٪ Trigonella soenum - graecun

۴-اندام هوایی شوید ۱۰٪ Anethun graveolens

مواد موثره :

تریگونلین ، نیکوتینیک اسید و روغن های فرار (نظیر : آنتول ، فنکون کاروون پارا - سمن)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم دقیق افزایش دهنده شیر این فرآورده شناخته نشده است

مطالعات نشان داده است که آنتول موجود در شیر افزا به عنوان آنتاگونیست رقابتی دوپامین عمل می کند (دوپامین موجب وقفه

تذشح پرولاکتین می گردد) و موجب افزایش ترشح شیر می شود .

قطره شیر افزا با داتشن اثرات ضد اسپاسم بر روی عضلات صاف موجب تسهیل خروج گازها از معده شده و در نتیجه سبب برطرف شدن اختلالات گوارشی و آرامش طفل می گردد .

تداخل دارویی

شنبلیله موجود در این فرآورده باعث کاهش قند خون می گردد بنابراین احتمال دارد که با داروهای پایین آورنده قند خون تداخل نماید .

مقدارمصرف :

روزانه ۳ نوبت ، هر بار ۲۰ تا ۳۰ قطره ر یک فنجان آّ سرد با کمی قند بعد از غذا میل شود

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد .

شیر ینوش SHIRINOOSH

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

شیرینوش در زخم معده و اثنی عشر گاستریت و گاسترالژی بکار می رود

اجزاء فرآورده :

پودر مخلوط گیاهای شیرینوش از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- ریشه شیرین بیان ۵۰٪ Glycyrrhiza glabra

۲-گل بابونه ۳۳٪ Matricaria chamomilla

۳-سرشاخه های گلدار بومادران ۱۷٪ Achillea millefolium

مواد موثره :

فلانویید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ، ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین) ، گلیسیریزین گلیسیریتینیک اسید آلکالویید آکیلئین و روغن های فرار نظیر کامازولن .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات درمان کننده زخم معده و اثنی عشر ان فرآورده مربوط به ترکیبات فلانوییدی گیاه شیرین بیان می باشد که احتمالا با تاثیر بر موکوس معده س موکوسی را نسبت به تاثیر اسید معده تقویت می نماید . به نظر می رسد این اثر مشابه کربنوکسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانوئید معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می گردد .

مکانیسم اثر ضد تورمی اسید گلیسیریتینیک با وجود شباهت ساختمانی آن به هیدروکورتیزون مورد تردید می باشد . مطالعات انجام شده نشان داده است که گلیسیریزین و گلیسیریتینیک اسید تمایل نسبی به اتصال رسپتورهای گلوکو کورتیکویدی و منیرالوکورتیکوییدی را دارند و احتمالا با تاثیر بر این رسپتورها روی فعالیت استروییدهای آندوژن تاثیر می گذارند .

همچنین این ترکیبات با مهار آنزیم ۱۱-Beta Hydroxy Steroid dehydrogenase در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کوتیزون غیر فعال جلوگیری می کنند . تحقیقات اخیر نشان داده است که ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان موجب وقفه

فعالیت لیپواکسیژناز ، سیکلو اکسیژناز و کاهش اسید آراشیدونیک می گردد .

گل بابونه و بومادران موجود در این فرآورده با خاصیت ضد التهابی در بهبود زخم معده و اثنی عشر موثر می باشند .

تداخل دارویی

مصرف همزمان فرآورده های حاوی شیرین بیان با کورتیکوستروییدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی) باید با احتیاط صورت بگیرد .

مقدارمصرف :

روزی ۳بار هر بار ۲-۱ قاشق مرباخوری از پورد را در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده و پس از صاف نمودن ، نیم ساعت قبل از غذا میل نمایند .

موارد احتیاط :

این فرآورده در بیماران کلیوی باید با احتیاط مصرف شود .

عوارض جانبی :

فرآورده های حاوی شیرین بیان با مقدار مصرف توصیه شده عوارضی ندارند . چنانچه با مقدار زیاد ودر مدت طولانی مصرف شوند (بیش از ۶ هفته و بیش از ۵۰ گرم در روز) سبب بروز علائم هایپرآلدسترونیسم شامل کاهش میزان پتاسیم خون ، احتباس آب و سدیم ، افزایش وزن و افزایش فشار خون می شود .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوییدی) ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

عصاره تام شیرین بیان دارای اثرات استروژنیک و استروییدی بوده و باعث افزایش فشار خون در زمان بارداری و تحریک فعالیت رحم در حیوانات آمایشگاهی می گردد بنابریان مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی توصیه نمی گردد .

سنالین SENALIN

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

پودر سنالین از گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- برگ سنا ٪۵۰ Cassia angustifolia

۲-دانه زیره سرخ ٪۲۵ Cwninum cyninum

۳-گل سرخ ٪۲۵ Rosa damascena

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B) اسانسهاس فرار نظیر کومینالدئید و سیترال

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پریستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند . روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنوکورتیکوستروییدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاـ ایجاد اختلالات قلبی و عصبی – عضلانی می نماید .

مقدارمصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط سنالین را در یک لیوان آب جوش ریخته و پس از نیم ساعت آن را صاف نموده قبل از صبحانه میل شود . برای اجابت مزاج و تخلیه سریع روده ها تا دو برابر مقدار فوق را می توان مصرف نمود.

موارد احتیاط :

۱– دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲– ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱– مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالا این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲– مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳–مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفرت کند

۴–در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲–۴ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱–این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲–استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

مصرف در حاملگی وشیردهی

۱–مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثرواقع نشده اند .

۲–به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

سنالین SENALIN ۷.۵

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۵۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

۱- عصاره خشک برگ و میوه سنا ۳۴/۲ ٪ Cassia angustifolina

۲-پودر گلبرگ گل سرخ ۱۵/۱٪ Rosa damascena

۳-اسانس رازیانه ۰/۴۵٪ Foeniculum vulgare

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B) ،روغن های فرار نظیر لینالول ، آنتول و فنکون

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پریستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند . روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنوکورتیکوستروییدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالا ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدارمصرف :

بزرگسالان : ۴-۱ قرص و کودکان بالاتر از ۶ سال ، ۲-۱ قرص در روز مصرف نمایند

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالا این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳-مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفریت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

مصرف در حاملگی وشیردهی

۱-مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثرواقع نشده اند .

۲-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آّب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

سناگل SENAGOL

اشکال دارویی :

شربت ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این دارو برای درمان کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

شربت سنا گل حاوی عصاره برگ سنا Cassia obovata (هر ۵ میلی لیتر معادل ۸/۸ میلی گرم سنوزید A,B) می باشد .

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید ها (سنوزید A,B)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پریستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب

آب و الکترولیتها شـده و همچنین ترشـح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند .

بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنوکورتیکوستروییـدها ریشه شـیرین بیـان و گلیکوزیـدهای قلبی تـداخل اثر داشـته و احتمالاـ ایجـاد اختلالات قلبی و عصبی – عضلانی می نماید .

مقدارمصرف :

کودکان ۶-۲ سال : یک دوم تا سه چهار قاشق مربا خوری یکبار و یا حداکثر دوبار در روز

کودکان ۱۲-۶ سال : ۱/۵ -۱ قاشق مرباخوری یکبار و یا حداکثر دوبار در روز .

موارد احتیاط :

دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد.

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید

۲- مصـرف طولاـنی مـدت و دوزهـای بالاـی ایـن فرآورده مـوجب از بیـن رفتـن کـارایی روده هـا ، اسـهال و از دسـت دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳-مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفریت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی اسـتفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شـکمی ناشـناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آّب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

سنامد SENA_MED

اشکال دارویی :

قرص ۶۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص سنا مد از عصاره برگ سنا Cassia angustifolis (معادل ۹ میلی گرم سنوزید A,B) تهیه شده است .

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پریستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند . روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنوکورتیکوستروییدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالا ایجاد اختلالات قلبی و عصبی – عضلانی می نماید .

مقدارمصرف :

کودکان ۱۲-۶ سال ۱ قرص و بزرگسالان ۲-۱ قرص هنگام خواب مصرف نمایند .

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالا این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳-مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفریت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

مصرف در حاملگی وشیردهی

۱-مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثرواقع نشده اند .

۲-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آّب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

سدامین SEDAMIN

اشکال دارویی :

کپسول ۵۳۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

سدامین در تنش های عصبی اضطراب و بی خوابی بکار می رود

اجزاء فرآورده :

کپسول سدامین از پودر یرشه سنبل الطیب Valeriana officinalis (حاوی حداقل ۰/۵٪ روغنهای فرار) تهیه شده است .

مواد موثره :

والرینیك اسید والپوتریاتها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

سدامین به عنوان داروی مضعف سیستم اعصاب مرکزی CNS عمل می کند ولی جایگاه و مکانیسم دقیق اثر آن به طور کامل شناخته شده است .

مطالعات بیوشیمایی نشان داده است که والرینیك اسید احتمالا باعث وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم GABA می شود . افزایش غلظت گابا موجب کاهش فعالیت سیستم اعصاب مرکزی CNS و بروز اثرات آرامبخشی والرینیك اسید می گردد.

تداخل دارویی

مصرف سدامین موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می گردد .

مقدارمصرف :

۱-۲ کپسول یك ساعتق بل از خواب همراه با غذا میل شود

موارد احتیاط :

مصرف مقادی زیاداین فرآورده ممکن است ایجاد خواب آلودگی نماید بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هشیاری کامل نیاز دارند احتیاط شود

مصرف در حاملگی وشیردهی

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

سنکل SANKOL

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره سنکل جهت دفع سنگهای تا قطر ۷ میلی متر مجاری ادرار ، تسکین دردهای کلوی و عفونتهای مجاری ادرار بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قطره سنکل از عصاره گیاهان دارویی زیر تهیه شده است :

۱– دانه رازیانه ۲۵٪ Foeniculum vulgare

۲–دانه زیره سبز ۱۲/۵٪ Cuminum cyminum

۳برگ بو ۱۲/۵٪ Laurus nobilis

۴–دم گیلاس ۱۲/۵٪ Cerasus avium

۵–کاکل ذرت ۱۲/۵٪ Zea mays

۶–میوه خارخاسک ۱۲/۵٪ Tribulus terrestris

۷–تخم خربزه ۱۲/۵٪ Cucumis melo

مواد موثره :

املاح پتاسیم ، اسیدهای چرب ، فلانوییدها ، روغن های فرار نظیر آنتول فنکون ، سینئول و کاروون.

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

موادموثره موجود در این فرآورده به علت داتشن اثرات مـدر و ضد اسـپاسم باعث شل شدن عضـلات صاف مجاری ادرار و تسـهیل خروج سنگ می گردد .

مقدارمصرف :

بزرگسالان روزی ۳ بار هر بار ۶۰–۵۰ قطره در یک فنجان آب سرد بعد از غذا میل شود . در موارد حاد ، درمان با سنکل می تواند تا مدت یک ماه ادامه یابد . در درمان حالت مزمن بیماری و به منظور پیشگیری از تشکیل مجدد سنگ مقدار مصرف ۳۰ قطره ۳–۲ بار در روز برای مدت یک هفته توصیه می گردد که این رژیم درمانی باید هر ماه تکرار شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است منجر به اختلال آب و الکترولیتها گردد .

عوارض جانبی :

در افراد حساس به کاکل ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی و کهیر وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی

مطالعـات نشـان داده است که کاکـل ذرت باعث تحریک و انقباض رحم خرگوش می گردد ایمنی مصـرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

نکات قابل توصیه :

نوشیدن مقادیر زیاد آب و مایعات همزمان با مصرف این دارو توصیه می شود

در صورت بروز اختلالات گوارشی باید بعد از غذا میل شود

سامی لاکس SAMILAX

اشکال دارویی :

قرص ۷۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای درمان کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص سامی لاکس حاوی ۴۵/۵٪ پودر برگ سنا (معادل ۷/۵ میلی گرم سنوزید B) و ۱/۸ ٪ اسانس زیره می باشد.

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید ها (سنوزید A,B) و روغن فرار نظیر کومینالدیید

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پریستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند . روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنوکورتیکوستروییدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالا ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدارمصرف :

ملین : بزرگسالان ۲-۱ قرص در روز

مسهل : ۲ تا ۳ قرص بطور همزمان قبل از خواب مصرف شود

کودکان بالاتر از ۶ سال : نصف دوز بزرگسالان طبق دستور پزشک مصرف شود

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالا این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و

الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳-مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفریت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

مصرف در حاملگی وشیردهی

۱-مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثرواقع نشده اند .

۲-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آّب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

رگلیسیدین REGLISIDIN

اشکال دارویی :

قرص ۶۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

رگلیسیدین در نفخ معده و اثنی عشر گاستریت و گاسترالژی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر قرص رگلیسیدین حاوی ۴۰۰ میلی گرم عصاره شیرین بیان Glycyrrhiza glbara (که مقدار گلیسیریزین آن تا حد کمتر از ۳٪ کاهش داده شده است) ۵۰ میلی گرم عصاره گل همیشه بهار (Calendula officinalis) و ۵۰ میلی گرم عصاره ریشه ختمی Althaea officinalis می باشد .

مواد موثره :

فلانویید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین و رامنو لیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین) فلانویید ، فیتوستول و مسویلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات درمان کننده زخم معده و اثنی عشر این فرآورده مربوط به ترکیبات فلانوییدی گیاه شیرین بیان می باشد که احتمالا با تاثیر بر موکوس معده سد موکوسی را نسبت به تاثیر اسید معده تقویت می نماید به نظر می رسد این اثر مشابه کربنوکسولون بوده و با

تداخل در سنتز پروستانویید معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می گردد .

کالانـدولا ختمی با داشـتن موسـیلاژ ، فلانوییـد و سایر مواد موثره دارای اثرات نرم کننده ف کاهش دهنده تحریکات ، ضد التهاب خفیف و التیام بخش می باشند .

تداخل دارویی

مصـرف همزمان فرآورده های حاوی شیرین بیان با کورتیکو استروییدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی) باید با احتیاط صورت گیرد .

مقدارمصرف :

با رعایت رژیم غذایی ۱ تا ۲ قرص ۳ بار در روز قبل از غذا مصرف شود

موارد احتیاط :

عصاره تام شـیرین بیان به علت داشتن اثرات شبه میزالو کورتیکوییدی سبب احتباس برگشت پذیر آب و سدیم شده ، دفع پتاسیم را افزایش می دهـد . عصـاره د - گلیسـیریزینه شـیرین بیـان معمولا این اثرات را نداشـته ولی توصـیه می گردد این دارو در افرادی که مشکلات قلبی - عروقی و یا فشار خون بالا دارند با احتیاط مصرف شود .مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصـرف این دارو در دوران بـارداری و شـیردهی به اثبـات نرسـیده است عصـاره تـام شـیرین بیـان داریـا اثرات استروژنیـک و استروییـدی بوده و بـاعث افزایش فشـار خون در زمـان بـارداری و تحریـک فعـالیت رحم در حیوانـات آزمایشـگاهی می گردد این عارضه برای فرآورده های د - گلیسـیریزینه شـده کمتر مشاهـده خواهـد شـد ولی مصـرف این داروها در دوران حاملگی باید مورد توجه قرار گیرد .

رگلیس معطر REGLIS MOATTAR

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۷۰ گرمی

موارد مصرف :

رگلیس معطر در نفخ معده و اثنی عشر گاستریت و گاسترالژی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

۱- عصاره خشک شیرین بیان ۸۳/۳٪ Glycyrrhiza glabra

۲-پودر ریشه شیرین بیان ۱۵/۲٪ Glycyrrhiza glabra

۳-زیره سبز ۰/۳۴٪ cuminum cyminum

۴-رازیانه ۰/۶۹٪ Foeniculum vulgare

۵-گل ختمی ۰/۳۴٪ Althaea officinalis

مواد موثره :

گلیسـیریزین و گلیسـیرتینیک اسـید ، فلانویید گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ، ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشـتقات کومارین (هرنیارین) و روغن های فرار (آنتول ، کومینیک آلدئید)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر ضـد تورمی گلیسـیرتینیک اسـید با وجود شـباهت ساختمانی آن به هیـدروکورتیزون مورد تردیـد می باشـد . مطالعات

انجام شده نشان داده است که گلیسیریزین و گلیسیریتینیک اسید تمایلی نسبت به اتصال با رسپتورهای گلوکو کورتیکوییدی و میزالو کورتیکوییدی را دارند و احتمالا با تاثیر بر این سرپتورها ، روی فعالیت استروییدهای آندوژن تاثیر می گذارند .

همچنین این ترکیبات با وقفه عمل آنزیم ۱۱-Beta Hydroxy steroid در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون غیر فعال جلوگیری می کنند . تحقیقات اخیر نشان داده است که ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان موجب وقفه فعالیت لیپو اکسیژناز و کاهش فعالیت اسید آراشیدونیک می گردد .

ترکیبات فلاونوییدی گیاه شیرین بیان احتمالا با تاثیر بر موکوس معده سد موکوسی را نسبت به تاثیر اسید معده تقویت می نماید به نظر می رسد این اثر مشابه کربنوکسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانویید معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می گردد .

بعلاوه روغن های فرار و ترکیبات موجود دراین فرآورده نیز با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف موجب کاهش انقباضات روده و تسهیل خروج گازها از معده می شود .

تداخل دارویی

مصرف همزمان فرآورده های حایو شیرین بیان با کورتیکو استروییدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی) باید با احتیاط صورت گیرد .

مقدارمصرف :

روزی ۳ با قبل زا غذا هربار یک قاشق چایخوری از فرآورده را در یک فنجان آب جوش ریخته و پس از سرد شدن میل شود .

موارد احتیاط :

این فر آورده در بیماران کلیوی باید با احتیاط مصرف شود .

عوارض جانبی :

مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه میزالوکورتیکوییدی (احتباس آب و سدیم افزایش دفع پتاسیم) گردد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجیده می شود .

رازین RASIN

اشکال دارویی :

قرص جویدنی - مکیدنی ۵۰۰ میلی گرم

موارد مصرف :

رازین در نفخ معده ، سرفه ، حساسیت و خارش گلو بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص رازین حاوی ۰/۵٪ اسانس رازیانه (Foenciculum vulgare)و ۵٪ عصاره ریشه شیرین(Glycyrrhiza glabra)بیان می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر آنتول و فنکون ، گلیسیریزن فلانویید گلیکوزید های لیکوئی رتین و ایزولیکوئی رتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در قرص رازین با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف موجب تسهیل خروج گازها از معده می شود .همچنین ترکیبات موجود در شیرین بیان ، دارای اثرات نرم کننده و خلط آور می باشند .

مقدارمصرف :

هر ۲ تا ۳ ساعت یک یا دو قرص مکیده و یا جویده شود

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیمران قلبی – عروقی (بدلیل اثرات میرالوکورتیکوییدی) توصیه نمی گردد .

عوارض جانبی :

مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه میزالو کورتیکوییدی (احتباس آّب و سدیم افزایش دفع پتاسیم) گردد .

موارد منع مصرف :

در افراد دیابتیک بدلیل داشتن ساکاروز ممنوعیت دارد

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجیده می شود

پسیلیوم PSYLLIUM

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۷۰ گرمی و ساشه ۷ گرمی

موارد مصرف :

پسلیوم در درمان یبوستهای مزمن ، برای پیشگیری از یبوست در بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیماران با زخم برش فرج فهموروئید ترومبوزه دردناک شقاق با آبسه پرینه ای فتق دیافراگم ، تنگی آنورکتال و دررفع یبوست ناشی از کولون تحریک پذیر مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

پسلیوم از دانه گیاه اسفرزه Plantago psyllium تهیه شده است .

مواد موثره :

موسیلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثر درمانی پسیلیوم بواسطه تورم موسیلاژ موجود در پوسته دانه آن ظاهر می گردد موسیلاژ احتمالا از طریق جذب آب باعث حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و کوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می گردد .

تداخل دارویی :

پسیلیوم باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیم ، منیزیم ، مس وروی) ویتامین B۱۲ ، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد .

مصرف همزمان پسیلیوم با نمکهای لیتیم موجب کاهش غلظت پلاسمایی لیتیم و وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی می شود.

پسیلیوم ممکن است موجب کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین شود.

مقدارمصرف :

یک قاشق سوپخوری حدود ۱۰ گرم با یک ساشه از پسیلیوم را در یک لیوان آب ریخته و پس از چند ساعت میل نمائید.

موارد احتیاط :

ملین ها در خردسالان (تا سن ۶ سال) به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد به این طریق می توان از عواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدید تر جلوگیری کرد .

عوارض جانبی :

مصرف مقادیر زیاد پسیلیوم باعث انسداد روده و مری (معمولا بدلیل مصرف کم مایعات) می گردد . همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است . در شروع درمان ممکن است موقتا سنگینی و نفخ در بیماران ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می شود .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در کودکان ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است . این امر به دلیل خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد .

۲-مصرف طولانی مدت این داروها که به صورت عادت در آمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این داروها شود .

۳-داروهای ملین را نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف نمود .

۴-از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود

۵-داروهای حجیم کننده مدفوع حاوی مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند این موضوع دربیماران مبتلا به دیابت و افرادی که محدودیت مصرف سدیم دارند اهمیت دارد .

پسیلیوم موسیلوئید

PSYLLIUM MUCSILOID

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۷۰ گرمی و ساشه ۷ گرمی

موارد مصرف :

پوسته پسلیوم در درمان یبوستهای مزمن ، برای پیشگیری از یبوست در بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند

مانند بیماران با زخم برش فرج فهموروئید ترومبوزه دردناک شقاق با آبسه پرینه ای فتق دیافراگم ، تنگی آنورکتال و دررفع یبوست ناشی از کولون تحریک پذیر مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

پسلیوم از دانه گیاه اسفرزه Plantago psyllium تهیه شده است .

مواد موثره :

موسیلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثر درمانی پسیلیوم بواسطه تورم موسیلاژ موجود در پوسته دانه آن ظاهر می گردد موسیلاژ احتمالا از طریق جذب آب باعث حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و کوتاه شدن زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می گردد .

تداخل دارویی :

پوسته پسیلیوم باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیم ، منیزیم ، مس وروی) ویتامین B۱۲ ، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد .

مصرف همزمان پسیلیوم با نمکهای لیتیم موجب کاهش غلظت پلاسمایی لیتیم و وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی می شود.

پوسته پسیلیوم ممکن است موجب کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین شود.

مقدارمصرف :

۱-۳ بار در هر بار در یک تا دو ساشه را در یک لیوان آب ریخته مصرف نمائید .

موارد احتیاط :

ملین ها در خردسالان (تا سن ۶ سال) به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد به این طریق می توان از عواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدید تر جلوگیری کرد .

عوارض جانبی :

مصرف مقادیر زیاد پوسته پسیلیوم باعث انسداد روده و مری (معمولا بدلیل مصرف کم مایعات) می گردد . همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است . در شروع درمان ممکن است موقتا سنگینی و نفخ در بیماران ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می شود .

نکات قابل توصیه :

۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است . این امر به دلیل خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد .

۲-مصرف طولانی مدت این داروها که به صورت عادت در آمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این داروها شود .

۳-داروهای ملین را نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف نمود .

۴-از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود

۵-داروهای حجیم کننده مدفوع حاوی مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند این موضوع دربیماران مبتلا به دیابت و افرادی که محدودیت مصرف سدیم دارند اهمیت دارد .

پروستاتان PROSTATAN

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره پروستاتان در موارد التهاب حاد و مزمن پروستات ، سوزش و تکرار ادرار بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قطره پروستاتان از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تشکیل شده است :

ریشه گزنه ۲۰٪ Urtica dioica

اندام هوایی گزنه ۱۰٪ Urtica dioica

تخم کدوی بدون پوست ۲۰٪ Cucurbita pepo

گل بابونه ۲۰٪ Matricaria chamomilla

میوه خارخاسک ۲۰٪ Tribulus terrestris

میوه انیسون ۱۰٪ Pimpinella anisum

مواد موثره :

استروئیها (سیوسترول) ، اسکوپولتین ، فنیل پروپان ، ایزولکتین ، پلی ساکاریدها و فلانوییدها ، روغن های فرار و اسیدهای چرب (اسید لینولئیک)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات انجام شده نشان داده است که سیتوسترول موجود در این فرآورده با مهار آنزیم ۵-آلفا-ردوکتاز (عامل اصلی تبدیل تستوسترون به ۵-آلفا-دی هیدروتستوسترون DHT) باعث کاهش غلظت دی هیدرو تستوسترون در سرم می گردد و در نتیجه رشد غده پروستات را متوقف می نماید .

ایزو لکتین موجود در گزنه با رقابت در اتصال به گیرنده های تستوسترون در بافت پروستات موجب وقفه هایپرلایز پروستات می گردد .

همچنین ترکیبات موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف محرک سیستم ایمنی و کاهش دهنده تونوس عضلات صاف پروستات می باشد و موجب تسهیل جریان ادرار و بهبود حال بیمار می گردد .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۳۰ تا ۴۰ قطره در یک فنجان آب سرد ریخته و بعد از غذا میل شود . قطره پروستاتان را می توان برای مدت ۶ تا ۱۲ ماه مصرف نمود .

موارد احتیاط :

در صورت بروز علائم حساسیت از مصرف این دارو خودداری گردد

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز اختلالات گوارشی (تحریک معده) و واکنشهای آلرژیک وجود دارد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در کودکان ممنوعیت مصرف دارد

پلانتاژل PLANTAGEL

اشکال دارویی :

گرانول در جعبه های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

پلانتاژل در کمک به درمان اسهال های غیر عفونی به کار می رود .

اجزاء فرآورده :

پلانتاژل از گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- دانه بارهنگ ۴۰٪ Plantago major

۲-برگ نعناع ۵٪ Mentha sp

مواد موثره :

تانن ، صمغ ، موسیلاژ ، اسانس نعناع .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این فرآورده بدرستی مشخص نشده است لیکن مطالعات نشان داده است که پلانتاژل با جذب آب محتویات داخل روده موجب می شود زمان توقف آنها در روده افزایش یابد .

تداخل دارویی :

گرانول پلانتاژل با داروهای ضد اسهال ، مانند دیفنوکسیلات (به علت امکان انسداد روده ها) نباید مصرف گردد

مقدارمصرف :

کودکان : یک قاشق مربخوری در نصف استکان آب جوش ، چهار تا پنج نوبت در روز

بزرگسالان : دو قاشق مرباخوری در نصف استکان آب جوش ، چهار تا پنج نوبت در روز .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد و بیش از مقدار درمانی این فرآروده موجب لینت مزاج شدید و کاهش فشار خون می گردد .

عوارض جانبی :

در افراد حساس احتمال بروز واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به بارهنگ و نعناع و همچنین در اسهال خونی منع مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وش یردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

فیتو کلد PHYTOCOLD

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۶۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

در درمان کمکی جهت رفع علائم سرماخوردگی ، گرفتگی بینی ، سینوسها و به عنوان خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص فیتوکلد از گیاهان زیر تشکیل شده است :

ریشه ختمی ۱۳/۰۶٪ Althaea officinalis

گل آقطی ۸/۱۷٪ Sambucus ebulus

اندامهای هوایی اکیناسه ۱۲/۲۵٪ Echinacea purpurea

مواد موثره :

پلی ساکارید ها فلانوییدها آلکامیدها پلی ان ها ، روغن های فرار موسیلاژ (گالاکتورونیک اسید ، گلوکورونیک اسید رامنوز و ...) پکتین و نشاسته .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

ترکیبات موجود در اکیناسه از جمله آلکامیدها ، گلیکوپروتئینها ، مشتقات اسید کافئیک و پلی ساکاریدها دارای اثر غیر اختصاصی بر سیستم ایمنی سلولار می باشند . این اثرات با مکانیسم های فعالکردن فاگوسیتوز ، تحریک فیبروبلاستها ، افزایش فعالیت تنفسی و افزایش تحرک لوکوسیت ها ایجاد می گردد .

ترکیبات موجود در ختمی دارای اثرات بهبود تحریک موضعی ، مهار فعالیت Mucociliary، تحریک فاگوسیتوز ، ضد التهاب ، Anticomp;iment و محرک ایمنی می باشند .

تداخل دارویی

اثر تحریک کننده سیستم ایمنی اکیناسه ممکن است با داروهای ایمونوساپرسیو ، سیکلوسپورین و داروهای ضد درد پیوند تداخل نماید .

همچنین ممکن است با اثرات شیمی درمانی کورتیکوستروئیدها در سرطان تداخل نماید .

این فرآورده بدلیل داشتن ختمی ممکن است جذب داروهای دیگر که بطور همزمان مصرف می شوند را به تاخیر اندازد .

مقدارمصرف :

بزرگسالان : روزی سه بار هر بار دو قرص با کمی آب قبل از غذا میل شود

کودکان ۱۲-۵ سال : نصف دوز بزرگسالان

عوارض جانبی :

بثورات جلدی ، خارش ، گاهی تورم صورت ف مشکلات تنفی سرگیجه و افت فشار خون در تجویز فرآورده های حاوی اکیناسه مشاهده شده است .

موارد منع مصرف :

بدلیل وجود اکیناسه در این فرآورده ممکن است باعث فعال شدن حملات اتوایمیون و دیگر فعالیتهای بیش از حد سیستم ایمنی گردد ، این فرآورده در مولتیپل اسکلروزیس لکوزیس بیماریهای کلاژن ، ایدز یا سل ممنوعیت دارد .

مصرف این فرآروده در کودکان کمتر از ۵ سال توصیه نمی گردد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

با توجه به اینکه در مطالعات حیوانی ف در مصرف غلظتهای بالای اکیناسه روی اووسیت ها اثرات منفی مشاهده گردیده ، مصرف این فرآورده د ر دوران بارداری وش یردهی توصیه نمی شود .

نکات قابل توصیه :

مصرف این فرآورده در مبتلایان به آسم توصیه نمی گردد

پرسیکا PERSICA

اشکال دارویی :

قطره در شیشه های ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره پرسیکا در موارد زیر بکار می رود :

پیشگیری از افزایش جرم روی دندانها ، پوسیدگی دندانها ، و خونریزی امراض لثه

ضد عفونی کننده دهان

مسکن درد دندان و لثه

اجزاء فرآورده :

قطره پرسیکا از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- گیاه مسواک ۳۰٪ Salvadora persian

۲-بومادران ۲۵٪ Achillea millefolium

۳-نعناع ۴۵٪ Mentha spicata

مواد موثره :

کلسیم ، فلوراید ، کلراید ، ترکیبات ، ایزوتیوسیانات ، تانن ، روغن های فرار (نظیر : منتول و آزولن) و آلکالویید آکیلئن

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات بالینی نشان داده است که استفاده مداوم از گیاه مسواک به دلیل میزان بالای کلرياد موجب کاهش تشکیل پلاک دندان ، جلوگیری از رنگی شدن دندانها و ژنزوژیت می گردد . و ترکیبات ایزوتیوسیانات موجود دراین گیاه مانع رشد باکتریهای دهان می شود . به علاوه یمزان بالای کلسیم موجود افزایش منیزالیزاسیون و استحکام دندان می شود .

عصاره اتانولی بومادران به دلیل داشتن ترکیبات سزکویی ترپن لاکتون (آزولن) دارای اثرات ضد باکتریایی (نظیر : استافیلوکوکوس اورئوس ، باسیلوس سابتلیس و ...) می باشد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره آبی بومادران دارای اثرات ضد التهابی بوده و این اثر بدلیل وجود آزولن در اسانس بومادران است . به علاوه بومادران به دلیل داشتن آکیلئین موجب کاهش زمان انعقاد خون شده و در خونریزی لثه موثر می باشد . نعناع بدلیل داشتن منتول موجب ایجاد اثر ضد درد و ضد عفونی کننده این فرآورده است .

مقدارمصرف :

-جهت جلوگیری از پوسیدگی دندان و بیماریهای دهان : روزی دو نوبت هر بار ۱۵-۱۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب (۳-۲ قاشق

غذا خوری) ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود .

– در درمان ناراحتی های دهان و دندان و جلوگیری از هونریزی لثه : روزی ۳ تا ۵ نوبت هر بار ۱۵–۱۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب (۲ تا ۳ قاشق غذاخوری) ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود .

– جهت جلوگیری از خونریزی و عفونت بعد از کشیدن دندان و جراحی ها : به مدت ۲ تا ۴ روز ، هر روز ۵–۴ نوبت ، هر بار ۴۰–۳۰ قطره را در ۱۵ میلی لیتر آب (۲ تا ۳ قاشق غذاخوری) ریخته و به مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دور ریخته شود .

عوارض جانبی :

در افراد حساس به نعناع و بومادران احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دروان بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

پرفوران PERFORAN

اشکال دارویی :

قطره روکشدار

موارد مصرف :

پرفوران در درمان افسردگی ، بی خوابی ، اضطراب ، سردردهای عصبی ، سردردهای دوران قاعدگی و میگرن بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

پرفوران از عصاره خشک گیاه علف چای به میزان حدود ۱۶۰ میلی گرم (معادل ۳۳۰–۲۷۰ میکرو گرم هایپریسین) تهیه شده است .

مواد موثره :

هایپریسین پزود هایپریسین و فلانوییدهای هایپرین ، ایزو کورستین و روتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه و در انسان نشان داده است که گیاه هایپریکوم بدلیل داشتن هایپریسین و فلانوییدها دارای اثرات آرام بخش ، مسکن و ضد اضطراب می باشد . بررسهای انجام شده روی هایپریسین نشان داده است که این ماده از طریق مهار آنزیم منو آمینو اکسیداز موجب بروز اثرات ضد افسردگی می گردد.

آخرین تحقیقات انجام شده نشان داده است که عصاره گیاه هایپریکوم می تواند میزان اکسیژن سلولی را افزایش دهد .

تداخل دارویی :

تداخلات این فرآورده مربوط به اثر القای آنزیمی سیستم سیتو کروم P۴۵۰ می باشد که منجر به کاهش غلظت های پلاسمایی و در نتیجه کاهش اثرات درمانی برخی از فرآورده های دارویی می گردد . این نکته در بیماران ذیل باید مورد توجه قرار گیرد :

بیماران مبتلا به ایدز تحت ردمان با داروهای آنتی رترو ویرال (بویژه ایندیناویر) زیرا مصرف همزمان این دو فرآورده موجب کاهش اثر بخشی درمان ایدز می گردد .

بیماران تحت درمان با دارو های ضد افسردگی زیرا مصرف همزمان خطر بروز عوارض ناخواسته دارویی (بی قراری تهوع و

اختلالات گوارشی) را افزایش می دهد .

مصرف مقادیر بیش از دوز درمانی ممکن است با سایر داروهای مهار کننده منو آمینو اکسیداز تداخل نماید .

مصرف همزمان باکنتراسپتیو خوراکی موجب کاهش اثر بخشی این داروها در جلوگیری از بارداری می گردد

قطع مصرف ناگهای این رآروده ممکن است منجر به افزایش سطح خونی برخی داروها (به خصوص سیکلو سپورین ، دیگو کسین تئوفلین و وارفارین) و در نتیجه سمیت ناشی از آنها گردد .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هر بار یک قرص همراه با یک لیوان آ ب میل شود .

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک و حساسیت به نور وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وش یردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

پس از مصرف دارو از قرار گرفتن بیش از حد در معرض نور و یا آفتاب شدید خودداری گردد

بهتر است دارو قبل از غذا مصرف شود

مصرف دارو در روزهای اول ممکن است باعث ایجاد ناراحتیهای گوارشی و یا تشدید سردرد گردد که حداکثر پس از دو تا چهار هفته از بین می رود

پاسی پی PASIPAY

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره پاسی پی به عنوان آرامبخش و خواب آور در تنش های عصبی و بی خوابی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

پاسی پی از عصاره هیدروالکلی گیاه گل ساعتی Passifilora incarnata به میزان ۲۰٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

آلکاوییدهای هارمون و هارمالین ، مالتول و اتیل مالتول ، فلانوییدهایی نظیر ویتکسین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مالتول و اتیل مالتول گل ساعتی احتمالا دارای اثر آرامبخشی روی سیستم اعصاب مرکزی CNS می باشد

تداخل دارویی :

مصرف مقادیر زیاد این فراورده ممکن است باعث ایجاد خواب آلودگی و افزایش اثر داروهای مهار کننده منو آمین اکسیداز MAOI شود .

مقدارمصرف :

در کودکان ۲-۶ سال : ۶ قطره سه بار در روز و ۱۰ قطره هنگام خواب

بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال : ۱۰ قطره ۳ بار در روز و ۲۵-۳۰ قطره شب هنگام خواب

در افراد بالای ۶۵ سال بهتر است مصرف دارو را از مقادیر کم آغاز کرده و مقدار آنرا بتدریج افزایش داد

مصرف در حاملگی وشیردهی :

در مطالعات حیوانی هارمان و هارمالین موجود در گیاه گل ساعتی اثر تحریکی در فعالیت رحم نشان داده اند . بر این اساس بایستی از مصرف مقادیر زیاد دارو در دوران بارداری و شیردهی اجتناب شود .

اولئاکرات OLEA-CRAT

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

اولئاکرات در درمان زیادی فشار خون بکار می رود

اجزاء فرآورده :

اولئاکرات از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- برگ زیتون ۳۲/۵٪ Olea europaea

۲-میوه سرخ ولیک ۳۲/۵٪ Crataegus microphilla

۳-میوه قره قات ۲۰٪ Vaccinium arctostaphylos

۴-میوه عناب ۱۰٪ Zizyphus vulgaris

۵-برگ پونه ۵٪ Mentha pulegium

مواد موثره :

فلانوییدها ، پروسیانیدین ها اولئوروپئین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات قلبی - عروقی این فرآورده به ترکیبات فلاونوییدی موجود در کراتاگوس آن بخصوص پروسیانیدین ها نسبت داده شده است . مطالعات در انسان و در آزمایشگاه نشان داده است که اولئاکرات باعث افزایش جریان خون کرونر ، افزایش جریان خون محیطی (در سر ، عضلات اسکلتی و کلیه) کاهش جریان خون محیطی (در پوست و دستگاه گوارش) کاهش مقاومت محیطی و کاهش فاشر خون می گردد .

بررسی های انجام شده نشان داده است که اولئاکرات احتمالا با اتساع عروق خونی موجب کاهش فاشر خون می گردد .

مقدارمصرف :

روزی ۲ تا ۳ بار هر بار یک قاشق غذا خوری از اولئاکرات را در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده پس از صاف نمودن میل نمایند .

موارد احتیاط :

بیماران تحت درمان با داروهای قلبی - عروقی به اثرات فارموکولوژیک کراتاگوس حساس تر می باشند . بنابریان مصرف این فرآورده در موارد فوق باید با احتیاط صورت گیرد .

عوارض جانبی :

با مصرف فرآورده های حاوی کراتاگوس عوارضی نظیر تهوع ، خستگی تعریق و راش های جلدی (روی پوست) گزارش شده است .

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است باعث مسمومیت و ایجاد (برادیکاری و دپرسیون تنفسی) شود .

میرتوپلکس MYRTOPLEX

اشکال دارویی :

پماد ۵ گرمی

موارد مصرف :

پماد میر توپلکس دارای خاصیت ضد ویروس هرپس سیمپلکس نوع ۱ و ۲ می باشد و در درمان تبخالهای پوست نواحی مختلف بدن و اطراف واژن بکار می رود

اجزاء فرآورده :

پماد میر توبلکس حاوی اسانس گیاه مورد Myrtus communis به میزان ۱۰٪ است

مواد موثره :

تانن ، پلی فنلها روغن های فرار نظیر میر تول سینئول و ... فلاونوییدها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر ضد ویروسی این دارو تا کنون شناخته نشده است . آزمایشات اثر این فرآورده را در درمان تبخالهای نواحی مختلف پوست بدن تائید نموده است .

مقدارمصرف :

روزی ۵-۳ بار ، پوشش نازکی از پماد بر روی ضایعه مالیده شود

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

میرتکس MYRTEX

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی گرمی

موارد مصرف :

قطره میرتکس جهت درمان آفتهای مینور بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

قطره میرتکس حاوی اسانس گیاه مورد Myrtus communis به میزان ۵۷/۷٪ (حاوی حداقل ۹۴۶ میلی گرم سینئول) می باشد .

مواد موثره :

روغنهای فرار مانند ۱ و ۸- سینئول آلفا پینن ، میرتنول لیمونن میرتول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این دارو تا کنون شناخته نشده است . منو و سزکوئی ترپنهای موجود در اسانس مورد دارای خاصیت ضد باکتریایی ، ضد قارچی و دزانفکتانت می باشند .

مقدارمصرف :

روزی ۶-۵بار هر بار ۱۰ قطره از محلول را روی تنظیف ریخته به مدت ۳۰ ثانیه روی ضایعات قرار دهید .

موارد احتیاط :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد . از آنجائی که اسانس مورد بر روی صورت کودکان موجب اسپاسم حنجره و برونش ، حملات شبه آسُم و حتی نارسایی تنفسی می گردد هنگان مصرف این فرآورده در افراد فوق می باید احتیاط لازم صورت گیرد .

عوارض جانبی :

۱- مصرف داخلی مورد در موارد نادر موجب تهوع استفراغ و اسهال می گردد

۲- در نوزادان و کودکان موجب اسپاسم حنجره ، اسپاسم برونش ، حملات شبه آسم و حتی نارسایی تنفسی می گردد .

موارد منع مصرف :

در صورت وجود التهاب مجاری گوارشی یا صفرائی و بیماریهای کبدی مصرف داخلی این فرآورده ممنوع است

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

موسیلیوم MUSYLIUM

اشکال دارویی :

ساشه ۱۰ گرمی

موارد مصرف :

پوسته پسیلیوم در درمان یبوست های مزمن ، برای پیشگیری از یبوست بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیماران با زخم برش فرج . هموروئید ترومبوزه دردناک ، شقاق یا آبسه پرینه ای ، دیافراگم تنگی آنورکتال و در رفع یبوست ناشی از کولون تحریک پذیر مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

موسیلیوم از پوسته دانه گیاه اسفرزه Plantago Psyllium به میزان ۳/۴ گرم در هر ساعت تهیه شده است

مواد موثره :

موسیلاژ

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثر درمانی پوسته پسیلیوم به واسطه تورم موسیلاژ موجود در آن ظاهر می گردد . موسیلاژ احتمالا از طریق جذب آب باعث افزایش حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم وجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و کوتاه شدن زمان عبور مواد

از روده و افزایش دفعات دفع می گردد .

تداخل دارویی :

پوسته پسیلیوم باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی نظیر کلسیم ، منیزیم ، مس و روی و ویتامین B۱۲ گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد.

مصرف همزمان پوسته پسیلیوم با نمکهای لیتیم موجب کاهش غلظت پلاسمایی لیتیم و وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی می شود .

پوسته پسیلیوم ممکن است موجب کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین شود .

مقدارمصرف :

۱-۳ بار در روز هر بار یک تا دو ساشه را در یک لیوان آب ریخته و مصرف شود .

موارد احتیاط :

ملین ها در خردسالان تا سن ۶ سال به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد . به این طریق می توان از عواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدید تر جلوگیری کرد

عوارض جانبی :

مصرف مقادیر زیاد پوسته پسیلیوم باعث انسداد روده و مری معمولا به دلیل مصرف کم مایعات می گردد همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است در شروع درمان ممکن است موقتا سنگینی و نفخ در بیماران ایجاد شود که با ادامه درمان برطرف می گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در آپاندیسیت ویا نشانه های آن ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص ، نارسایی روده دیابت و رد صورت وجود اشکال در بلع نباید مصرف شود.

نکات قابل توصیه :

۱- مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است . این امر به دلیل خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت دارد .

۲-مصرف طولانی مدت این داروها که به صورت عادت در آمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این داروها شود .

۳-داروهای ملین را نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف نمود .

۴-از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود

۵-داروهای حجیم کننده مدفوع حاوی مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند این موضوع دربیماران مبتلا به دیابت و افرادی که محدودیت مصرف سدیم دارند اهمیت دارد .

منتازین MENTHAZIN

اشکال دارویی :

قرص جویدنی – مکیدنی ۵۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

منتازین در حساسیت و خارش گلو ، سرفه و به عنوان ضد نفخ بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص منتازین حاوی عصاره ها و اسانس های زیر می باشد :

اسانس نعناع ۰/۲۵٪ Mentha Piperita

اسانس رازیانه ۰/۲۵٪ Foeniculum vulgare

عصاره شیرین بیان ۵٪ Glycyrrhiza glabra

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول و منتون و فنکون ، گلیسیریزین ، فلاونویید گلیکوزیدهای لیکویی رتین و ایزولیکویی رتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در قرص منتازین با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می شود .

منتول موجود در اسانس نعناع در غلظتهای کم بطور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده بنابراین باعث احساس سرما می شود به علاوه دارای اثرات ضد درد موضعی نیز می باشد . این اثر می تواند علت مصرف آن به عنوان ضد سرفه باشد .

همچنین ترکیبات موجود رد شیرین بیان دارای اثرات نرم کننده و خلط آور می باشند .

مقدارمصرف :

هر ۳–۲ساعت یک یا دو قرص جویده یا مکیده شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده در بیماران قلبی – عروقی (به دلیل اثرات شبه مینرالو کورتیکوییدی شیرین بیان) توصیه نمی گردد .

عوارض جانبی :

به دلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه مینرا لو کورتیکوییدی شیرین بیان (احتباس آب و سدیم افزایش دفع پتاسیم) گردد .

موارد منع مصرف :

در افراد دیابتیک به علت داشتن ساکاروز منع مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

منتا MENTHA

اشکال دارویی :

قرص جویدنی - مکیدنی ۷۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

قرص منتا در اسپاسمهای دستگاه گوارش ، نفخ معده و به عنوان خوشبو کننده دهان بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر قرص منتا از ۲/۵ میلی گرم اسانس و ۳۵ میلیگرم پودر برگ نعناع Mentha piperita تهیه شده است .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول و منتون .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

منتا با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می گردد . به علاوه منتول موجود در این فرآورده احتمالاً از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلات صاف جداره کولون می شود .

مقدارمصرف :

در صورت لزوم یک قرص جویده شود

موارد احتیاط :

عوارض جانبی :

در افراد حساس امکان بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد

موارد منع مصرف :

در افراد دیابتیک به علت داشتن ساکاروز منع مصرف دارد .

ملیسان MELLISAN

اشکال دارویی :

ژل موضعی ۵ گرمی

موارد مصرف :

ژل ملیسان به عنوان ضد ویروس در درمان تبخال بکارمی رود .

اجزاء فرآورده :

ژل ملیسان حاوی ۱٪ عصاره خشک بادرنجبویه Melissa officinalis می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر (سیترونلال ، سیترال و ژرانیال) پلی فنلها (نظیر اسید رزمارینیک و اسید کافئیک)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

گیاه بادرنجبویه دارای اثر متوقف کننده فعالیت ویروسها Virustatic می باشد

تداخل دارویی :

مقدارمصرف :

روزی ۳-۴ بار به موضع مالیده شود

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد

ماسومنت MASUMINT

اشکال دارویی :

قرص جویدنی – مکیدنی ۵۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

ماسومنت در حساسیت و خارش گلو ، سرفه و نفخ معده بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص ماسومنت حاوی ۰/۵٪ اسانس نعناع Mentha piperita و ۵٪ عصاره شیرین بیان Glycyrrhiza glabra می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول گلیسیریزین ، فلانویید گلیکوزیدهای لیکویی رتین و ایزولیکویی رتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در قرص ماسومنت با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می شود . منتول موجود در اسانس نعناع در غلظت های کم بطور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده بنابراین باعث احساس سرما می شود . به علاوه دارای اثرات ضد درد موضعی می باشد . این اثر می تواند علت مصرف آن به عنوان داروی ضد سرفه باشد . همچنین ترکیبات موجود درشیرین بیان ، دارای اثرات نرم کننده و خلط آور می باشد .

تداخل دارویی :

مقدارمصرف :

هر ۲ الی ۳ ساعت یک قرص جویده یا مکیده شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآروده در بیماران قلبی – عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوییدی شیرین بیان) توصیه نمی گردد .

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده، احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد . مصرف طولانی مدت این فرآورده ممکن است سبب بروز اثرات شبه مینر الو کورتیکوییدی (احتباس آب و سدیم ، افزایش دفع پتاسیم) گردد .

موارد منع مصرف :

به دلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

منتول مایع LIQUID MENTHOL

اشکال دارویی :

قطره در شیشه های ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

منتول مایع به عنوان ضد احتقان بینی و جهت تسیکن دردهای موضعی بخصوص در ناحیه سر ، صورت و گردن بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

منتول مایع از اسانس گیاه نعناع Mentha spicata به میزان ۵٪ تهیه شده است .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر منتول و کاروون .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

منتول در غلظت های کم بطور انتخابی انتهای اعصاب حسی مربوط به سرما را تحریک کرده و باعث احساس سرما می شود .

این دارو دارای اثر ضد درد موضعی می باشد . منتول در غلظت های زیاد علاوه بر این اثر نه تنها باعث تحریک حس گرما و درد می شود بلکه ممکن است سبب تحریک موضعی نیز بشود مصرف دارو بر روی پوست باعث گشاد شدن عروق و ایجاد احساس سرما میشود و به دنبال آن اثر ضد درد ظاهر می گردد .

مقدارمصرف :

به عنوان ضد احتقان بینی : ۳-۲ قطره در پشت لب مالیده شود

به عنوان ضد درد موضعی : ۱۰-۵ قطره در موضع مالیده شود

موارد احتیاط :

مصرف این فرآورده در بینی نوزادان خطرناک است و ممکن است باعث کلا پس فوری شود .

عوارض جانبی :

احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد .

موارد منع مصرف :

در افراد حساس به نعناع ممنوعیت مصرف دارد

لیکوفار LICOPHAR

اشکال دارویی :

قرص مکیدنی ۷۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

قرص مکیدنی لیکوفار به عنوان ضد التهاب گلو ، خلط آور و ضد سرفه بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص مکیدنی لیکوفار حاوی عصاره و اسانس های زیر می باشد :

۱- عصاره خشک شیرین بیان ۵۱/۲ میلی گرم Glycyrrhiza glabra

۲-اسانس اکالیپتوس ۱/۰۷ میلی گرم Eucalyptus sp

۳-فلفل قرمز ۰/۱۴ میلی گرم Capsicun sp

۴-منتول ۶/۳ میلی گرم Menthol

مواد موثره :

گلیسیریزین ، گلیسیریتینیک اسید روغن های فرار (نظیر منتول ، اکالیپتول) و کاپسی سین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

گلیسیریزین و گلیسیریتینیک اسید موجود در عصاره شیرین بیان احتمالا با تاثیر بر گیرنده های گلوکوکورتیکوییدی روی فعالیت استروییدهای آندوژن تاثیر می گذارند و در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون جلوگیری می کنند . همچنین ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان احتمالا موجب وقفه لیپواکسیژناز ، سیکلو اکسیژناز و کاهش فعالیت اسید آراشیدونیک می گردند . اسانسهای موجود در فرآورده داری اثرات ضد سرفه ، ضد درد و آنتی سپتیک می باشند .

تداخل دارویی :

مصرف همزمان فرآورده های حاوی شیرین بیان با کورتیکوستروییدها و داروهای هورمونی (با اثرات استروژنی و آنتی استروژن) باید با احتیاط صورت گیرد .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۲-۱ قرص مکیده شود

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فرآروده در بیماران قلبی - عروقی (به دلیل اثرات مینرالو کورتیکوییدی شیرین بیان) توصیه نمی گردد .

عوارض جانبی :

مصرف طولانی مدت و مقادیر زیاد این فرآروده ممکن است سبب بروز اثرات شبه مینرالو کورتیکوییدی (احتباس آب و سدیم و افزایش دفع پتاسیم) گردد . به دلیل وجود منتول و کاپسیکوم در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک و تحریک مخاط در افراد حساس وجود دارد .

موارد منع مصرف :

به دلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

لیکوفار در التهابهای ناشی از عفونت مخاط گلو به تنهایی موثر نمی باشد . بنابر این توصیه می گردد طبق دستور پزشک همراه با آنتی بیوتیک مصرف شود .

لاگزاریسین LAXARICIN

اشکال دارویی :

روغن جهت تهیه امولسیون در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

لاگزاریسین به عنوان مسهل جهت آماده سازی کولون و رکتوم برای انجام مطالعات رادیو گرافی و آمادگی قبل از اعمال جراحی

بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر شیشه لاگزاریسین حاوی ۴ گرم روغن کرچک Ricinius communis می باشد که با اسانسهای مختلف (اسانس پرتقال و وانیلین) معطر شده است .

مواد موثره :

تری گلیسیرید ، ریسینولئیک اسید و ایزوریسینولئیک اسید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم دقیق اثر ملین های محرک شناخته شده نیست . روغن کرچک در روده کوچک توسط آنزیم های لیپاز هیدرولیز شده و به گلیسرول و ریسینولئیک اسید تبدیل می شود . ریسینولئیک اسید مانند سایر سورفکتا نتهای آنیونیک با اثر مستقیم روی عضلات صاف روده کوچک ، باعث افزایش حرکات دودی روده و کاهش جذب آب و الکترولیتها می شود . این اثر احتمالا ناشی از تحریکات شبکه عصبی داخل دیواره سلولی می باشد .

مقدارمصرف :

ابتدا محتوی شیشه را با آب حوش پر کرده خوب تکان داده و امولسیون شیری رنگ حاصل را میل نمایید .

بزرگسالان : ۱۵ تا ۶۰ میلی لیتر

کودکان و بالاتر از دو سال :۵ تا ۱۵ میلی لیتر

موارد احتیاط :

۱- لاگزاریسین در دوران قاعدگی باید با احتیاط مصرف شود

۲- ملین ها در خردسالان تا سن ۶ سالگی بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

- عوارضی که در صورت تداوم و یا مزاحمت نیاز به توجه پزشکی دارند :

کرامپ شکمی ، اسهال ، آروغ زدن تهوع ، تحریک پوست اطراف ناحیه مقعد و بثورات جلدی

-عوارضی که نیاز به توجه پزشکی دارند :

مصرف روغن کرچک با مقادیر زیاد و به مدت طولانی ندرتا ممکن است سبب بهم خوردن تعادل الکترولیتها (اغتشاش شعور ، ضربان نامنظم قلب ، کرامپهای عضلانی ، ضعف یا خستگی غیر عادی) شود .

موارد منع مصرف :

این فرآورده مانندس ایر ملین ها در دردهای شکمی با علت نامشخص ، انسداد روده ، آپاندیسیت و یا نشانه های آن ، تهوع استفراغ و حساسیت به روغن کرچک ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

روغن کرچک طی بارداری به علت ایجاد پرخونی در ناحیه لگن که ممکن است باعث شروع واکنش های تحریکی رحم شود منع مصرف دارد .

نکات قابل توصیه :

مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب مدفوع اهمیت دارد .

کامیل CAMIL

اشکال دارویی :

کرم ۳۰ گرمی

موارد مصرف :

کرم کامیل در درمان التهابات پوستی آزردگیهای جلدی ناشی از خراشها و بریدگیهای سطحی ، خشکی و ترک پوست به کار می رود .

اجزاء فرآورده :

کرم کامیل حاوی ۵٪ عصاره آبی و ۰/۵٪ اسانس بابونه Matricaria chomomilla می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر کامازولن ، آلفابیزابولول و فلانوبید آپی ژنین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

فعالیت ضد التهابی عصاره بابونه بیشتر بواسطه ترکیبات ماتریسین (پیشتاز کامازولن) بیزابولول و اکسیدهای آن بوده که عمده ترین ترکیبات موجود در عصاره را تشکیل می دهند . این فعالیت به عمل آنتی اکسیدان آنها نسبت داده شده است . مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره بابونه موجب وقفه سیکلواکسیژناز و لیپواکسیژناز شده در نتیجه تولید پروستاگلاندینها و لوکوترین ها را متوقف می نماید . آپی ژنین موجود رد عصاره بابونه علاوه بر وقفه در ایجاد محصولات ۵- لیپو اکسیژناز و سیکلو اکسیژناز (نظیر ۱۲ لیپواکسیژناز) موجب مهار آزاد سازی هیستامین نیز می گردد .

مقدارمصرف :

روزی ۲ تا ۴ بار در موضع مالیده شود .

عوارض جانبی :

در افراد حساس احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

در افراد حساس به بابونه منع مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

از تماس دارو با چشم و سایر مخاط خودداری شو د .

بخور اوکالیپتوس ایران داروک (پودر)

IRAN DARUK POWER EUCALYPTUS INHALER

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۷۰ گرمی

موارد مصرف :

این ترکیب برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی و احتقان بینی بکار میرود .

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- برگ اکالیپتوس ۵۵٪ Eucalyptus globulus

۲-برگ مورد ۱۰/۷٪ Myrtus communis

۳-برگ پوتار ۸/۳٪ Cymbopogon sp

۴-برگ آویشن باریک ۱۳٪ Ziziphora regia

۵-برگ آویشن صغیر ۱۳٪ Thymus kotshyanus

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوکوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدارمصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

بخور اوکالیپتوس ایران داروک –محلول غیر خوراکی

IRAN DARUK LIQUID EUCALYPTUS INHALER

اشکال دارویی :

محلول غیر خوراکی (اینهالر) در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- تنتوراکالیپتوس ۴۹٪ Eucalyptus globulus

۲-بتنتورمورد ۲۵٪ Myrtus communis

۳-بتنتورپوتار ۲۵٪ Cymbopogon sp

۴-منتول ۱٪ Mentol

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوکوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدارمصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

هایپیران HYPIRAN

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

هایپیران در درمان افسردگی بی خوابی ، اضطراب ، سردردهای عصبی سردردهای دوران قاعدگی و میگرن بکار می رود

اجزاء فرآورده :

هایپیران از عصاره هیدرو الکلی گیاه علف چای Hypericum perforatum تهیه شده است که هر میلی لیتر آن حاوی ۲۵٪ میلی گرم هایپریسین می باشد

مواد موثره :

هایپریسین ، پزودوهایپریسین و فلانوییدهای هایپیرین کورستین ایزوکورستین و روتین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه و در انسان نشان داده است که گیاه هایپریکوم بدلیل داشتن هایپریسین و فلانوییدهای دارای اثرات آرام بخش ، مسکن و ضد اضطراب می باشد بررسیهای انجام شده روی هایپریسین نشان داده است که این ماده از طریق مهار آنزیم منو آمینو اکسیداز موجب بروی اثرات ضد افسردگی می گردد .

آخرین تحقیقات انجام شده نشان داده است که عصاره گیاه هایپریکوم می تواند میزان اکسیژن سلولی را افزایش دهد .

تداخل دارویی :

تداخلات این فرآورده به اثر القای آنزیمی سیستم سیتوکروم P۴۵۰ می باشد که منجر به کاهش غلظت های پلاسمایی و در نتیجه کاهش اثرات درمانی برخی از فرآورده های دارویی می گردد . این نکته در بیماران ذیل باید مورد توجه قرار گیرد :

بیماران مبتلاـ به ایدز تحت درمان با داروهای آنتی رتروویرال (بویژه ایندیناویر) زیرا مصرف همزمان این دو فرآورده موجب کاهش اثر بخشی درمان ایدز گردد .

بیماران تحت درمان با داروهای ضد افسردگی ، زیرا مصرف همزمان خطر بروز عوارض ناخواسته دارویی(بی قراری تهوع و اختلالات گوارشی) را افزایش می دهد .

مصرف مقادیر بیش از دوز درمانی ممکن است با سایر داروهای مهار کننده منو آمینو اکسیداز تداخل نماید

مصرف همزمان با کنتراسپتیوهای خوراکی موجب کاهش اثر بخشی این داروها در جلوگیری از بارداری می گردد

قطع مصرف ناگهانی این فرآورده ممکن است منجر به افزایش سطح خونی برخی داروها (به خصوص سیکلو سپورین دیگوکسین تئوفیلین وارفارین) و در نتیجه سمیت ناشی از آنها گردد .

مقدارمصرف :

بزرگسالان روزی ۳-۲ بار ، هر بار ۰-۲۰ قطره

کودکان بالاتر از سه سال : روزی ۲ بار ، هر بار ۱۵-۱۰قطره

در نصف لیوان آّب و یا آّب میوه ریخته و میل شود

عوارض جانبی :

با مصرف این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک و حساسیت به نور وجود دارد

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این دارو ر دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

نکات قابل توصیه :

رنگ دارو پس از افزودن آب به علت تغییر حلالیت تغییر می کند

پس از مصرف دارو از قرار رگفتن بیش از حد در معرض نور و یا آفتاب شدید خودداری گردد

بهتر است دارو قبل از غذا مصرف شود

پس از مصرف دارو در روزهای اول ممکن است باعث ایجاد ناراحتی های گوارشی و یا تشدید سردرد گردد که حداکثر پس از دو تا چهار هفته از بین می رود

هربی لاکس HERBILAX

اشکال دارویی :

کپسول ۴۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

کپسول هربی لاکس حاوی ۴۵۰ میلی گرم پودر برگ سنا Cassia acutiflia (معادل ۲/۵٪ سنوزید A,B) می باشد .

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پریستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنوکورتیکوستروییدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاـ ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدارمصرف :

بعنوان ملین در بزرگسالان ۲ کپسول در روز در کودکان بالاتر از ۶ سال ۱ کپسول در روز و برای تخلیه معده ۱۰ کپسول یکجا با دو لیوان آب میل شود .

موارد احتیاط :

۱- ترشح کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالا این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳-مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفرت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis

colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

مصرف در حاملگی وشیردهی

۱-مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثرواقع نشده اند .

۲-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آّب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

گرایپ واتر GRIPE WATER

اشکال دارویی :

محلول خوراکی در شیشه های ۶۰ و ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

گرایپ واتر جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می گردد .

اجزاء فرآورده :

گرایپ واتر از اسانس طبیعی گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- اسانس شوید ۰/۰۱۵٪ Anethum graveolens

۲-اسانس دانه رازیانه ۰/۰۱۵٪ Foeniculum vulgare

۳-اسانس برگ نعناع ۰/۰۱۵٪ Mentha Piperita

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاررون ، آنتول فنکون منتول و منتون

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در گرایپ واتر با داشتن اثرات ضد اسپاسم و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری ، موجب تسهیل خروج گازها از معده می گردد . بعلاوه منتول موجود در این فرآورده احتمالا از طریق اثر کلسیم آنتاگونیستی موجب شل شدن عضلات صاف جداره کولون می شود .

مقدارمصرف :

نوزادان : یک قاشق چایخوری

کودکان : یک قاشق مرباخوری

بزرگسالان یک قاشق سوپخوری

در صورت لزوم چهار تا شش بار می توان در روز تکرار کرد .

عوارض جانبی :

به دلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده در افراد حساس ، امکان بروز واکنشهای آلرژیک مانند ردماتیت تماسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

بخور اوکالیپتوس گل دارو

GOLDARU EUCALYPTUS INHALER

اشکال دارویی :

محلول در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- تنتور اکالیپتوس ۲۰ گرم Eucalyptus globulus

۲-تنتور بنزوئن ۲۰ گرم Sryrax benzoin tincture

۳-پودر منتول ۱ گرم Menthol

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوکوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدارمصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

گل گریپ GOL _ GRIPE

اشکال دارویی :

محلول خوراکی در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

گل گریپ جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن در نوزادن و کودکان بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

گل گریپ حاوی اسانس شوید ٪۰/۰۴۶ Anethum graveolens و بیکربنات سدیم ٪۱/۰۵ می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاررون ، لیمونن و بیکربنات سدیم

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود درگل گریپ با داشتن اثرات ضد اسپاسم روی عضلات صاف مجرای گوارشی می باشد

مقدارمصرف :

کودکان ۱ تا ۶ ماه : یک قاشق مرباخوی

کودکان ۶ تا ۱۲ ماهه : دو قاشق مرباخوری

کودکان بالاتر از ۲سال : سه قاشق مرباخوری

در صورت لزوم این مقادیر را تا ۶ بار در روز می توان تکرار نمود .

موارد احتیاط :

در نوزادان کمتر از ۱ ماه توصیه نمی شود .

موارد منع مصرف :

در بیماران مبتلا به نارسایی کلیه و افراد حساس به متیل و پروپیل پارابن توصیه نمی شود .

جن جی تون GINGITON

اشکال دارویی :

کپسول ۳۶۵ میلی گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده در پیشگیری از بیماری مسافرت مصرف می شود

اجزاء فرآورده :

این فرآورده حاوی ۳۶۵ میلی گرم پودر یرشه زنجبیل Zingiber officinale می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار مانند زینجبیرن و بتابیزابولن و اولئورزین هایی مانند همولوگهای جینجرول و شوگا ال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر زنجبیل در پیشگیری از بیماری مسافرت مشخص نیست . به نظر می رسد که با تاثیر موضعی بر مجاری گوارشی اثر خود را اعمال می کند .

تداخل دارویی :

از آنجا که گزارش شده اشت زنجبیل دارای اثرات کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی وپایین آورنده قند خون می باشد . لذا مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است با درمانهای قلبی ، پایین آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نماید .

مقدارمصرف :

در بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال : ۲ کپسول نیمساعت قبل از شروع مسافرت سپس هر ۴ ساعت یکبار ۲ کپسول مصرف شود .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری وشیر دهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود

جنرال تونیک GENERAL TONIC

اشکال دارویی :

پودر در قوطی ۳۵۰ گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده به عنوان تقویت کننده عمومی بدن و در بی اشتهایی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

جنرال تونیک از مخلوط زیر تشکیل شده است :

۱- ریشه کاسنی ۱۰٪ Cichorium intybus

۲-دانه شنبلیله ۵٪ Trigonella foenum-graecum

۳-ریشه هویج ۱۰٪ Daucus carota

۴-دانه جو زده جو ۱۵٪ Hordeun vulgare

۵-اسانس رازیانه ۱٪ Foeniculum vulgare

۶-دانه سویا ۱۱٪

۷-دانه نخود ۸٪

۸-کاکائو ۵٪

۹-شکر ۲۹٪

مواد موثره :

کلروژنیک اسید ایزوکلرونیک اسید موسیلاژ ، پروتئین آمینو اسید (لیزین ، تریپتوفان هیستیدین ، آرژینین ...) آپی ژنین ویتکسین کورستین ، کاروتنوییدها ترانس آنتول ، فنکون کارتنوییدها و لیکوپن .

مقدارمصرف :

یک یا دو پیمانه پودر جنرال تونیک را با یک لیوان شیر یا آب گرم مخلوط کرده ۳-۲بار در روز میل شود و در صورت تمایل می توان شکر یا عسل به آن اضافه نمود.

گارسین GARSIN

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۶۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

گارسین در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرائین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص گارسین حاوی ۴۲/۸۵٪ پودر سیر Allium sativum (معادل ۹/۸ میلی گرم آلیئین)می باشد .

مواد موثره :

تیو آلیلها و مشتقات آنها نظیر آلیئین آلیسین دی آللیل دی سولفاید و دی آللیل تری سولفاید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می گردد . به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلاریزه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و یا پودرسیر انجام پذیرفته نشان داده است کهس یر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می گردد . این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است .

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسرید احتمالا ـ از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانندهیدروسکی متیل گلوتاریل کوآنزیم A و استیل کوآکربوکسیلاز ظاهر می شود .

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می گردد .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می نماید .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هر بار یک قرص بعد از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید .

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد . البته مطالعات کلینیکی و بالینی در این زمینه انجام نپذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است .

گارلی کپ GARLICAP

اشکال دارویی :

کپسول ۳۳۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

گارلی کپ در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرائین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

کپسول گارلی کپ حاوی ۳۳۰ میلی گرم پودر سیر Allium sativum می باشد .

مواد موثره :

تیو آلیلها و مشتقات آنها نظیر آلیئین آلیسین ، آجوئین دی آللیل دی سولفاید و دی آللیل تری سولفاید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می گردد . به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلاریزه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و یا پودرسیر انجام پذیرفته نشان داده است کهس یر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می گردد . این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است .

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسرید احتمالاـ از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانندهیدروسکی متیل گلوتاریل کوآنزیم A و استیل کوآکربوکسیلاز ظاهر می شود .

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می گردد .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می نماید .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هربار ۲-۱ کپسول با یک لیوان آب بعد از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید .

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد . البته مطالعات کلینیکی و بالینی در این زمینه انجام نپذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است .

گارلیک GARLIC

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

گارلیک در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرائین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر ۱۰ قطره گارلیک حاوی ۰/۲۵ گرم عصاره سیر Allium sativum می باشد .

مواد موثره :

تیو آللیلها و مشتقات آنها نظیر آلیئن آلیسین ، آجوئین دی آللیل دی سولفاید و دی آللیل تری سولفاید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می گردد . به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلاریزه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و یا پودرسیر انجام پذیرفته نشان داده است کهس یر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می گردد . این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است .

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسرید احتمالاـ از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانندهیدروسکی متیل گلوتاریل کوآنزیم A و استیل کوآکربوکسیلاز ظاهر می شود .

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می گردد .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می نماید .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدارمصرف :

روزی ۱-۳ بار هر بار ۱۰ قطره به همراه غذا یا آب میوه میوه میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید .

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد . البته مطالعات کلینیکی و بالینی در این زمینه انجام نپذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است .

گارلت GARLET

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۵۷۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

گارلت در زیادی فشار خون ، زیادی چربی خون ، تصلب شرائین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص گارلت حاوی ۴۰۰ میلی گرم پودر سیر Allium sativum می باشد و میزان آلیئن و آلیسین آن در هر قرص معادل ۱۰۰۰ میکرو گرم است .

مواد موثره :

تیو آلیلها و مشتقات آنها نظیر آلیئن آلیسین ، آجوئن دی آللیل دی سولفاید و دی آللیل تری سولفاید .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاسیون عروق محیطی می گردد . به نظر می رسد این دارو با باز نمودن کانالهای پتاسیم موجب هیپرپلاریزه شده پتانسیل غشا (در حالیکه کانالهای کلسیم بسته شده اند) و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و یا پودرسیر انجام پذیرفته نشان داده است کهس یر از طریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پایین آمدن فشار خون می گردد . این نتایج توسط در انسان نیز تایید گردیده است .

اثر سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسیرید احتمالا-از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و سایدهای چرب مانندهیدروسکی متیل گلوتاریل کوآنزیم A و استیل کوآکربوکسیلاز ظاهر می شود .

سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب کاهش میزان LDL و VLDL و افزایش میزان HDL می گردد .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می نماید .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار هر بار ۱-۲ قرص بعد از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید .

همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد مبتلا به زخم های حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

مطالعات کلینیکی در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد . البته مطالعات کلینیکی و بالینی در این زمینه انجام نپذیرفته است ولی با این وجود مصرف سیر در زنان باردار و شیرده ممنوع است .

انوکسولون ENOXOLONE

اشکال دارویی :

پماد جلدی ۱۵ گرمی

موارد مصرف :

انوکسولون در درمان التهابات پوستی و موارد زیر بکار می رود :

– قرمزی پوست نوزادان ناشی از ادرار سوختگی

– قرمزی پوست در اثر آفتاب سوختگی

– اگزماهای ملایم در سطح صورت پلکها و اطراف دهان

–خارش ناشی از نیش حشرات ، خارش های انگلی یا خارش دستگاه تناسلی در زنان

اجزاء فرآورده :

پماد انوکسولون حاوی ۲٪ اسید گلیسیریتینیک می باشد که از گیاه شیرین بیان به دست می آید .

مواد موثره :

اسید گلیسیریتینیک (انوکسولون)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر پـد تورومی اسید گلیسیریتینیک با وجود شباهت ساختمانی آنب ه هیدروکورتیزون مورد تردید می باشد . مطالعات انجام شده نشان داده است که گلیسیریتینیک اسید تمایل نسبی به اتصال با گیرنده های گلوکورتیکوییدی و میزالوروتیکوییدی را دارد و احتمالا با تاثیر بر این گیرنده ها ، روی فعالیت استروییدهای آندوژن تاثیر می نماید .

همچنین این ترکیبات با وقفه عمل آنزیم۱۱-Beta Hydroxy steroid در کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به کورتیزون غیر فعال جلوگیری می کنند . همچنین ترکیبات موجود در عصاره شیرین با موجب وقفه لیپواکسیژناز و سیکلو اکسیژناز و کاهش فعالیت اسید آراسیدونیک می گردند .

مقدارمصرف :

پس از تمیز کردن پوست روزی ۲ تا ۴ بار لایه نازکی از پماد روی موضع بمالید

موارد احتیاط :

۱– به علت ایجاد حساسیت در اثر تماس با این دارو به مدت طولانی و روی سطح وسیعی از پوست استفاده می شود .

۲– در مورد پوست نوزادان روی مخاط و پوستی که هنوز لایه خارجی آن تشکیل نشده استفاده نشود

۳–از استعمال پماد در چشم و اطراف آن خودداری شود

عوارض جانبی :

در صورت مصرف دارو به مدت طولانی و در سطح وسیع و آُسیب دیده پوست احتمال بروز علائم میزالوکورتیکوییدی وجود دارد .

دیورتیک DIURETIC

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

دیورتیک در تخفیف نشانه های خیز در نارسایی احتقانی قلب و کم کاری کلیه ، عفونتها دستگاه ادراری و کمک به دفع سنگهای مجاری ادرار و افزایش فشار خون بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

پودر مخلوط گیاهی دیورتیک از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- دم آلبالو ۵۷/۴٪ Prunus cerasus

۲-کاکل ذرت ۸/۸ ٪ Zea mays

۳-میوه خارخاسک ۲۵٪ Tribulus terrestris

۴-برگ پونه ۸/۸٪ Mentha longifolia

مواد موثره :

پتاسیم ، کلسیم ، گلوکز ، لوولوز روغن های فرار و فلانوییدها

آثار فارماکولوژیك و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این فرآورده بطور کامل شناخته نشده است . احتمالا یونها وق ندهای موجود در آب مشابه مدرهای اسمزی ، سبب افزایش اسمولاریته مایع تصفیه شده در گلومرولها و تسهیل دفع آب و مهار جذب مجدد آب و املاح می گردد .

روغن های فرار موجود در پونه به علت داشتن اثرات ضد اسپاسم موجب شل شدن عضلات صاف مجاری ادرار و تسهیل خروج سنگ می گردد .

مقدارمصرف :

روزی ۲ بار هر بار یک قاشق غذاخوری از مخلوط گیاهی را در یك لیوان آب جوش به مدت ۱۰ دقیقه دم نموده پس از صاف کردن میل نمایند .

عوارض جانبی :

در افراد حساس به کاکل ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی و کهیر وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این دارو در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن سنجیده می شود .

نکات قابل توصیه :

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است منجر به اختلال آب و الکترولیتها گردد .

بخور دینه (پودر)

DINEH INHALER POWDER

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۵۰ گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود و همچنین برای بهبود آکنه قابل استفاده می باشد .

اجزاء فرآورده :

بخور دینه ز اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱-دانه رازیانه ۲۰٪ Foeniculum vulgare

۲-برگ مورد ۳۰٪ Myrtus communis

۳-برگ اکالیپتوس ۳۰٪ Eculiptus globulus

۴-برگ آویشن ۱۵٪ Thymus sp

۵-گل بابونه ۵٪ Matricaria chamomilla

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس سابتیلیس و میکرو کوکوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدارمصرف :

بخور : یک قاشق سوپخوری از بخور دینه را در یک لیتر آب جوش ریخته بخور دهید .

درمان کمکی آکنه : یک قاشق سوپخوری از فرآورده را در یک لیتر آب جوشان ریخته سپس جوشانده حاصل را پس از صاف نمودن به صورت کمپرس روی پوست استفاده نمایند.

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

بدلیل وجود بابونه در این فراورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

بخور اوکالیپتوس دینه

DINEH EUCALYPTUS INHALER

اشکال دارویی :

محلول در شیشه های ۶۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این فرآورده برای برطرف نمودن نشانه های سرماخوردگی ، سرفه و احتقاق بینی بکار می رود.

اجزاء فرآورده :

پودر بخور اکالیپتوس از اجزاء زیر تشکیل شده است :

۱- اسانس اکالیپتوس ۰/۱٪ Eucalyptus sp

۲-اسانس آویشن ۰/۱٪ Thymus sp

۳-اسانس رازیانه ۰/۱٪ Foenicuhum vulgare

۴-اسانس نعناع ۰/۴٪ Mentha piperita

۵-تنتور اکالیپتوس تا ۱۰۰٪ Eucalyptus sp

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر سینئول (اکالیپتول) ، سیترونلول ، تیمول و فلانویید کورستین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اسانسهای موجود در این فرآورده دارای اثرات ضد التهاب ف خلط آور و ضد عفونی کننده می باشند . به نظر می رسد اثرات ضد میکروبی اکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت بیشتر بوده بخصوص باسیلوس ساب تیلیس و میکرو کوکوس گلوتامیس به آن حساس تر می باشد . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که کورستین و هاپیروزید موجود در اکالیپتوس اثرات ضد ویروس آنفلونزا تیپ A دارند .

مقدارمصرف :

روزانه چند بار هر بار یک قاشق سوپخوری از پودر را در ظرف مناسب آب داغ ریخته و به مدت ۱۰-۵ دقیقه در حالی که چشمها بسته است بخور داده شود .

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی گردد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در بیماران مبتلا به تب بالا ، سرفه های مداوم و خون ریزی دستگاه تنفسی ممنوعیت مصرف دارد

نکات قابل توصیه :

این دارو باید به صورت بخور مصرف شودو از خوردن آن اکیدا خودداری شود

در خلال بخور دادن چشمها باید بسته باشند

سرفه های مداوم ممکن است نشانگر یک بیماری جدی باشد در صورت تداوم نشانه های بیماری مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه کنید .

د- رگلیس D-REGLIS

اشکال دارویی :

قرص ۶۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

د - رگلیس در زخم اثنی عشر و معده گاستریت و گاسترالژی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

هر قرص د - رگلیس حاوی ۳۸۰ میلی گرم عصاره شیرین بیان Glycyrrhiza glabra می باشد که مقدار گلیسیریزین آن تا حد کمتر از ۳٪ کاهش داده شده است .

مواد موثره :

فلانوییدها گلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین (هرنیارین)

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات درمان کننـده زخم معده و اثنی عشـر این فرآورده مربوط به ترکیبات فلانوییدی گیاه شیرین بیان می باشد که احتمالا با تاثیر بر موکوس معده سد موکوسـی را نسـبت به تاثیر اسید معده تقویت می نماید . به نظر می رسد این اثر مشابه کربنوکسولون بوده و با تداخل در سنتز پروستانویید معده موجب افزایش تولید موکوس و جریان خون مخاطی می گردد .

مقدارمصرف :

در زخم معده ۲قرص ، ۳ بار در روز میل شود

در زخم اثنی عشر این مقدار را می توان در صورت لزوم تا ۲ قرص ، ۶ بار در روز افزایش داد .

موارد احتیاط :

عصاره تام شـیرین بیان به علت داشـتن اثرات شـبه مینرالو کورتیکوییدی سبب احتباس برگشت پذیر آب و سدیم شده دفع پتاسیم را افزایش می دهـد . عصـاره د - گلیسـیریزه شـیرین بیـان معمولاـ ایـن اثرا را نداشـته ولی توصـیه می گردد ایـن دارو در افرادی که مشکلات قلبی - عروقی و یا فشار خون بالا دارند با احتیاط مصرف شود.

مصرف در حاملگی وشیردهی :

عصـاره تـام شـیرین بیان دارای اثرات استروژنیک و استروییـدی بوده و باعث افزایش فشار خون در زمان بارداری و تحریک فعالیت رحم در حیوانـات آزمایشـگاهی می گردد که این عـارضه برای فرآورده های د- گلیسـیرزینه شـده کمتر مشاهـده خواهـد شـد ولی مصرف این داروها در دوران حاملگی باید مورد توجه قرار گیرد .

کراتاگوس CRATAGUS

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

کراتاگوس با داشـتن اثرات کاردیوتونیک ، گشاد کننـده عروق کرونر و پایین آورنده فشار خون در درمان نارساییهای خفیف قلبی و زیادی فشار خون به کارمی رود .

اجزاء فرآورده :

قطره کراتاگوس از عصاره هیدروالکلی گیاه سرخ ولیک Crataegus microphylla تهیه شده است که هر ۱۰۰ میلی لیتر آن حاوی ۰/۲ گرم ماده موثره فلانویید می باشد .

مواد موثره :

فلانوییدها ، پروسیانیدین ها و پروآنتو سیانیدین ها

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات قلبی - عروقی این فرآورده به ترکیبات فلانوییدی موجود در کراتاگوس ، بخصوص پروسـیانیدین ها نسبت داده شده است . مطالعات در انسان و در آزمایشگاه نشان داده است که کراتاگوس باعث افزایش جریان خون کرونر ، افزایش جریان خون محیطی (در سر ، عضـلات اسـکلتی و کلیه) کاهش جریان خون محیطی (رد پوست و دستگاه گوارش) کاهش مقاومت محیطی و کاهش

فشـار خون می گردد . بررسـی هـای انجـام شـده نشـان داده است که کراتاگوس احتمالا با اسـتاع عروق خونی موجب کاهش فشار خون می گردد . همچنین بر طبق مطالعات در آزمایشگاه ترکیبات فلانوییدی و پروآنتوسیانیدین این گیاه دارای اثرات کرونو تروپ منفی و اینوتروپ مثبت می باشد .

مقدارمصرف :

مقدار مصرف اولیه : ۷۰-۶۰ قطره ۳ بار در روز به مدت ۴-۳ روز

مقدار مصرف نگهدارنده : روزی ۳ بار هر بار ۲۵ قطره

بهتر است قطره را با کمی آب رقیق نموده مصرف شود

موارد احتیاط :

بیمـاران تحت درمـان بـا داروهـای قلبی - عروقی به اثرات فارموکولوژیـک کراتاگوس حساس تر می باشـند . بنابریان مصـرف این فرآروده در افراد فوق باید با احتیاط صورت گیرد .

عوارض جانبی :

بـا مصـرف فرآورده های حاوی کراتاگوس عوارضـی نظیر تهوع ، خسـتگی ، تعریق و راش های جلـدی معمولا روی دست گزارش شده است.

مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد مسمومیت (برادیکاری ، دپرسیون تنفسی)نماید .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصـرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

کارمینت CARMINAT

اشکال دارویی :

قطره در شیشه های ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

این فرآورده جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می گردد

اجزاء فرآورده :

قطره کارمینت از عصاره هیدرو الکلی گیاهان زیر تشکیل شده است

۱-برگ نعناع ٪۵۰ Mentha piperita

۲-برگ بادرنجبویه ٪۲۵ Melissa officinalis

۳-دانه گشنیز ٪۲۵ Coriandrum sativum

مواد موثره :

روغن های فرار مانند لیناکول ،منتول . سیترال

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن هـای فرار موجود در کـارمینت بـا داشـتن اثرات آنتی اسپاسـمودیک و کـاهش تونوس اسـفنکتر تحتـانی مری موجب تسـهیل خروج گازها از معده می گردد .

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .

مقدارمصرف :

بزرگسالان : ۳۰ قطره کودکان زیر ۱۲ سال : ۱۵ قطره در نصف استکان آّب ریخته بعد از هر وعده غذا میل شود

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

کارميناتيف CARMINATIF

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۵۵ گرمی

موارد مصرف :

این فرآورده جهت برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف می گردد

اجزاء فرآورده :

کارميناتيف از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- دانه زیره سیاه ۱۵٪ Carim carvi

۲-دانه زیره سبز ۱۰٪ Curninum cyminum

۳-دانه انیسون ۱۵٪ Pimpinella anisun

۴-برگ نعناع ۲۰٪ Mentha piperita

۵-برگ بادرنجبویه ۵٪ Melissa officinalis

۶-دانه رازیانه ۲۰٪ Foeniculum vulgare

۷-دانه گشنیز ۱۵٪ Coriandrum sativum

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاروون ، آنتول ، فنکون ، منتول . سیترال ، لینالول و کومینالدئید

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن هـای فرار موجود در کارميناتيف با داشـتن اثرات آنتی اسپاسـموديک و کاهش تونوس اسـفنکتر تحتانی مری موجب تسـهیل خروج گازها از معده می گردد .

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .

مقدارمصرف :

بزرگسالان ۲-۱ قـاشق مربـاخوری از پودر کارمینـاتیف را با نصف لیوان آب جوش مخلوط کرده (در صورت لزوم شـیرین کرده) پس از غذا میل نمایند . همچنین پودر کارميناتيف را می توان مستقیما به غذا یا ماست افزوده میل نمود .

کودکان زیر ۱۲ سال : نصف مقدار بزرگسالان

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

موارد منع مصرف :

در اختلالات شدید گوارشی ، زخم معده و همچنین در بیمارانی که جراحی سیستم گوارشی داشته و یا خونریزی دارند نباید مصرف شود .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

کاروای میکسچر CARWAY MIXTURE

اشکال دارویی :

محلول خوراکی در شیشه های ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

کاروای میکسچر در برطرف نمودن سوء هاشمه نفخ و درد ناشی از در نوزادان و کودکان بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

کاروای میکسچر از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- عرق زیره سیاه ۳۳/۳۲٪ Carum carvi

۲-عرق رازیانه ۳۳/۳۲٪ Foenciculum vulgare

۳-عرق نعناع ۸/۴۳٪ Mentha arvensis

۴-عرق پونه ۸/۳۳٪ Mentha longifolia

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاروون ، آنتول ، فنکون ، منتول .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در کاروای میکسچر با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می گردد .

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .

مقدارمصرف :

کودکان تا ۶ ماه : یک قاشق مرباخوری

کودکان ۶ ماه تا ۲سال : دو قاشف مرباخوری

کودکان بالاتر از دو سال : سه قاشق مرباخوری

در صورت لزوم این مقادیر را تا ۶ بار در روز می توان تکرار نمود .

عوارض جانبی :

بدلیل وجود اسانس نعناع در این فرآورده احتمال بروز واکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجود دارد

کارامین CARAMIN

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

کارامین در برطرف نمودن سوء هاضمه نفخ و درد ناشی از آن مصرف شود

اجزاء فرآورده :

کارامین از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- دانه انیسون ٪۲۰ Pinpinella anisum

۲-دانه رازیانه ٪۲۰ Foeniculun vulgare

۳-دانه زیره سیاه ٪۲۰ Carun carvi

۴-گل بابونه ٪۲۰ Matricaria chamomilla

۵-برگ نعناع ٪۲۰ Mentha pipreita

مواد موثره :

روغن های فرار مانند کاروون ، آنتول ، فنکون ، منتول ، کامازولن و فلانویید آپی ژنین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

روغن های فرار موجود در کارامین با داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنکتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می گردد .

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که ترکیبات فلانوییدی و بیزابولول بابونه دارای اثرات آنتی اسپاسمودیک می باشد (اثرات آنتی اسپاسمودیک فلانوییدها بخصوص آپی ژنین سه بار قویتر از پاپاورین است .)

بعلاوه منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثر آنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن عضلت صاف جداره کولون می شود .

مقدارمصرف :

روزی ۲ بار هر بار ۲-۱ قاشق مرباخوری از پودر کارامین را در یک لیوان آب جوش دم کرده نیم ساعت بعد از غذا میل نمایند .

عوارض جانبی :

در افراد حساس امکان بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت تماسی وجود دارد

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

کالاندولا CALENDULA

اشکال دارویی :

پماد ۱۵ گرمی

موارد مصرف :

– در ماتیت آلرژیک

– پیشگیری و تسکین التهاب و تحریکپ وست بدن شیرخوار بر اثر تماس با ادرار

– آزردگی های جلدی ناشی از خراش ها و بریدگی های سطحی

– خشکی و ترک پوست

–پیشگیری و درمان آفتاب سوختگی

– تسکین خارش و التهاب ناشی از گزیدگی حشرات

اجزاء فرآورده :

پماد کالاندولا از عصاره تام گلهای کالاندولا Calendula officinalis به میزان ۱/۵٪ تهیه شده است

مواد موثره :

فلانوییدهایی نظیر کورستین ، ایزوکورستین ، استرولها کاروتنوییها و ساپونین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

– فلانوییدهای موجود در گل همشه بهار از آزاد شدن هیستامین و تولید پروستاگلاندین ها جلوگیری می نمایند . همچنین برای این دسته از مواد گیاه ، اثرات دیگری نظیر تثبیت غشا لیزوزومی و تاثیر بر نفوذ پذیری و مقاومت مویرگی قائل هستند .

–ساپونین های گل همیشه بهار از آزاد شدن هیستامین برادی کینین و بعضی از آنزیمهای پروتئولیتیک جلوگیری کرده و با کاهش نفوذ پذیری مویرگها ، مانع ترشح پلاسما به داخل بافتها گردیده و مهاجرت گویچه های سفید را به محل التهاب کاهش می دهند . بعلاوه گزارشهایی مبنی بر وقفه در رشد برخی از باکتریها و قارچها توسط این مواد وجود دارد .

–کاروتنو ئیدهای گل همیشه بهار ، بخصوص بتاکاروتن پیش ساز ویتامین A بوده و به اثرات ضد التهاب و التیام بخش فلانوییدها و ساپرنوزیدهای آن کمک می کنند . کاروتنوئیها همچنین همراه با تانن موجود در گیاه در پیشگیری و بهبود حالت قرمزی پوست ، تورم و درد ناشی از آفتای سوختگی که در اثر اشعه ماوراء بنفش ایجاد می شود موثر گزارش شده اند .

مقدارمصرف :

روزی چند بار پس از تمیز کردن پوست ف به مقدار کافی از پماد روی موضع مالیده شود .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود.

سی لاکس C_LAX

اشکال دارویی :

قرص ۷۵۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

این دارو برای برطرف ساختن کوتاه مدت یبوست بکار می رود

اجزاء فرآورده :

قرص سی لاکس حاوی ۶۰۰ میلی گرم برگ سنا Cassia obovata (معادل ۱۵ میلی گرم سنوزید B) و ۱۰۰ میلی گرم دانه گشنیز Coriandrum sativum می باشد.

مواد موثره :

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزید (سنوزید A,B) ،روغن های فرار نظیر لینالول و کوریاندرول.

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سنوزیدهای A,B توسط باکتریهای روده بزرگ متابولیز شده تبدیل به مشتقات فعال Rhein-anthrone می گردند . این ترکیبات موجب تحریک و افزایش حرکات پریستالتیک روده و در نتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده و همچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را از طریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاط افزایش می دهند . بر اساس گزارشات موجود، اثرات فوق احتمالا با افزایش بیو سنتز و آزاد سازی پروستا گلاندین ها ایجاد می شوند . روغنهای فرار اسانس زیره بعلت داشتن اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد و کرامپ ناشی از مصرف سنا می گردند .

تداخل دارویی

این دارو به دلیل تغییر رنگ و افزایش PH ادرار ممکن است با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان استروژن به روش کوبر) تداخل نماید . فرآورده های حاوی سنا با داروهای پایین آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای تیازیدی ، آدرنوکورتیکوستروییدها ریشه شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل اثر داشته و احتمالاـ ایجاد اختلالات قلبی و عصبی - عضلانی می نماید .

مقدارمصرف :

ملین : بزرگسالان ۲-۱ قرص در روز

کودکان بالاتر از ۶ سال ، ۱-۰/۵ قرص طبق دستور پزشک مصرف شود

مسهل : ۳-۲ قص بطور همزمان قبل از خواب مصرف شود

موارد احتیاط :

۱- دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب تغییر رنگ ادرار (زرد قهوه ای به قرمز) همراه با افزایش PH می گردد

۲- ملینها در خردسالان تا ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شود

عوارض جانبی :

۱- مصرف سنا ایجاد درد و کرامپ شکمی می نماید ولی این فرآورده بدلیل داشتن اسانس زیره احتمالا این عارضه را ایجاد نمی نماید .

۲- مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این فرآورده موجب از بین رفتن کارایی روده ها ، اسهال و از دست دادن آب و الکترولیتها (بویژه پتاسیم) آلبومینوری و هماتوری می گردد .

۳-مقادیر زیاد سنا ممکن است ایجاد نفریت کند

۴-در افرادی که به مدت طولانی از ملین های آنتراکینونی استفاده نموده اند پیگمانتاسیون ملانوتیک مخاط روده (Melanosis colic) مشاهده شده است . البته ۱۲-۴ماه پس از قطع مصرف دارو این عارضه از بین خواهد رفت

موارد منع مصرف :

۱-این فرآورده مانند سایر ملین ها در بیماران مبتلا به تنگی و انسداد روده و ایلئوم ، دردهای شکمی ناشناخته ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص بیماریهای التهابی روده و آپاندیسیت ممنوعیت مصرف دارد

۲-استفاده طولانی از ملین های آنتراکینونی ایجاد وابستگی می نماید لذا مصرف طولانی مدت آنها ممنوع می باشد .

مصرف در حاملگی وشیردهی

۱-مصرف این فرآورده در دوران بارداری تنها هنگامی توصیه می گردد که رژیم غذایی مناسب و ملین های فیبری موثرواقع نشده اند .

۲-به علت احتمال ترشح مشتقات آنتراکینون در شیر مادر مصرف این فرآورده در دوران شیردهی توصیه نمی گردد .

نکات قابل توصیه :

۱- با توجه به اینکه اثرات سنا ۱۰-۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهر می گردد بهتر است این فرآورده قبل از خواب مصرف شود

۲-مصرف حداقل ۸-۶ لیوان آّب در روز برای کمک به نرمش دن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این امر به علت خروج حجم زیادی از آب یا مدفوع اهمیت دارد .

برونکوتیدی BRONCHO T.D

اشکال دارویی :

شربت ۱۲۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

شربت برونکوتیدی به عنوان ضد سرفه و خلط آور بکار می رود

اجزاء فرآورده :

هر ۱۰۰ میلی لیتر شربت حاوی ۲۵ گرم عصاره هیدروالکلی ۲۰٪ آویشن شیرازی Zataria multiflora می باشد.

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر تیمول و کارواکرول

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

اثرات ضد سرفه و خلط آور آویشن شیرازی احتمالا مربوط به روغن های فرار (تیمول و کارواکرول) آن می باشد .

مقدارمصرف :

بزرگسالان : یک قاشق غذاخوری ۳ تا ۴ بار در روز

کودکان : یک قاشق مرباخوری ۳ تا ۴ بار در روز

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فراورده ممکن است باعث تحریک غشا مخاطی می گردد

موارد منع مصرف :

بدلیل وجود ساکاروز نباید در افراد دیابتیک مصرف شود

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فراورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

برن BRAN

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۲۵۰ گرمی

موارد مصرف :

برن د ر اختلالات دستگاه گوارش نظیر یبوست ، بیماریهای دیورتیکولار روده بزرگ و سندرم روده تحریک پذیر بکار می رود . ملین های حجیم کننده مدفوع برای پیشگیری از یبوست در بیمارانی که در حین اجابت مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیمارانی که زخم برش فرج دارند ، هموروئید ، ترومبوزه دردناک ، شقاق یا آبسه پرینه ای ، فتق دیافراگم و تنگی آنورکتال مصرف می شود .

اجزاء فرآورده :

پودر برن از پوسته خارجی گندم تهیه شده است

مواد موثره :

پلی ساکاریدها (سلولز [همی سلولز و پکتین) پروتئین ، چربی و املاح

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

برن احتمالا ـ از طریق جذب و نگهداری آب باعث افزایش حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش حرکات دودی و در نتیجه کوتاه شده زمان عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع می گردد

تداخل دارویی :

پودر برن باعث کاهش جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیمم ، منیزیم ،مس و روی) ، ویتامین B۱۲ ، گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی می گردد .

مقدارمصرف :

روزانه ۳-۲ بار یک یا دو قاشق غذاخوری از پودر برن را در یک لیوان آب میوه ، شیر و یا سایر نوشیدنیها اضافه کرده ۱۵ تا ۳۰ دقیقه قبل از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

۱- میلن ها در کودکان (تا سن ۶ سال) به جز با دستور پزشک نباید مصرف شوند . از آنجا که این کودکان قادر به توضیح علائم بیماری خود نیستند تشخیص دقیق بیماری بر مصرف این داروها ارجحیت دارد .به یان طریق می توان ازعواقب بیماری مانند آپاندیسیت یا بروز عوارض جانبی شدیدتر جلوگیری کرد.

۲-پودر برن باید با مقادیر زیاد مایعات مصرف شود . زیرا در صورت عدم مصرف کافی مایعات احتمال بروز انسداد مری و تراکم مدفوع در روده وجود دارد .

عوارض جانبی :

در شروع درمان ممکن است سنگینی و نفخ موقتی در بیماران ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف می شود . مصرف مقادیر زیاد از پودر برن ، باعث انسداد روده و مری(معمولا بدلیل مصرف کم مایعات) می گردد . همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف دارو گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فراورده مانند سایر داروهای ملین در آپاندیسیت و یا نشانه های آن ، خونریزی رکتوم با علت نامشخص ، نارسایی احتقانی قلب و انسداد روده ممنوعیت مصرف دارد . داروهای ملین حجیم کننده مدفوع در صورت وجود اشکال در بلع نباید مصرف شوند .

نکات قابل توصیه :

۱– مصرف حداقل ۸–۶ لیوان آب در روز برای کمک به نرم شدن مدفوع . جلوگیری از کاهش آب بدن بیمار ضروری است . این امر به دلیل خروج حجم زیادی آب با مدفوع اهمیت دارد .

۲–مصرف طولانی مدت این داروها که بصورت عادت درآمده باشد ممکن است باعث وابسته شدن کار روده ها به این دارو هاشود .

۳–داروهای ملین نباید بیشتر از یک هفته (مگر با دستور پزشک) یا در موارد غیر ضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی یک یا دو روز) مصرف شود

۴–از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت بعد از مصرف سایر داروها خودداری شود.

بابونه BABOONEH

اشکال دارویی :

قطره ۱۵ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره بابونه برای درمان التهاب بافت مخاطی دهان وسایر قسمتهای دستگاه گوارش بکار می رود علاوه بر این دارای اثرات ضد اسپاسم و ضد نفخ می باشد . این فرآورده به صورت دهانشویه جخت رفع التهابات مخاطی دهان نیز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قطره بابونه از عصاره هیدرو الکلی گیاه بابونه Matrivaria chamomilla تهیه شده است که هر ۱۰۰ میلی لیتر از قطره حاوی ۱۰ میلی گرم کامازولن و حداقل ۲ میلی گرم آپی ژنین می باشد .

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر کامازولن ، بیزابولول و فلانویید آپی ژنین

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

فعالیت ضد التهابی عصاره بابونه بیشتر بواسطه ترکیبات ماتریسین (پیشاز کامازولن) ، بیزابولول و اکسیدهای آن بوده که عمده ترین ترکیبات موجود در عصاره را تشکیل می دهند و این فعالیت به عمل آنتی اکسیدان آنها نسبت داده شده است . مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره بابونه موجب وقفه سیکلواکسیژناز و لیپواکسیژناز شده در نتیجه تولید پروستاگلاندین ها و لوکوترین ها را متوقف می نماید و آپی ژنین موجود در عصاره بابونه علاوه بر وقفه در ایجاد محصولات ۵– لیپو اکسیژناز و سیکلو اکسیژناز (نظیر ۱۲– لیپو اکسیژناز) موجب مهار آزاد سازی هیستامین نیز می گردد . اثرات آنتی اسپاسمودیک بابونه به آپی ژنین نسبت داده میشود که یمزان این اثر نسبت به پاپاورین ۳/۹۲ برابر قویتر است .

مقدارمصرف :

برای مصرف خوراکی در بزرگسالان روزی ۳ بار هر بار ۳۰ قطره و رد اطفال روزی ۳ بار هر بار ۲۰–۱۰ قطره در یک فنجان آب ولرم میل نمایند .

به عنوان دهانشویه : روزی سه بار هر بار یک قاشق مرباخوری از قطره با نصف لیوان آب ولرم مخلوط و غرغره شود .

عوارض جانبی :

در افراد حساس احتمال بروز واکنشهای آلرژیک مانند درماتیت و آنافیلاکسی وجود دارد .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به بابونه و بیماران مبتلا به آسم منع منصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

در کاربرد دارو به عنوان ضد التهاب و سوزش مخاط معده و روده نیم ساعت قبل از غذا مصرف شود

و به عنوان ضد اسپاسم و ضد نفخ باید دارو یک ساعت بعد از غذا مصرف شود

آوی پکت AVIPECT

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره آوی پکت به عنوان ضد سرفه و خلط آور به کار می رود

اجزاء فرآورده :

قطره آوی پکت از عصاره هیدر و الکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱-سرشاخه آویشن ۵۰٪ Thymus Kotschyanus

۲-برگ اکالیپتوس ۳۰٪ Eucalyptus globolus

۳-دانه رازیانه ۲۰٪ Foenivulum vulgare

مواد موثره :

فلانوییدها روغن های فرار نظیر تیمول ، اکالیپتول کارواکرول آنتون و فنکون

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این فرآورده شناخته نشده است مطالعات نشان داده است که اثرات خلط آور و ضد سرفه آویشن مربوط به فلانوییدها و روغن های فرار (تیمول و کارواکرول) آن می باشد . همچنین برای روغن ها فرار اکالیپوس نیز اثرات خلط آور و ضد سرفه گزارش شده است .

مقدارمصرف :

بزرگسالان ۲۰-۳۰ قطره ۴-۳ بار در روز با کمی آب قند میل نمائید.

عوارض جانبی :

تیمول موجود در این فرآورده ممکن است باعث تحریک غشاء مخاطی گردد . به دلیل وجود آنتول احتمال بروز واکنش های آلرژیک (درماتیت تماسی) در افراد حساس وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

آفرودیت APHRODIT

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

قرص روکشدار ۳۸۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

برطرف کننده اختلالات ناشی از ناتوانی و کمبود تمایلات جنسی

اجزاء فرآورده :

قطره آفرودیت حاوی ۰/۳۲–۰/۴۸ میلی گرم فلانویید تام می باشد و از گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱– عصاره خارخاسک ۶۵٪ Tribulus tertestris

۲– عصاره دارچین ۳۰٪ Cinnanomum zeylanicum

۳–عصاره زنجبیل ۴/۵٪ Zingiber officinale

۴–عصاره کلاله زعفران ۰/۵٪ Crocus sativus

قرص حاوی ۰/۳۵–۰/۷۵ میلی گرم فلانویید تام می باشد و از گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱– عصاره خشک خارخاسک ۴۰ میلی گرم Tribulus tertestris

۲– عصاره خشک دارچین ۱۱ میلی گرم Cinnanomum zeylanicum

۳–عصاره خشک زنجبیل ۱۲/۲۷ میلی گرم Zingiber officinale

۴–کلاله زعفران ۳ میلی گرم Crocus sativus

مواد ویژه :

فلانوییدها ، ساپونین های استروییدی ، ۳–د–اکسی دیوزژنین و روغن های فرار تقطیر بنزو آلدئید ، کومینالدئید ، زینجبیرن

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این دارو بدرستی شناخته نشده است آزمایشات بالینی انجام شده اثرات برطرف کننده اختلالات ناشی از ناتوانایی و کمبود تمایلات جنسی را تائید کرده همچنین براساس آزمایشات انجام شده بر روی رت گزارش شده است که گیاه خارخاسک بعلت داشتن استروئیدهای مختلف باعث تحریک اسپرماتوژنز شده و با تاثیر بر روی سلولهای سرتولی موجب افزایش تولید اسپرم و قوه باء می گردد .

تداخل دارویی :

از آنجا که گزارش شده است زنجبیل دارای اثرات کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و پائین آورنده قند خون می باشد لذا مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است با داروهای قلبی پائین آورنده قند خون و ضد انعقاد تداخل نماید .

موارد احتیاط :

در بیماران قلبی و بیمارانیکه اخیرا مبتلا به سکته قلبی شده اند با احتیاط مصرف شود .

آنتی میگرن ANTIMIGRAINE

اشکال دارویی :

قطره ۳۰ میلی لیتری

موارد مصرف :

قطره آنتی میگرن به عنوان پیشگیری کننده و برطرف کننده حملات میگرنی و سردردهای با منشاء عصبی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قطره آنتی میگرن از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه می شود :

۱- دانه رازیانه ۳۰٪ Foeniculum vulgare]

۲-ریشه سنبل الطیب ۳۰٪ Valeriana officinalis

۳-پوست ساقه بید ۲۰٪ Salix alba

۴-برگ بادرنجبویه ۲۰٪ Melissa officinalis

مواد موثره :

والرینیک اسید ، والپوتریات ها ، سالیسین روغن های فرار نظیر آنتول سیترال و سیترونال .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانسیم دقیق اثر ضد میگرنی این فرآورده بطو کامل شناخته نشده است . آنتی میگرن به دلیل داشتن سنبل الطیب و بادرنجبویه دارای اثرات مضعف سیستم اعصاب مرکزی می باشد . سالیسین موجود در پوست بید اثر ضد درد مشابه سالیسیلات ها ایجاد می نماید .

تداخل دارویی :

- از مصرف همزمان این فرآورده با داروهای حاوی سالیسیلات ها خودداری شود .

- مصرف این فرآورده موجب تشدید اثر سایر داروهای آرامبخش می شود .

مقدارمصرف :

به محض شروع اولین آثار حمله میگرنی ۳۰ تا ۴۰ قطره در یک فنجان آب سرد ریخته و میل شود . در صورت لزوم می توان بعد از یک ساعت مصرف دارو را تکرار نمود .

موارد احتیاط :

۱- مصرف مقادیر زیاد این فرآورده ممکن است ایجاد خواب آلودگی نماید بنابراین هنگام رانندگی و یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارد با احتیاط مصرف شود .

۲- در افراد حساس به سالیسیلیک اسید مبتلا به آُسم ، زخمهای حاد گوارشی فهموفیلی نقرس اختلالات انعقادی و کمی پروترومبین خون با احتیاط مصرف شود .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی در مصرف این فراورده در دوران بارداری وشیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود

آنتی دیابتیک ANTI-DIABETIC

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

آنتی دیابتیک در درمان زیادی قند خون بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

آنتی دیابتیک از مجموعه گیاهان زیر تشکیل شده است

۱- برگ توت سیاه ۲۰٪ Morus nigra

۲-دانه شنبلیله ۶۰٪ Trigonella foenum -graecum

۳-برگ زیتون ۱۰٪ Olea europea

۴-ریشه شیرین بیان ۵٪ Glycyrrhiza glabre

۵-پونه ۵٪ Mentha pulegium

مواد موثره :

تری کونلین ، کومارین ف نیکوتینیک اسید د-اکسی نوجری مایسین و اولئوروپئین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر دقیق این فراورده شناخته نشده است مطالعات انجام شده نشان میدهد که د- اکسی نوجری مایسین موجود در برگ توت سیاه وارد واکنشهای آنزیمی شده و بجای قند مورد مصرف آنزیمها قرار گرفته و آنها را غیر فعال می کند همچنین با ایجاد وقفه در عمل آنزیم گلیکوزیداز می توان از شکسته شدن زنجیره قندها جلوگیری نماید .

مطالعات در انسان نشان داده است که اثرات پایین آورنده قند خون دانه شنبلیله ممکن است به علت نیکوتینیک اسید کومارین و تریگونلین موجود در آن باشد .

مقدارمصرف :

روزی ۲ بار ، هر بار ۲ قاشق غذا خوری از فرآورده را با یک لیوان آب جوش دم کرده و پس از صاف کردن میل شود

موارد احتیاط :

مصرف همزمان این فرآورده با داروهای پایین آورنده قند و چربی خون داروهای ضد انعقاد ، داروهای هورمونی و وقفه دهنده های منوآمین اکسیداز MAOI باید با احتیاط صورت گیرد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی درمصرف این فراورده در زنان باردار وشیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

نکات قابل توصیه :

از آنجا که شنبلیله موجود در آنتی دیابتیک (به دلیل داشتن فیبرهای موسیلاژی) ممکن است باعث جلوگیری از جذب سایر داوها گردد . لذا توصیه می شود این فرآورده با فاصله زمانی مناسب از سایر داروها مصرف گردد .

آنتوم ANETHUM

اشکال دارویی :

قرص ۶۵۰ میلی گرمی

گرانول در بسته های ۱۰۰ گرمی

موارد مصرف :

آنتوم در زیادی چربی خون (کلسترول و تری گلیسریدها) پیشگیری و درمان آرتریو اسکلروز و کولیکهای صفراوی بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

آنتوم از عصاره گیاهان زیر تهیه شده است

۱- دانه وبرگ شوید ۶۸٪ Anethum graveolens

۲- ریشه کاسنی ۵٪ Cichorium intybus

۳-سرشاخه های گلدار شاهتره ۵٪ Fumaria parviflora

۴-لیمو عمانی ۴٪ Citrus sp

مواد موثره :

روغن های فرار نظیر کارون ، لیمونن گلیکوزید ، تلخ لاکتوکوپیکرین و آلکالویید پروتوپین ، هیسپریدین و کورستین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مکانیسم اثر این دارو تا کنون شناخته نشده است آزمایشات بالینی انجام شده اثرات پائین آروندگی چربی خون این فراورده را تایید نموده است .

ترکیبات موجود در آنتوم موجب افزایش ترشحات صفرا شده بریا کورستین و لاکتوکوپیکرین موجود در این فراورده نیز اثر مهار کنندگی آنزیمهای لیپوژناز گزارش شده است . آزمایشات در آزمایشگاه نشان داده است که عصاره شاهتره مانع تشکیل سنگهای صفراوی می گردد .

مقدارمصرف :

قرص : روزی ۳ بار ، هر بار ۳-۲ قرص با آب یا آ ب میوه میل شود .

گرانول روزی ۲ تا ۳ بار ، هر بار یک قاشق مرباخوری از گرانول را در یک لیوان آب جوش ریخته و پس از ۱۰ دقیقه میل نمایید .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی رد مصرف این فراورده در زنان باردار وشیرده به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار باید سنجیده شود .

آلتیب ALTIB

اشکال دارویی :

پودر در بسته های ۴۰ گرمی

موارد مصرف :

آلتیب در درمان اضطراب ، بی خوابی و سردردهای با مشناء عصبی بکار می رود

اجزاء فرآورده :

پودر مخلوط گیاهی آلتیب از مجموعه ای از گیاهان زیر تشکیل شده است :

۱- ریزوم و ریشه سنبل الطیب ۳۲٪ Valeriana officinalis

۲-برگ بادرنجبویه ۱۷٪ Melissa officinalis

۳- سرشاخه های گلدار گاو زبان ۱۷٪ Borage officinalis

۴-گلهای بابونه ۱۷٪ Matrivaria chamomoilla

۵- برگ اسطوخودوس ۱۷٪ Lavandula stoechas

مواد موثره :

کامازولن والرینیک اسید ، والپوتریات ها ، لینالیل استات ، سیترال و سیترونلال

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

این فرآورده به عنوان داروی مضعف سیستم عصبی مرکزی (CNS) عمل می کند ولی مکانیسم دقیقی آن بطور کامل شناخته نشده است .

مطالعات بیو شیمیایی نشان داده است که والرینیک اسید موجود در گیاه سنبل الطیب احتمالا باعث وقفه رد سیستم آنزیمی مسئول کاتاولیسم گابا می شود . افزایش غلظت گابا (GABA) موجب کاهش فعالیت سیستم عصبی مرکزی (CNS) و بروز اثر آرامبخش والرینیک اسید می گردد .

طبق بررسی های انجام شده عصاره هیدرولیکی بادرنجبویه دارای اثر آرامبخش روی سیستم اعصاب مرکزی (CNS) (در موش) می شود .

تداخل دارویی :

مصرف این دارو می تواند موجب تشدید اثر سایر داروهای آرام بخش گردد

مقدارمصرف :

روزی ۲ بار هر بار ۲-۱ قاشق مربا خوری از پودر آلتیب را در یک لیوان آب جوش به مدت ۱۵ دقیقه دم کرده و پس از صاف کردن میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف مقادیر زیاد این فراورده ممکن است ایجاد خواب آلودگی کند بنابراین هنگام رانندگی یا کار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارد احتیاط شود .

عوارض جانبی :

به دلیل وجود بابونه در این فرآورده امکان بروز واکنشهای آلرژیک (درماتیت ، آنافیلاکسی) در افراد حساس به این گیاه وجود دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

ایمنی مصرف این فرآورده در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

آلتادین ALTHADIN

اشکال دارویی :

قرص مکیدنی ۷۰۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

آلتادین در درمان التهاب و تحریک مخاط گلو بکار می رود همچنین به عنوان خلط آور در سرفه های تحریکی ناشی از افزایش ترشحات مجاری تنفسی فوقانی استفاده می شود.

اجزاء فرآورده :

قرص آلتادین حاوی ۲۲۰ میلی گرم پودر گل ختمی ، ۱۵۰ میلی گرم عصاره تام شیرین بیان و ۲ میلی گرم اسانس نعناع می باشد .

مواد ویژه :

موسیلاژ (گالاکتورونیک ، گلوکورنیک اسید ، رامنوز ...) پکتین ، آسپاراژین ، لسیتین ، منتول ، فلاونوییدها و گلیسیریزین .

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

آلتادین با داشتن موسیلاژ و سایر مواد موثر دارای خاصیت نرم کننده و کاهش دهنده تحر یکات و التهابات خفیف در مخاط دهان و گلو می باشد . احتمالا این اثر با ایجاد یک غشا و مانع فیزیکی برای جلوگیری از گسترش تحریکات ظاهر می شود .

مقدار مصرف :

طبق دستور پزشک و یا هر ۲ تا ۳ ساعت یک قرص مکیده شود .

مصرف در حاملگی و شیردهی :

ایمنی مصرف آلتادین در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است با این وجود منافع آن در برابر مضار آن باید سنجیده شود .

آلیکوم ALICOM

اشکال دارویی :

قرص روکشدار ۲۶۰ میلی گرمی

موارد مصرف :

آلیکوم در زیادی فشار خون ، چربی خون ، تصلب شرائین و پیشگیری از ترومبوز بکار می رود .

اجزاء فرآورده :

قرص آلیکوم حاوی ۱۰۰ میلی گرم پودر سیر (Allium sativum) می باشد .

مواد موثره :

تیو آللیل ها و شمتقات آنها نظیر آلیئن آلیسین آجوئین دی آللیل دی سولفاید و دی آللیل تری سولفاید

آثار فارماکولوژیک و مکانیسم اثر :

مطالعات نشان داده است که سیر با اثر مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق باعث وازودیلاتاسیون عروق محیطی می گردد به نظر می رسد این دارو با باز نمون کانالهای پتاسیم موجب هیپر پلاریزه سیون پتانسیل غشا و وازودیلاتاسیون عروق می گردد .

همچنین مطالعات در آزمایشگاه که با عصاره آبی ، عصاره الکلی و با پودر سیر انجام پذیرفته نشان داده است که سیر ازطریق فعال کردن نیتریک اکساید سنتتاز باعث افزایش تولید نیتریک اکساید و در نتیجه پائین آمدن فشار خون می گردد این نتایج توسط آزمایشات در انسان نیز تایید گردیده است .

از سیر در کاهش کلسترول و تری گلیسرد احتمالا‌ـ از طریق مهار آنزیم های کلیدی سنتز کلسترول و اسید های جرب مانند هیدروکسی متیل گلوتاریل کوآنزیم A و استیل کوآکربوکسیلاز ظاهر می شود .

سیر با افزایش فعالیت فیبرینو لیتیکی افزایش انعقاد و وقفه و تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری می کند .

تداخل دارویی :

در بیمارانی که تحت درمان با استیل سالیسیلیک اسید و یا سایر داروهای ضد انعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون می باشند با احتیاط مصرف شود .

مقدارمصرف :

روزی ۳ بار ، هر بار ۲-۱ قرص بعد از غذا میل شود .

موارد احتیاط :

مصرف زیاد سیر ممکن است باعث خونریزی پس از جراحی گردد .

عوارض جانبی :

با مقدار مصرف پیشنهاد شده عوارضی مشاهده نشده است ولی مصرف مقادیر زیاد آن و یا در صورت خالی بودن معده ممکن است اختلالات گوارشی نظیر سوزش معده ، تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید . همچنین در افراد حساس واکنش های آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات آسم با مصرف سیر گزارش شده است .

موارد منع مصرف :

این فرآورده در افراد حساس به سیر و افراد میتلا به زخمهای حاد دستگاه گوارش ممنوعیت مصرف دارد .

مصرف در حاملگی وشیردهی :

مطالعات در آزمایشگاه نشان داده است که سیر موجب انقباضات رحمی می گردد و ایمنی مصرف آن در دوران بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است لذا توصیه می شود در این دوران مصرف نگردد .

مرجع کامل گیاهان دارویی

آلو (اجاص)

طریقه مصرف:

خوردنی بهتر است صبح ناشتا باشد

توضیحات:

آلوی تازه حرارت را خاموش میکند و صفرا را فرو می نشاند و خشکش خون را آرام میکند و دردهای بدن را بیرون میکشد همچنین ضماد برگش با سرکه کرمها را در شکم میکشد - اگر خودش را بخورند ناشتا خون را تصفیه میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

چای کوهی

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده و در گاهی از اوقات برای مرحم زخمها به کار میرود.

توضیحات:

چای کوهی St.johns Wort

نام علمی Hypericum perfratum

گیاه شناسی

چای کوهی بمقدر زیاد در آمریکا و اروپا پرورش می یابد و معمولا بصورت خودرو در میان مزارع گندم و ذرت یافت می شود .

چای کوهی در اروپاو آمریکا بنام سنت جونز شهرت دارد و مدتی است که بسیار معروف شده است .

جالب است بدانید که روغن چای کوهی برای مدت سه قرن در انگلستان تنها داروی زخم ها بوده است .

چای کوهی در ایران در دامنه کوههای البرز کرج چالوس و مازندران و نقاط غرب ایران به حد زیاد می روید .

در اروپا نانوائیها این گیاه را خوب می شناسند زیرا کمی از آنرا به در اضافه می کنند که نان را بهتر و خوش طعم تر می کند .

گلهای چای کوهی برنگ سفید یا زرد می باشند که در بالای ساقه بصورت مجتمع بچشم می خورد . این گلها کمی معطر و دارای بوی مخصوصی می باشد . میوه چای کوهی بشکل کپسول است .

خواص داروئی:

از نظر طب قدیم ایران این گیاه گرم و خشک است . ماده قرمز رنگی که در برگهای چای کوهی وجود دارد وبا فشار دادن برگها از آن استخراج می شود برای التیام زخم ها و درمان سوختگی ها بکار می رود .

برای تهیه جوشانده و یا دم کرده این گیاه باید حدود یک قاشق چایخوری برگ و گل خشک گیاه را در دو فنجان آب جوش ریخته و آنرا آنقدر بجوشانید تا یک فنجان باقی بماند سپس آنرا مصرف کنید .

بطور خلاصه می توان به مورد زیر اشاره کرد :

۱)ضد کرم معده و روده می باشد.

۲)ادرار آور وقاعده آور است .

۳)گرفتگی صدا را باز می کند و خلط آور است.

۴)برای درمان مرض کزاز بکار می رود.

۵)اگر برگ آنرا بصورت پودر دارورید و روی زخم های عمیق و متعفن بپاشید این نوع زخم ها را خوب می کند.

۶)درمان کننده اسهال و اسهال خونی است .

۷)برای درد دنبالچه بهترین دارو است .

۸)اگر مشکوک به خونریزی مغزی هستید و یا احتمال خونریزی مغزی وجود دارد حتما از این دارو استفاده کنید .

۹)ضعف جنسی را درمان می کند.

۱۰)درمان کننده بیماری مننژیت است .

۱۱)برای درمان فلج بکار می رود .

۱۲)سیاه سرفه را از بین می برد.

۱۳)درد پشت و گردن و خشکی گردن را درمان می کند .

۱۴)برای کم خونی مفید است .

۱۵)چای کوهی اشتها را باز می کند بنابراین می توان آنرا به بچه ها و افراد مسن که اشتها ندارند داد.

۱۶)ضد افسردگی می باشد .

۱۷)درمان کننده بیخوابی است .

۱۸)در درمان سرمخوردگی معجزه می کند .

۱۹)برای درمان تب و اثر نیش سمی حشرات بکار میرود.

و بالاخره با تحقیقات جدیدی که دانشمندان روی این گیاه معجزه آسا انجام داده اند و دریافته اند دریافته اند که چای کوهی می تواند ویروسها را از بین ببرد و حتی روی ویروس بیماری AIDS نیز اثر درد .مدتی است که بیماران مبتلا به ایدز ازاین گیاه استفاده میکنند که سیستم دفاعی بدن آنها را تقویت کرده وبیماری را تخفیف می دهد .

دانشـمندان مـدتی است که روی اثر چـای کوهی بر ریو سـرطان خون تحقیقات دامنه دری راشـروع کرده انـد و به نتایـج درخشانی دست یافته اند .

همـانطوریکه قبـل گفته شـد این دارو اثر بسـیار خـوبی بر روی افسـردگی درد البته اگر سه متوالی از این دارو اسـتفاده شود حالات افسردگی را از بین برده بیخوابی را مداوا می کند و بیماران اعتماد بنفس خود را باز می یابند .

مرجع: کتب طب سنتی

باد روج (تره خراسانی)

طریقه مصرف:

در اول غذا و آخر غذا شایسته است مصرف شود

توضیحات:

بـاد گلو، بوی دهـان را خوشـبو میکنـد و اگر غـذا را با آن شـروع کننـد اشـتها آور و اگر با آن تمام کننـد گوارا است درد را بیرون میکشد سل را بهبود میبخشد و همینکه در جوف (شکم) انسان جا گرفت تمام دردها را فرو مینشاند اما سبب ز

یاد شدن کرمها میشود

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خربزه (بطیخ)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

خربزه دارای مقدار زیادی ویتامین A,C و سـلولز است. به طورکلی خـانواده خربزه شامل انواع گرمک و طالبی نیز می شود که البته این دو نوع کم آب تر از خربزه هسـتند. و بهترین نوع آنهـا شـیرین ترین و کم تفـاله ترین آنهـاست به طوری که به راحتی در دهان آب شونـد. طـالبی شـیرین برای اغلب بیماری ها تجویز و خوردن آن به هضم غـذا کمک می کنـد و گرمک برای یرقان و یبوسـت مفید است.

خواص خربزه ـ رفع کننـده یبوست و کمک کننـده به هضم غـذا، افزاینـده ادرار و دفع کننده کم خونی و سـنگ مثانه و تولیدکننده عرق در بدن.

تقـویت کننـده مثـانه و دفع کننـده زخمهـای داخلی برای درمـان کـک و مـک و لکهـای صورت، گوشت خربزه را له کنیـد و روی صورت بمالید.

برعکس آنچه که در ایران مرسوم است و خربزه را با غـذا یا بعد از غذا به عنوان دسـر می خورند، بهتر است با فاصـله زیادی قبل از غذا آن را خورد.

خوردن خربزه کال در کسانی که معده ای ضـعیف دارند ممکن است تولید اسـهال کند و خلط را افزایش دهد. این میوه برای سـینه درد و سرماخوردگی بسیار مضر است و باعث تب های صفراوی می شود. زیاد خوردن آن هم تولید گرمی می کند.

خوردن خربزه به همراه عسل خطرناک و مضر است. افراط در خوردن خربزه تولید ورم روده می کند.

خواص خربزه از نظر احادیث :

در آن درد و ناراحتی نیست طعام، نوشابه، میوه، گیاه خوشبو ، اشنان ، خوشبو کننده و نان خورشت است.
بر باه می افزاید مثانه را میشوید در روایتی وارد شده خربزه سنگ مثانه را ذوب میکند.
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

بنفشه

طریقه مصرف:
ضماد کردنی ، خوردنی
توضیحات:
طبیعت را معتدل میکند و روغنش بهترین روغنهاست سردرد و چشم درد را آرام میکند در تابستان سرد و در زمستان گرم است برای شیعه نرم و برای دشمنان خشک است مغز را سنگین میکند و کشیدنش در بینی گرمی تب را میکشد و چرب کردن ابرو ها با آن سردرد را از بین میبرد
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

تخم مرغ (بیض)

طریقه مصرف:
خوراکی میباشد و مصارف دیگری هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد.
توضیحات:
اسید پانتوتینک در آن زیاد بوده و خوردن آن مانع ریزش مو و دارای هورمونهای جنسی و هرمونی شبیه انسولین بوده و خوردن آن برای مبتلایان به مرض قند خوب است .
سینه را نرم کرده و از سرفه های خشک جلوگیری می کند.
مانع از خونریزی از سینه معده می شود .
برای کسانیکه که خون زیادی از آنها رفته و دچار ضعف شده پخته تخم مرغ با سرکه شکم را جمع می کند و برای معده مفید است .
مالیدن زرده و سفیده بر صورت جهت در آمدن ریش و بر سر جهت تقویت مو مخصوصاً موهای خشک سودمند می باشد.
سفیده تخم مرغ غذاییت زیادی داشته کمی دیر هضم است و خوردن آن با آرد جو برای جلوگیری از خونریزی معده و سینه مفید است .
مالیدن تخم مرغ مانع آفتابزدگی می شود .
پوست سخت آن را اگر کوبیده بر روی زخم بپاشید آنرا ضد عفونی می کند و اگر در سوراخ بینی بریزید خون دماغ را بند می آورد .
برای شناسایی تازگی و کهنگی تخم مرغ کافی است یک محلول دوازده درصد آب نمک را در یک لیوان ریخته و آن را در آن بیندازید اگر در ته لیوان عمودی ایستاد تخم مرغ روز بوده و تازه است اگر وسط محلول معلق ماند دوسه روز از عمر آن می گذرد و اگر بالا آمد بیش از چهار روز از عمر آن می گذرد و اگر روی محلول افقی افتاد بسیار کهنه و فاسد است
سیتن کلسترول و تری گلیسرید را کاهش می دهد .

سنگ کیسه صفرا را کوچک می کند و در برخی موارد حل و حذف می کند.

برای ترمیم حافظه و کاهش فراموشی در اشخاص سالخورده و حتی در جوانان کمک می کند .

برای درمان تصلب شرایین حتی در مراحل پیشرفته بسیار مقدی است.

انرژی صدری را آرام می کند و در برخی موارد کاملاً درمان می نماید .

خونریزیهای مفرط را کاهش می دهد .

برای کم خونی و ضعف عضلانی اثر شفابخش دارد .

در بیماری M.S اثر مفیدی نشان داده است .

در ناراحتی های مربوط به داء الرقرص و ناراحتی (Syndrome Gilles de tourette) آثار مثبت نشان داده است .

برای اختلالات عصبی مغز و در مورد اختلالات اعصاب کنترل و اعصاب محیطی مفید است .

لسیتین در روغن سویا – زرده تخم مرغ بمیزان قابل استخراج وجود دارد . ارزشمند ترین خاصیت لسیتین توانایی آن برای کاهش جزء مضر کلسترول همین LDL است زیرا کلسترول تنها با بودن در مجاورت لسیتین و اسید لینولئیک در خون حل می شود . به ا صطلاح فنی لسیتین در خون مانند یک امولسی فایر عمل می کند موجب می شود که مولکولهای درشت چربی شکسته و به مولکولهای خیلی ریز تبدیل شود و به آسانی از داخل رگها عبور کند و رسوب ننماید . لسیتین یک ماده روغنی از فسفر است و فسفر از نظر توانایی که برای کاهش جزء بد کلسترول LDL دارد مورد توجه خاص است . لسیتن به ترمیم ضعف حافظه وهمچنین برای ضعف شدت یادگیری و قوای فکری در اشخاص سالخورده و رقیق کردن و به جریان انداختن کلسترول در رگها کمک می کند.

خواص تخم مرغ از نظر احادیث :

زیاد خوردن آن سبب زیادی فرزند است بخصوص اگر با آن پیاز بخورند و در هنگام خوردن استغفار کنند سبک است احتیاج زیاد به خوردن گوشت را کم میکند و درد سرهای گوشت را ندارد و همراه با گوشت نسل انسان را زیاد میکند زرده اش سبک و سفیدهاش سنگین است.

مرجع: کتب طب سنتی

تربت امام حسین(ع)

طریقه مصرف:

بایـد همراه انسان باشـد خوردنی به مقـدار خیلی خیلی کم محلول در اب و خوردن هر خاکی حرام است و موجب مرگ مگر تربت امام حسین (ع) که در آن شفاست

توضیحات:

شفـای از هر درد است و ایمن از هر ترس از داروهـای مفرد است و تربت سـرخی که در نزد سـر ابی عبـدالله است شـفای هر دردی است مگر مرگ و هیچکس از آن نمی خورد مگر اینکه میبینـد که خدا به وسـیله آن سودی به او رسانده و دارویی بزرگ برای هر بیماری است که به نیت آن خورده شود . دعایی دارد و اگر آن دعا را نخواننـد سودی از آن نمیبرنـد آنرا پیش از هر چیز به کار ببر و آن را برچشم بگـذار و بگو : اللهم انی اسالک بحق الملک الـذی قبضـها و اسالک بحق النبی الـذی خزنها و اسالک بحق الوصـی الذی حل فیها ان تصلـی علی محمد و آل محمد و ان تجعلها لی شـفعا من کل داء و امانا من کل خوف و حفظا من کل سوء وچون اینها را گفتی آنرا در چیزی بپیچ و سوره قـدر (انا انزلنا) بر آن بخوان و این بر حکم مهری است که به آن بزنند و اگر در ظرفی که

در آن است چیزی به آن مخلوط گردد و یا اینکه کسیکه از آن میخورد به شفایی که خدا در آن قرار داده یقین نداشته باشد بی اثر میگردد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خرما (تمر)

طریقه مصرف:

به صورت رسیده و خام خورده میشود و دانه و دیگر قسمتهای آن هم مصارفی دارند که در ذیل به آن اشاره خواهیم کرد :

توضیحات:

خرما Date

نام علمی Phoenix dactylitera

گیاه شناسی

خرما میوه ای بسیار قدیمی است. این میوه پرخاصیت برای مردم کشورهای اروپایی و آمریکایی تا حدی ناآشنا است و آنرا فقط در کیک و شیرینی مصرف می کنند ولی در خاورمیانه و مخصوصا در کشورهای عربی بعنوان یک غذای اصلی بکار می رود .

خواص داروئی:

درخت خرما خواص بیشماری دارد و می توان گفت که از تمام قسمتهای این درخت می توان استفاده کرد و یک ضرب المثل عربی می گوید که خواص درخت خرما باندازه روزهای سال است.

از برگ و شاخه درخت خرما سبد و فرش تهیه می کنند . از هسته آن نان و از میوه خرما عسل. همانطور که می دانیم خرما تنها میوه ایست که در صحرا وجود دارد و طبیعت این درخت را به مردم صحرا داده است که تمام احتیاجات خود را از آن رفع می کنند .

مردم صحرا هسته درخت خرما را در کرده و از آن نان می پزند یا در این هسته را بو داده و از آن بعنوان قهوه استفاده می کنند زیرا دم کرده آن بسیار مطبوع است و یا حتی این در را در آب برای چند روز خیس کرده و بعنوان غذای مقوی به شترهای خود می دهند و معتقدند که این غذا از گندم و جو مقوی تر است .

اعراب از قدیم اعتقاد داشتند که خرما انرژی خورشید را گرفته و در خود ذخیره می کنند و این انرژی با خوردن خرما به بدن آنها منتقل می شود .

اعراب از خرمای کال نیز استفاده می کنند و معتقدند که اثرات درمانی بسیاری دارد من جمله خرمای سبز تقویت کننده اعمال جنسی و انرژی زا میباشد . حتی هسته خرمای سبز را نیز در کرده و پمادی از آن تهیه می کنند که برای زخمهای آلات تناسلی بکار میرود .

اثر دیگر معجزه آسای هسته خرما از بین بردن تورم پلک های چشم است برای این منظور پمادی از در هسته خرما درست کرده و آنرا روی چشم می گذارند این پماد برای رشد مژه های چشم نیز بهترین دارو است .

زندگی پرمشغله و ناراحتی های روانی که میل جنسی را در بعضی از اشخاص از بین می برد بهترین علاجش خوردن مداوم خرما است که میل جنسی را باین اشخاص باز می گرداند . در زمانهای قدیم همواره خرما را برای قدرت و انرژی بکار می برده اند و هنوز بهترین میوه برای بازیافتن انرژی و قدرت جوانی است .

گلهای درخت خرما نیز خاصیت دارویی دارند . طعم گلهای درخت خرما تلخ است و اثر مسهلی دارد .

خرما از نظر احادیث :

ناشتا خوردن آن کرمها را در شکم میکشد و در هنگام تب باید از آن پرهیز کرد خوردن خرمای نارس ناشتا و نوشیدن آب پس از آن بدن را فربه و اگر آب ننوشند لاغر میکند و در آن شفای دردهاست.

مرجع: کتب طب سنتی

بابا آدم

طریقه مصرف:

ریشه، تخم و برگ آن مصرف میشود

توضیحات:

بابا آدم Burdock

نام علمی Arctium lappa

بابا آدم که فیل گوش و آراقیطون نیز نامیده می شود گیاهی است علفی و دوساله که ارتفاع ساقه آن تا ۱/۵ متر می رسد . این گیاه بحالت وحشی در دشت ها و نواحی معتدل و مرطوب و سایه در اروپا و آسیا می روید . ساقه آن که شبیه پوست مار است پوشیده از کرکهای خشن و زبر می باشد . برگهای آن بسیار بزرگ و پهن بحالت افتاده بر روی ساقه قرار درد .

رنگ برگها در قسمت چسبیده به ساقه سبز کم رنگ و هر چه بطرف انتهای برگ نزدیک تر می شویم تیره تر می شود .

ریشه گیاه دراز دوکی شکل و مانند هویج بضخامت انگشت دست بوده ودارای مقدر زیادی کربنات پتاسیم و نیترات پتاسیم است .

پوست ریشه بابا آدم قهوه لی ، مغز آن سفید و طعم آن کمی شیرین است ولی بوی تهوع آوری درد .

میوه آن پس از رسیدن بصورت فندقه ای با ۳ یا ۴ سطح و برنگ زرد حنایی ظاهر می شود .

در انتهای میوه تارهای زرد رنگی وجود دارد که در موقع عبور گوسفندان و جانوران به پشم های آنها می چسبد و موجب پخش تخم این گیاه به مناطق دیگر می شود .

بابا آدم در بعضی از نقاط ایران بحالت وحشی می روید . از ریشه این گیاه استفاده طبی بعمل می آید پس از خارج کردن ریشه بابا آدم از خاک آنرا بخوبی شسته و به قطعات کوچک سه سانتیمتری تقسیم کرده و در اثر حرارت خورشید یا در کوره های مخصوصی خشک می کنند .

خواص داروئی:

از نظر طب قدیم ایران ریشه بابا آدم سرد و خشک است .

۱) بهترین تصفیه کننده خون است و خون را تمیز کرده و سموم را از بدن خارج می کند .

۲)جوشهای صورت و کورک را برطرف می کند .

۳)ادرار آور و معرق است .

۴)سیستم لنف بدن را تمیز می کند .

۵)بیماریهای پوستی نظیر اگزما ، گل مژه و زخم ها را برطرف می کند .

۶)تورم را از بین میبرد .

۷) تقویت کننده بدن است .

۸)جوشانده برگهای بابا آدم را در معالجه سرگیجه و رماتیسم بکار می برند .

۹)برای تنظیم قند خون و معالجه بیماری قند از جوشانده برگهای بابا آدم بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید

۱۰)برای معالجه سرخک ، برگهای بابا آدم را با کمی شکر بجوشانید و به مریض بدهید .

۱۱)جوشانده تخم بابا آدم ضد عفونی کننده است .

۱۲)تخم بابا آدم ضد کرم معده و روده است .

۱۳)در ناراحتی های ریوی و گلو درد از جوشانده تخم بابا آدم استفاده کنید .

۱۴)در معالجه ذات الریه بکار می رود .

۱۵)ریشه بابا آدم در برطرف کردن سرماخوردگی موثر است .

۱۶)تب حاصل از بیماری مخملك را برطرف می کند.

۱۷)در معالجه یبوست موثر است .

۱۸)بعنوان ضد سم در هنگام نیش زدن جانوران سمی استفاده می شود.

۱۹) برای معالجه کچلی برگ بابا آدم را دم کرده و روی پوست سر بمالید .

۲۰)برای معالجه زخم ها و التیام جراحات ، جوشانده برگ بابا آدم را با مقدر مساوی روغن زیتون مخلوط کرده و روی زخم ها و جراحات بمالید .

۲۱) ریشه بابا آدم علاج کم خونی و رنگ پریدگی است زیرا دارای مقدر زیادی آهن است .

۲۲)برای معالجه رماتیسم و آرتروز مفید است .

۲۳) نقرس را برطرف می کند .

۲۴)در معالجه بیماریهای عفونی موثر است .

۲۵)درد سیاتیک را آرام می کند .

۲۶)در برطرف کردن کمر درد موثر است .

۲۷)آب آوردن بدن را درمان می کند .

۲۸) هضم غذا را تسریع می کند .

۲۹)ورم کلیه را دفع می کند .

۳۰)آنهائیکه میل زیادی بخوردن شیرینی و شکر دارند اگر صبح ناشتا از دم کرده این گیاه بنوشید بزودی این عادت رفع خواهد شد .

۳۱)برای ترک قهوه مفید است.

۳۲)کهیر را برطرف می کند.

۳۳)ریشه بابا آدم را له کرده و یا بجوشانید و آنرا روی کورک و یا اگزما بمالید تا آنرا برطرف کند .

۳۴) برای جلوگیری از ریزش مو و تقویت آن جوشانده غلیظ ریشه بابا آدم را به سر مالید .

۳۵)برای برطرف کردن سوزش و درد گزیدگی زنبور با حشرات برگ بابا آدم را له کرده و به محل گزیدگی بمالید .

مرجع: کتب طب سنتی

پنیر (جبن)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

بامداد زیان آور و در شب سودمند است ، آب پشت (منی) را زیاد میکند و دهان را خوشمزه و خوشبو میکند روایت شده که زیان آن در پوسته روی آن است و اصلاح کننده آن گردو است و اگر این دو با هم باشند در هر دو اینها شفا است و اگر جدا باشند هر یک از آنها دردی میآورد فراموشی می آورد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شاهی (جرجیر – ترتیزک)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

کسیکه پس از شام آنرا بخورد از جذام بر او باید ترسید. سبزی بنی امیه (لعنهٔ الله)است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گوجه فرنگی

طریقه مصرف:

به شیوه های مختلف در غذا مصرف میشود

توضیحات:

گوجه فرنگی Tomato

نام علمی Lycopersicum esculentum

کلیات گیاه شناسی

گوجه فرنگی از هزاران سال پیش وجود داشته است ولی البته باندازه یک گیلاس بوده است و کم کم در اثر پرورش درشت تر شده است .

وطن اصلی این گیاه از آمریکای جنوبی است . درقرن شانزدهم در کشور پرو به مقدار زیاد کشت می شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگی به انگلستان و هلند راه یافت و چون بسیار گران بود فقط مردم ثروتمند می توانستند از آن استفاده کنند و بنام سیب عشق معروف شد .

گوجه فرنگی در حال حاضر در تمام مناطق دنیا کشت می شود و تقریبا در تمام فصول سال وجود دارد گوجه فرنگی انواع مختلف دارد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش می رسد .

یک نوع آن گوجه فرنگی سفید است که دارای اسید نمی باشد

گوجه فرنگی را باید هنگامیکه کاملاـ رسیده است از بوته چید و مصرف کرد زیرا گوجه فرنگی نارس و سبز است و برای بدن مخصوصا کلیه ها مضر است البته در کشورهای صنعتی گوجه فرنگی را کال می چینند تا هنگامیکه به مقصد می رسد و یا در انبار می رسد و قرمز می شود . اگر گوجه فرنگی کاملا قرمز باشد ولی هنگامیکه آنرا باز می کنند تخم آن سبز باشد نشانه این است که گوجه فرنگی را کال چیده اند و بعدا رسیده است .

گوجه فرنگی گیاهی است یکساله دارای شاخه های زیاد که ارتفاع آن تا حدود یک متر می رسد

گلهای آن زرد رنگ است که از کنار شاخه ها و یا ساقه آن بیرون می آید . مویه آن گرد و یا تخم مرغی و برنگ زرد و یا قرمز دیده می شود .

خواص داروئی:

گوجه فرنگی گر چه دارای اسید سیتریک است اما بدن را قلیایی می کند

۱)گوجه فرنگی درجه قلیایی بودن خون را بالا برده و به دفع مواد سمی خون کمک می کند بطور کلی تصفیه کننده خون است

۲)به دفع ساید اوریک کمک می کند

۳)گوجه فرنگی ملین است

۴)برای درمان ورم ملتحمه چشم مفید است

۵)سنگ کلیه را دفع می کند

۶)آقایان با خوردن مرتب گوجه فرنگی می توانند خود را در مقابل سرطان پروستات بیمه کنند

۷)گوجه فرنگی از ورم آپاندیس جلوگیری می کند

۸)برای رفع دندان درد ، ریشه و شاخه برگهای گوجه فرنگی را با آب بجوشانید و این جوشانده را مضمضه کنید .

۹)از جوشانده برگ گوجه فرنگی برای دفع شته و حشرات می توانید استفاده کنید . بدین منظور باید یک کیلو گرم برگ تازه گوجه فرنگی را در یک لیتر سرکه خیس کرده و در داخل ظرفی که ۲ لیتر آب جوش دارد بریزید و ظرف را روی چراغ قرار داده وبمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید ظرف را از روی چراغ برداشته بگذارید تا مدت دو روز بماند و گاهگاهی آنرا هم بزنديد سپس آنرا با فشار صاف کنید

۱۰)گوجه فرنگی برای مبتلایان به نقرس و رماتیسم مفید است

۱۱)گوجه فرنگی ورم مفاصل را برطرف می کند

۱۲)از تصلب شرائین جلوگیری می کند و حتی مصرف آن برای این مرض مفید است

۱۳)اوره خون را پائین می آورد

۱۴)ورم مخاط روده را رفع می کند

۱۵)برای تمیز کردن خون باید ازآب گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و بمقدر سه فنجان در روز قبل از غذا و بمدت سه هفته استفاده کنید .

۱۶)برای تمیز کردن لکه جوهر بر روی لباس یک تکه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگی برده و لکه جوهر را با آن مالش دهید و سپس آنرا بشوئید

۱۷)اگر پوست شما کک و مک درد هر روز آنرا با آب گوجه فرنگی تمیز کنید کم کم کک و مک ها را از بین می برد

مرجع: کتب طب سنتی

سیاه دانه (حبه السودا)

طریقه مصرف:

به صورت خام همراه با نان و غذا و عسل و روغن آن برای ضماد و چرب کردن مفید است

توضیحات:

گیاه شناسی :

سیاه دانه، شونیز بیابانی، سیاه تخمه گندم، حبه سودا، گیل نیک، علف چنگ، سیاه دانه گندم، ارکل چمن اوتی

نام انگلیسی: Corncockle - Common corncokle – wild sawager – bastard nigella

نام علمی: Agrostemma githago

خانواده: Caryophyllaceae

سیاه دانه حاوی ۳۰ تا۴۰ درصد ماده روغنی و ۰.۵ تا یک ونیم درصد اسانس با بوی نامطبوع و قندهای مختلف ، مواد صنعتی و ساپونوئیدی است.

سیاه دانه گرم و گیاه سیاه دانه علاوه برخواص درمانی در بیماریهای گوارشی ،تنفسی و کلیوی دارای خواص ضد تشنجی است.

گیاه سیاه دانه به دل گیاه سیاه دانه به دلیل داشتن ماده ای موسوم به تیمو کیتون در دانه های خود دارای اثر خود دارای اثرات ضدتشنجی است .نتایج آزمایشهای مختلف به عمل آمده نشان داد که گیاه سیاه دانه می تواند موجب تاخیر در زمان شروع تشنج و کاهش مدت تشنج شود. همچنین از دانه های آن، اثر ضدتوموری و ضدباکتری نیز مشاهده شده و ممکن است اثر ضدنفخی آن مربوط به داشتن اثر ضدباکتریایی باشد.

بیماری نفخ ، بسیار شایع است بیشتر مردم جامعه به دلیل بی توجهی و رعایت نکردن رژیم غذایی مناسب و زیاده روی در غذا دچار آن می شوند.

از اسانس سیاه دانه، ماده ای به نام نیژلون استخراج می شود دانه این گیاه اثر قاعده آور، ضد کرم ، مسهل و زیاد کننده ترشحات شیر دارد از دانه های آن برای مصارف مذکور و دفع گازهای معده و بیماری های نزله ای دستگاه تنفسی استفاده می شود

خواص سیاه دانه از نظر احادیث :

از حضرت رضا (علیه السلام) نقل شده است که :

سیاه دانه شفای از هر دردی است به جز مرگ. بخصوص برای قرقرهای شکم (صدای شکم) و درد شکم و خصوصا اگر با عسل خورده شود سودمند است و روایت شده که برای تب یک روز درمیان و تب غالبه سه قاشق عسل و سیاه دانه بخوریدزیرا این دو نه به حرارت مایلند نه به برودت و نه به تبعها(صفرا ، سوداء ، بلغم و خون) و شفای این دو در آنهاست

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سپنج (حرمل)

طریقه مصرف:

دود کردن و خوردن

توضیحات:

شفای هفتاد درد است که کمترین آن جذام است و شیطان رو میآورد به هفتاد خانه به جز خانه ای که اسپند در آن است و به هر برگ و دانه اش فرشته ای موکل است اما در ریشه و شاخه هایش بدی نهفته است و در شاخه هایش شفای هفتاد و دو درد پس با آن و کندر خود را درمان کن

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شنبلیله (حلبه)

طریقه مصرف:

خوردن خود شنبلیله و دانه آن

توضیحات:

برای بادی که در شکم در گرفته و نیز برای گوشت آوردن و چیزهای سردی که در بندها است مفید میباشد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

حنا

طریقه مصرف:

با آب خمیر کرده بر سر و پوست بدن میگذارند و بعد از مدتی میشویند

توضیحات:

برای لکه های سفید پوست و بهق (لک و پیسی) همانطور که خواهد آمد همراه با نوره مفید است، خضاب با حنا چشم را پر نور میکند مو را می رویاند بو را خوش مینماید و زوجه را آرام مینماید و قوه باه (نردیکی) را زیاد میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

هندوانه ابوجهل(حنظل)

طریقه مصرف:

روغن و میوه آن مصرف خوراکی دارد اما بسیار تلخ میباشند.

توضیحات:

روغنش برای کرم خوردگی دندان مفید است وهمراه با سرکه برای درد دهان و خونی که از دندان میآید و ضربان و قرمزی دهان سودمند است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خس

طریقه مصرف:

خوراکی است

توضیحات:

خون را صاف میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سرکه

طریقه مصرف:

همراه غذا و بعد از غذا خورده شود شایسته است

توضیحات:

صفرا شکن است قلب را زنده و عقل را محکم میکند شهوت زنا را قطع میکند و حیوانات شکم را میکشد سرکه ای که از شراب

بدست آمده باشد لثه را محکم میکند و خداوند و ملائکه اش برسفره ای که سرکه و نمک در آن است درود میفرستند و سزاوار آن است که در آغاز خوردن با نمک شروع و پس از آن با سرکه تمام کنند و شایسته است به عنوان نان خورشت خورده شود

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کدو (دبا)

طریقه مصرف:

خوراکی به عنوان غذا

توضیحات:

کدو Squash

نام علمی Lagenaria vulgaris

گیاه شناسی

کدو گیاهی است یکساله و خزنده که برگهای آن بشکل قلب و پهن و پوشیده از کرک ریز می باشد . گلهای زرد رنگ است و گل نر و گل ماده آن روی یک پایه قرار دارد . ریشه آن باریک و بلند ، کمی شیرین است . کدو انواع مختلف دارد مانند کدوی حلوایی ، کدوی تنبل یا کدوی زرد ،کدوی خورشی یا کدوی سبز .

نوعی از کدوی حلوایی در کانادا و آمریکا و بعضی نقاط دنیا می روید که بسیار بزرگ می شود و گاهی وزن آن مرباتا ۶۰ کیلوگرم نیز می رسد . در آمریکا و کانادا این کدوها را برای شب هالوین بکار میبرند و با آن رو کیک درست می کنند .

خواص داروئی:

خواص کدو و تخم کدو :

کدو از لحاظ طب قدیم ایران سرد و تر یعنی خنک کننده و مرطوب کننده است و از لحاظ شیمیایی بدن را قلیایی می کند . کدو هم مانند بادمجان چون دارای کالری است بنابراین مهمترین غذا برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند .

۱)تخم کدوی خام اثر دفع کرم روده دارد و چون سمی نیست اطفال نیز می توانند از آن استفاده کنند . برای این منظور باید مقدر ۵۰ گرم تخم کدو را پودر کرده و با عسل مخلوط نموده و مصرف کنید و باید بعد از چهار ساعت یک مسهل مانند روغن کرچک بخورید که کرمها را دفع کند .

۲)کدو اثر ملین ، مدر و رفع یبوست و رفع سوء هاضمه را دارد

۳)به اشخاصی که تب دارند کدو می دهند تب را پائین می آورد

۴)کدو برای اشخاص گرم مزاج و صفراوی غذای خوبی است

۵)کدو خونساز است و برای استفاده از این خاصیت کدو باید آنرا همراه با آب غوره و یا سرکه در روغن زیتون پخت و مصرف نمود

۶)برای رفع دندان درد آب کدو قرقره کنید

۷)برای درمان گوش درد چند قطره آب کدو در گوش بچکانید

۸)برای برطرف کردن التهاب معده ، کبد و کلیه کدوی پخته را روی این اعضاء بگذارید

۹)پوست کدو را خشک کنید خوردن آن درمان بواسیر و خونریزی معده و روده است

۱۰)تخم کدو درمان کنننده سرفه و برطرف کننده اخلاط خون است

۱۱)برای زخم روده ها و مثانه و سوزش مجرای ادرار تخم کدو مصرف کنید

۱۲)روغن تخم کدو برای رفع تب و دل پیچه مفید است

۱۳)کدو و تخم کدو هر دو برای پیشگیری سرطان مفید می باشند

۱۴)تخم کـدو علاـج کننـده سـرطان پروسـتات و برطرف کننـده ورم پروسـتات می باشـد در مادران بالاتر از سن چهل معمولا غـده پروستات شروع به بزرگ شدن می کند و بنابراین این اشخاص باید چند روز در هفته کدو حلوایی یا تخم کدو بخورند .

۱۵)کدو و تخم کدو در پیشگیری سرطان ریه بسیار موثر است و اشخاص سیگاری و حتی آنهائیکه با این اشخاص زندگی می کنند و باصطلاح سیگاری دست دوم هستند برای اینکه مریض نشوند باید از کدو استفاده کنند .

خواص کدو از نظر احادیث :

بر مغز و عقل می افزاید ، قلب غمگین را محکم میکند و برای درد قولنج مفید است.

مرجع: کتب طب سنتی

خون (دم)

طریقه مصرف:

نباید مصرف شود

توضیحات:

خوردن خون سبب فساد بـدن و زرد آب است، دهان را بخار دار و باد را بـدبو و خلق را بـد میکند قساوت قلب آورده و مهربانی و ترحم را کم میکنـد تا آنجا که ایمن از کشـتن فرزنـد و پـدر و مادر و همسـر نیست و انچه از خوره به انسان میرسد از خوردن خون است و از این حدیث روشن میشود که چرا گوشت میته (حیوان مرده) حرام است زیرا خون در آن منعقد گردیده

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

روغن (دهن)

طریقه مصرف:

روغن انواع مختلف دارد و به گونه های مختلف به مصرف میرسد.

توضیحات:

بدی را میبرد پوست را نرم میکند ، بر مغز می افزاید و در مجرای آب سهولت می آورد و رنگ را خوش و بی نیازی را ظاهر میکند و تنـگ دستی را میبرد بهترین روغنهـا روغن بنفشه است و باروغن مالی در شب، خون در رگها جریان میابـد و پوست را آبیاری و رو را سـفید میکند روغن مالی با روغن بنفشه سـردرد و چشم درد را میبرد و در تابسـتان سـرد و در زمستان گرم و نرم است بر شیعه نرم و برای دشـمنان خشک است و مغز را سـنگین میکند و بینی کشیدن بنفشه حرارت تب را میکشند و چرب کردن ابروها با روغن مالی سـردرد را آرام میکنـد ، روغن مالی بر ناف با روغن بان برای شـقاق (شـکافتگی) دسـتها و پاها مفید است روغن درخت بان حرز و امان از هر بلا است و ضـرر سلطان را دفع میکند و روغن زنبق شفای هفتاد درد است وسعوط روغن جلجلان (گشنیز) برای سر مفید است.

به شـکم چیزی بهتر از روغن وارد نمیشود مگر اینکه برای سالخوردگان چنـدان خوب نیست ولی روغن گاو شـفا است ودرحـدیثی ازپیغمبر(صـلی الله علیه واله وسـلم)روایت شـده که همینکه مرد به پنجاه سالگی برسـد البته سـزاوار نیست شب را به روز برسانـد در

حالیکه روغن گاو در شکمش نباشد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

انار (رمان)

طریقه مصرف:

خوردن انار هم صبح مفید است هم شام

توضیحات:

انار Pomegranate

نام علمی Punica

انـار یکی از میوه هـایی است که از قـدیم وجود داشـته است حتی در کتب مقـدس چنـدین بـار نام آن ذکر شـده است . هومر شاعر معروف یونـان در کتـاب خود (اودیسه) از آن نـام برده است . معروف ایت که حضـرت سـلیمان بـاغ بزری پر از درخت هـای انار داشته که به ان عشق می ورزیده است .

درخت انار بومی ایران و مناطق مجاور آن است . کلمه انگلیسـی Pomegranate از زبان یونانی مشـتق شده که به معنی (سیب با هسته های زیاد) می باشد .

انـار درخت کوچکی است که ارتفـاع آن تـا ۶ متر می رسـد و در منـاطق نیمه گرمسـیری می رویـد . شـاخه های آن کمی تیغـدر و برگهای آن متقابل ، شفاف و ساده است .

گلهـای انار درشت برنگ قرمز اناری ولی بی بو می باشـد . میوه آن کروی با انـدازه های مختلف دارای پوستی قرمز رنگ و یا زرد رنگ می باشد .

رویهمرفته در حدود بیست نوع مختلف انار در دنیا موجود است

خواص میوه انار

از نظر طب قدیم ایران میوه انار سرد ف تر و قابض است . آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشک و بسیار قابض می باشد .

پوست ریشه درخت انار از بقیه قسمت های این درخت قابض تر است .

کلیه قسـمت هـای درخت انـار دارای تـان می باشـد که بسـیار قـابض است . برای مصارف دارویی از گل ، برگ ، پوست درخت ، پوست ریشه و دانه انار استفاده می شود .

۱)انار شیرین ادرار آور است .

۲)ملین مزاج است .

۳) آب انار شیرین برای بیماریهای مجاری ادرار مفید است .

۴)ترشح صفرا را زیاد می کند.

۵)آب انار اسهال را برطرف می کند.

۶)اگر آً انار را با عسل مخلوط کرده و هر روز چند قطره در بینی بچکانید از رشد پولیپ در بینی جلوگیری می کنید .

۷) خون ساز است .

۸)خون را تصفیه می کند .

۱۰)برای سالمندان بهترین دارو برای تقویت کلیه است .

۱۱)آب انار خنک کننده است .

۱۲)رنگ صورت را شاداب می کند .

۱۳)صدا را باز کرده و گرفتگی صدا را برطرف می کند .

۱۴)برای وزن اضافه کردن انار بخورید .

۱۵)آب انار مقوی قلب و معده است .

خواص دیگر قسمت های درخت انار

۱. جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده و روده را از بین می برد .

۲. جوشانده پوست درخت انار نیز اثر ضد کرم دارد .

۳. برای برطرف کردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و یا جوشانده برگهای انار استفاده کنند .

۴.خانم هائیکه عادت ماهیانه شان منظم نیست می توانند از جوشانده برگهای انار استفاده کنند.

۵.برگهای له شده انار را اگر روی پوست بگذارید خارش را از بین می برد .

۶.برای برطرف کردن سوختگی پوست ، گلهای انار را له کرده و با روغن کنجد مخلوط کنید و این پماد را روی قسمت سوختگی بمالید .

۷. جوشانده پوست درخت و پوست ریشه درخت انار کرم کش است .

۸.دم کرده گل انار اسهال مزمن را برطرف می کند .

۹.دم کرده گلهای انار را بصورت غرغره برای از بین بردن زخمهای دهان بکار ببرید .

۱۰.برای برطرف کردن دندان درد ، دم کرده ریشه درخت انار را در دهان مضمضه کنید .

۱۱.انار ترش و شیرین (میخوش)ادرار را زیاد می کند .

۱۲. برای برطرف کردن بواسیر باید معقد را با جوشانده پوست انار شستشو داد .

۱۳.اگر شیرین باشد بر آب مرد (منی) می افزاید و بچه را نیکو میکند و اگر ملس باشد برای شکم خوب است و دود درخت انار حشرات را دور میکند و خلال کردن با سیخهای آن آکله را به حرکت در میآورد. انار سورانی طبیعت را معتدل میکند و خوردنش با پوست کرم خوردگی دندان و بخار را میزداید و نفس را خوشبو و آن را روشن و قلب را زنده میکند و هر کس به هنگام خواب اناری بخورد تا صبح کند از خودش در امان است انار شیرین با پیه آن معده را دباغی میکند و تخمه را درمان میکند و غذا را هضم مینماید و در بدن تسبیح میکند و کسی که اناری را کامل بخورد خداوند شیطان را از سوزاندن دل او تا چهل روز باز میدارد و کسی که دو انار کامل بخورد خداوند شیطان را از سوزاندن دل او تا صد روز باز میدارد و کسی که سه انار کامل بخورد خداوند شیطان را تا یک سال از سوزاندن دل او باز میدارد و کسی که یک سال گناه نکند وارد بهشت میشود و در هر انار دانه ای از بهشت است . شایسته است که انار را ناشتا بخورند و بخصوص در پنجشنبه و جمعه به تنهایی بخورند و برای همه چیز سودمند است و هیچ چیز زیانی به آن نمیرساند.

مرجع: کتب طب سنتی

مویز (زبیب)

طریقه مصرف:

هر روز صبح ناشتا ۲۰ دانه خورده میشود.

توضیحات:

کسی که با بیست دانه مویز قرمز صبح کند انشاء الله بیمار نمیشود مگر بیماری مرگ، سودا را میزداید و بلغم را دفع میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سعد

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

مالیدن آن برای دندانها و بیماری های دهان مفید است و اگر با آن استنجا کنند برای بادهای بواسیر مفید است و دهن را خوشبو کرده و نیروی نزدیکی را زیاد میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

به (سفرجل)

طریقه مصرف:

خوردنی تازه و مربای آن و آب به و ...

توضیحات:

به Quince

نام علمی Cydonia

به درخت کوچکی است که پوست ساقه و تنه آن قهو های بوده و در اکثر نقاط اروپا ، نواحی مدیترانه ، آسیا و آفریقای شمالی می روید .

برگهای آن پوشیده از کرک و صاف است . گلهای آن درشت ، برنگ سفید و یا صورتی و دارای پنج گلبرگ می باشد . میوه رسیده زردرنگ ، گرد و یا بشکل گلابی است و در سطح آن پوشیده از کرک بوده و دریا طعمی مطبوع ، شیرین و یا کمی ترش است .

خواص داروئی میوه به :

از نظر طب قدیم ایران به شیرین کیم گرم و تر و ترش و سرد و خشک است . روغن به سرد ، تر و قابض و به دانه سرد و تر است .

۱)به تقویت کننده قلب است .

۲)ادرار آور است.

۳)نرم کننده سینه است .

۴)مقوی معده و دستگاه هاضمه است .

۵)قابض است .

۶)خونریزی را بند می آرود .

۷)به ترش مسهل است .

۸)به ترش برای تنگی نفس مفید است .

۹)به ترش استفراغ را بند می آورد .

۱۰)اسهال های ساده و اسهال خونی را درمان می کند .

۱۱)به بهترین و مفید ترین میوه برای مسلولین است .

۱۲)خونریزی از رحم را متوقف می کند .

۱۳)اثر مفید روی بواسیر درد .

۱۴)برای هضم غذا مفید است .

خواص به دانه

۱- لعاب به دانه را روی زخم ها و سوختگی ها بگذارید تا باعث شفای سریع آنها شود .

۲-ضد تب است .

۳-اسهال خونی و ساده را درمان می کند .

۴- برای درمان جراحات گلو موثر است .

۵-سرفه را برطرف می کند .

۶- برای درمان تورم های داخلی بدن مفید است .

۷-برای التیام ترک پوست دست وبدن ، نوک پستان ، لب و بواسیر لعاب به دانه را روی موضع بمالید .

۸-برای درمان خشکی زبان و دهان مفید است .

۹-آفتاب زدگی را با مالیدن لعاب به دانه بر روی پوست درمان کنید .

۱۰-جویدن به دانه برای تقویت نیروی جنسی مفید است .

خواص دم کرده گل و شکوفه به

۱-سردرد را برطرف می کند.

۲- مقوی معده است .

۳-سینه را صاف و تقویت می کند.

۴-سرفه کودکان را برطرف می سازد .

۵-برای درمان بی خوابی دم کرده گل را با آب بهار نارنج مخلوط کرده و قبل از رفتن به رختخواب بنوشید .

خواص روغن به

۱)برای برطرف کردن زنگ زدن در گوش مفید است

۲)سرگیجه را برطف می کند

۳)برای مداوای زخم های دهان مفید است .

۴)خونریزی ریوی را درمان می کند .

۵)اسهال مزمن را برطرف می کند.

۶)دوست کبد است و روم کبد را رفع می کند .

۷)زخم روده ها را درمان می کند .

خواص برگ وشاخه های به

۱)جوشانده برگ درخت به ورم چشم را مداوا می کند .

۲)زخم ها را با جوشانده برگ به بشوئید .

۳)قابض است .

۴)ضماد برگ درخت به برای ورم چشم مفید است .

خواص به از نظر قرآن و احادیث

عقل را زیاد ، قلب ضعیف را نیرومند و معده را تمیز میکند بر نیروی دل می افزاید و ترسو را شجاع و فرزند را نیکو میکند و کسی که آن را بخورد خداوند تا چهل روز حکمت را به زبان او جاری میکند و همّ (نگرانی) را میبرد بخیل را بخشنده میکند و کسی که سه روز ناشتا آن را بخورد ذهنش صاف میشود و بر حلم و علم او می افزاید و از کید شیطان و لشکریان او حفظ مینماید.

مرجع: کتب طب سنتی

شکر

طریقه مصرف:

شکر خام و نیشکر در روز و شب

توضیحات:

برای همه چیز سودمند است و از چیزی زیانی به او نمیرسد و اگر هنگامی که به رختخواب میروند شکر بخورند سودمند است و برای تب مفید است و خالص آن بلغم را میخورد و نیشکر هیچگاه ضرر ندارد روش خوراندن شکر به بیمار این است که شکر سفید را بکوبی بر آن آب سرد بریزی و به بیمار بنوشانی زیرا کسی که در چیزهای تلخ شفا قرار داده میتواند که آن را در شیرینی نیز قرار بدهد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

چغندر (سلق)

طریقه مصرف:

خوردن پخته ان هم به تنهایی و هم به همراه گوشت گاو و خوردن برگ آن

توضیحات:

چغندر BEETS

نام علمی Beta vulgaris

گیاه شناسی

چغندر را از قدیم شناختند و حتی در حدود چهار قرن قبل از میلاد بخواص درمانی آن آَشنا بوده و از آن استفاده می کرده اند .

چغندر بطور بومی در ناحیه مدیترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بیشتر نقاط دنیا کشت می شود .

چغند دو نوع می باشد یک نوع آن چغندر معمولی است برنگ بنفش تیره و یا قرمز است و نوع دیگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن می باشد که بمقدربسیار زیاد در نقاط مختلف دنیا برای استفاده از شکر آن کشت می شود .

چغندر خوب آن است که زیاد در خاک نمانده باشد و یا باصطلاح جوان باشد زیرا چغندری که زیاد رسیده باشد سفت می شود .چغند پیر معمولا گردنی باریک درد و شیارهایی روی آن بوجود می آید .

خواص داروئی:

برگ چغندر خواص درمانی بسیاری درد

۱-بعنوان ملین و رفع یبوست بکار می رود

۲-تقویت کننده کلیه است

۳-درمان کننده التهاب مجاری ادرار است

۴-بعنوان مصرف خارجی برای پانسمان زخم و درمان تاول مصرف می شود.

چغندر مخلوط با آ ب هویج دفع کننده سنگ کیسه صفرا نیز هست .

شربت چغندر بهترین نوشابه و تقویت کننده بدن و دافع سموم بدن است .

خواص چغندر از نظر احادیث :

بر ساحل بهشت روئیده است و در آن شفای دردهاست استخوان را کلفت میکند و گوشت میرویاند و برگ آن صالح است که غذای بیمار باشد زیرا که در آن شفا است و دردی و دردسری ندارد خواب را برای بیمار آرام میکند اما باید از ریشه آن بپرهیزند زیرا سودا را زیاد میکندچغندر ریشه جزام را از بن می کند و چیزی داخل شکم بیمار برسام (آماس پرده های حجاب حاجز) دارد نشده و همراه با گوشت گاو برای سفیدی (ظاهرا سفیدی چشم) مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

ماهی (سمک)

طریقه مصرف:

هم پخته شده همراه با نان تجویز شده هم سرخ شده آن

توضیحات:

نقش ماهی در جلوگیری از بیماری های قلب و عروق

بیماری عروق کرونر چیست؟

قلب انسان، عضله ای است که در تمام دوران زندگی، هرگز فعالیتش متوقف نمی شود و برای این تلاش بدون وقفه، نیاز به اکسیژن دارد. اکسیژن از طریق جریان خون سرخرگی حمل می شود و سرخرگ هایی که اکسیژن را برای عضله ی قلب تامین می کنند"، عروق کرونر "نام دارند.

در بیماری انسداد عروق کرونر، سرخرگ های های مذکور با تجمع رسوبات چربی مسدود شده و عضله ی قلب از وجود اکسیژن محروم می ماند که شروع این روند از آغاز کودکی است. به تدریج با افزایش سن، رسوبات چربی جدار رگ ها خونی بیشتر شده تا جایی که ممکن است در داخل رگ های خونی برآمده شوند و رگ ها را مسدود کنند که این روند در نهایت به کم خونی عضله ی قلب منجر می شود. درهمین حال هر چه انسداد رگ بیشتر باشد، عضله ی قلب، کم خون تر خواهد شد و در نتیجه مقدار اکسیژنی که دریافت می کند، بسیار کاهش خواهد یافت.

با انجام فعالیت بدنی، نیاز اندام ها و عضوهایی که مشغول فعالیت هستند به اکسیژن افزایش می یابد. در این حال قلب بایستی عمل خود را طوری تنظیم کند که بتواند اکسیژن مورد نیاز عضوهای فعال را فراهم سازد. اما اگر عروق کرونر مسدود شده باشند، به دلیل کاهش جریان خون به عضله ، مقدار اکسیژنی که قلب دریافت می کند، کم خواهد شد؛ لذا قادر به افزایش فعالیت خود در جهت رفع نیاز عضوها و اندام های محیطی نخواهد بود. در عین حال، کاهش جریان خون به عضله قلب ممکن است باعث احساس ناراحتی در قفسه سینه (احساس درد، خواب رفتگی، فشار شدید روی قفسه سینه با تنگی نفس و درد در دست ها به هنگام فعالیت)

مبتلا شود و اگر انسداد عروق کرونر قابل توجه باشد، احتمال دارد حمله ی قلبی رخ دهد و قسمتی از عضله ی قلب نیز از بین برود. لازم است ذکر کنیم که رسوب چربی در سرخرگ ها احساس نمی شود و انسداد پیشرفته ی رگ ها، به بیماری منجر می شود. حتی گاهی اوقات در مراحل پیشرفته نیز علامتی ندارد و ناگهان فرد دچار یک حمله ی شدید قلبی می شود.

در عین حال روش هایی وجود دارد که نشان دهد، آیا فرد در معرض خطر این بیماری هست یا خیر؟ یا اگر به این بیماری مبتلا است، در چه مرحله ای از پیشرفت آن قرار دارد؟

چه عواملی موجب افزایش احتمال خطر بیماری عروق کرونر می شوند؟

عوامل خطر متعددی وجود دارند که فرد را در معرض خطر بیماری عروق کرونر قرار می دهند که این عوامل به طور کلی به دو دسته تقسیم می شوند:

۱- عواملی که می توان آنها را تغییر داد و اصلاح کرد و شامل موارد زیر هستند:

* سطح بالای چربی خون (کلسترول بالا، LDL- کلسترول بالا، تری گلیسیرید بالا)

* فشار خون بالا

* مصرف دخانیات

* دیابت

* تغذیه نامناسب (مصرف بیش از حد چربی های اشباع و نمک)

* اضافه وزن و چاقی

* کمی تحرک و فعالیت بدنی

۲- عواملی که قابل تغییر یا اصلاح نیستند. این عوامل عبارتند از:

* سابقه بیماری عروق کرونر در افراد نزدیک خانواده (پدر، مادر، برادر و خواهر) که عوامل ژنتیکی نام دارند.

* سن بالا؛ با افزایش سن، احتمال ابتلا به بیماری عروق کرونر نیز زیاد می شود.

* هورمون های زنانه که نقش حفاظتی در مقابل بیماری عروق کرونر دارند. حداقل تا زمانی که زن ها به یائسگی برسند، مردها بیش از زن ها در معرض خطر بیماری عروق کرونر هستند.

اگر چه این عوامل خطر قابل اصلاح نیستند، اما تلاش در جهت کاهش و اصلاح عوامل خطر گروه یک می تواند از پیشرفت بیماری عروق کرونر در افراد گروه دوم نیز کم کند.

نقش ماهی در سلامتی قلب

همان طور که اشاره شد، یکی از عوامل خطر زمینه ساز بیماری عروق کرونر، تغذیه نامناسب است که به تدریج باعث افزایش کلسترول، تری گلیسیرید،LDL- کلسترول ، چاقی، اضافه وزن و فشار خون می شود. پس یکی از روش های مقابله با این عوامل خطر، تغییر و اصلاح الگوهای غذایی و ترویج آن در جامعه است.

ماهی یکی از انواع غذاهای سالمی است که مصرف آن در جامعه ی ما بسیار کم است و در سبد خانوار کمتر دیده می شود(مصرف سرانه ی ماهی در کشور ما ۵ کیلو گرم است در حالیکه مصرف سرانه ی آن در کشور ژاپن ۵۰ کیلوگرم است)که با رواج فرهنگ مصرف این ماده ی غذایی غنی و با ارزش، می توان به سلامت افراد جامعه کمک کرد.

ماهی با داشتن چربی غیر اشباع" امگا-۳ ، "پروتئین و اسید آمینه ی تورین نقش مهمی در حفظ و ارتقای سلامتی افراد جامعه دارد. بیشترین تاثیر ماهی بر سیستم قلب و عروق از طریق چربی غیر اشباع آن یعنی" امگا-۳ "و اسید آمینه ی تورین است.

از انواع ماهی هایی که به مقدار زیاد، چربی" امگا-۳ "دارند ، ماهی تون، ساردین و سالمون (ماهی آزاد) را می توان نام برد. البته

دیگر ماهی ها نیز حاوی این چربی غیر اشباع مفید هستند.

طبق توصیه انجمن قلب آمریکـا افرادی که دارای بیماری های قلبی هسـتند بایستی هفته ای ۱۸۰ گرم (دو بـار درهفته و هر بـار ۹۰ گرم) ماهی مصـرف کنند که به علت داشتن اسیدهای چرب امگا-۳ باعث کاهش کلسترول خون شده و احتمال ابتلا به سـکته های قلبی را کاهش می دهد.

تاثیرماهی بر فشار خون بالا

چربی غیر اشباع" امگا-۳ "موجب کـاهش فشار خون در افراد مبتلا به فشار خون بالا می شود و فشار خون ماکزیمم یا سیسـتولی را تا ۸ میلیمتر جیوه کاهش می دهد ولی روی فشار خون طبیعی بی تاثیر است.

در افرادی که مبتلاـ به فشـار خون بالاـ هسـتند، مقاومت به انسولین وجود دارد و عقیـده بر این است که این ناهنجاری باعث افزایش فشار خون می شود. چربی غیر اشباع" امگا-۳ "مقاومت به انسولین را کاهش می دهد و از این طریق فشار خون را پایین می آورد.

تاثیر ماهی بر چربی های خون

تری گلیسرید که یکی از انواع چربی های موجود در خون است، می تواند زمینه ساز بیماری عروق کرونر به ویژه در خانم ها شود. چربی غیر اشباع" امگا-۳ "سـطح تری گلیسـرید خون را در افرادی که تری گلیسرید خونشان بسیار بالاست، کاهش می دهد. می تـوان گفت اگر درمـان هـای دارویی در این افراد مـوثر نبوده است"، امگـا-۳ "می توانـد به عنوان مکمـل دارویی در کـاهش تری گلیسرید موثر باشد.

LDL- کلسترول بالا نیز که از چربی های بسـیار بـد است و رسوب آن در جدار عروق کرونر، آن ها را مسدود می سازد، می تواند توسط" امگا-۳ "کاهش یابد". امگا-۳ "مقدارVLDL- کلسترول را نیز که از جمله چربی های نامطلوب است، کاهش می دهد.

امـا اشاره به این نکته ضـروری است که" امگا-۳ "زمـانی بر روی کـاهش این چربی های مضـر موثر است که مصـرف چربی های اشباع (روغن های جامد و مایع، غذاهای پر چرب) در برنامه غذایی فرد محدود شده باشد.

تاثیر ماهی روی انعقاد خون و پیش گیری از لخته شدن خون (ترومبوز)

"امگا-۳ "بر روی پلاکت ها و سلول هایی که سطح داخلی رگ ها را می پوشانند و نقش عمده ای در انعقاد خون و تشکیل لخته دارند، تاثیر به سزایی دارد. همچنین از تجمع پلاکت ها که از مراحل ابتدایی تشکیل لخته است، پیشگیری می کند و مانع از ترشح بعضی مواد منعقد کننده از پلاکت ها می شود.

این عملکرد" امگا-۳ "در کسانی که جراحی قلب باز و بای پاس(by pass) شده اند، بسیار مفید است؛ زیرا از انسداد رگ های پیوند شده پیشگیری می کند و مانع از حوادث قلبی جدید در این افراد می شود.

اثر مصرف ماهی روی سکته های مغزی ناشی از لخته در رگ های مغز

"امگا-۳ "موجود در ماهی و نقشـی که در مهار تشـکیل لخته دارد، احتمال سکته های مغزی را کم می کند که این آثار مطلوب را در خـانم هـا بیشتر می توان مشاهـده کرد.در کسـانی که هفتهای یک بار ماهی مصـرف می کننـد، تا ۷ درصد احتمال سـکته مغزی کاهش می یابد. اگر دفعات مصرف ماهی به هفته ای ۵ بار برسد، احتمال سکته ی مغزی تا ۵۰ درصد نیز کاهش خواهدیافت.

مصرف ماهی و بیماری عروق کرونر

رژیم غـذایی عمـده اسـکیموها از غذاهای دریایی تامین می شود. طی مطالعات گوناگون ثابت شده است که مقدار کلسترول، تری گلیسرید،LDL- کلسترول وVLDL- کلسترول در خون اسکیموها کم است و سطحHDL- کلسترول که از چربی های مفید خون و از عوامـل پیشـگیری کننـده ی بیمـاری عروق کرونر است، بالاـست. به همین دلیـل اسـکیموها کمتر دچـار بیماری عروق کرونر و مرگ ناشی از این بیماری می شوند.

این تحقیقات نشان می دهد که مصرف ماهی می تواند احتمال خطر ابتلا به بیماری عروق کرونر و سکته های قلبی را کاهش دهد.
طی مطالعات گوناگون ثابت شده است که با مصرف ۳۵ گرم یا بیشتر ماهی در روز خطر سکته ی قلبی و سکته مغزی، به طور چشمگیری کاهش می یابد و در بعضی موارد نشان داده تا ۴۴ درصد از حملات قلبی پیش گیری می کند.
یک ارتباط معکوس بین مقدار و دفعات مصرف ماهی با کاهش عوامل زمینه ساز بیماری عروق کرونر یعنی چاقی، فشارخون بالا، چربی خون بالا و غلظت خون وجود دارد، یعنی هر چه مصرف ماهی بیشتر باشد، عوامل مذکور بیشتر کاهش خواهند یافت.
ماهی به دلیل داشتن" امگا-۳ "از ضربان های نامنظم قلبی (آریتمی قلبی) پیشگیری می کند. یکی از این آریتمی های خطرناک به نام " تاکیکاردی بطنی "است که موجب ایست قلبی می شود و" امگا-۳ "ازوقوع آن جلوگیری می کند.
تاثیر ماهی بر افرادی که دخانیات مصرف می کنند
استعمال سیگار و دخانیات به عملکرد لایه ی سلولی که سطح داخلی رگ های خونی را می پوشاند و " اندوتلیال "نامیده می شود، آسیب می رساند و مانع از انعطاف پذیری آنها می شود. در نتیجه در مواقع ضروری رگ ها نمی توانند گشاد شوند و به مرور سفت و سخت می شوند. اختلال عملکرد این لایه ی سلولی یکی از مهم ترین علائم پیشرفت رسوب چربی در جدار رگ هاست (آترواسکلروز یا تصلب شریان ها).
افراد سیگاری با مصرف ماهی می توانند با این تغییرات خطرناک مقابله کنند، به شرط آن که ابتدا مصرف دخانیات را ترک کنند.
اسید آمینه تورین که به مقدار زیاد در انواع ماهی ها وجود دارد، می تواند عملکرد لایه سلولی داخل رگ ها را بهبود بخشد و مانع از آسیب آنها شود و در نهایت احتمال بیماری عروق کرونر را کاهش می دهد.
با توجه به فواید بی شمار و با ارزش ماهی و تاثیر آن بر سلامتی سیستم قلب و عروق، باید فرهنگ مصرف آن گسترش یابد و با حذف و کاهش نارسایی هایی که در مسیر دسترسی خانواده ها به این ماده ی غذایی مهم وجود دارد، برای آن جای مناسبی در سبد و سفره ی غذایی خانوار ایرانی باز کنیم.
خواص ماهی از نظر احادیث :
خوردن ماهی بدن را ذوب و بلغم را زیاد نفَس را سنگین جسم را کهنه میکند خوردنش با نان گوارا است و کسی که پس از آن خرما نخورد و بر آن بخوابد تا صبح در معرض فلج است کسی که پس از حجامت گرفتار صفرا میشود باید پس از آن ماهی تازه کباب شده همراه با آب و نمک بخورد ماهی تازه پیه چشم را آب میکند و خوردن زیاد ماهی سبب پیدایش سل است.
مرجع: کتب شیعه و اسلامی

سویق (آرد بوداده)

طریقه مصرف:
بصورت غذا و وعده های غذایی
توضیحات:
بهترین غذا در هنگام گرسنگی است اما امساک کن اگر سیر باشی تا غذایت هضم شود، برای برسام (ورم پرده حجاب حاجز) مفید است و صالح برای آن است که غذای بیمار باشد گوشت را میرویاند و استخوان را محکم میکند و اگر کسی چهل روز از آن بخورد شانه هایش پر از نیرو میشود سودا و بلغم را از معده میکند و هفتاد نوع بلا را دفع میکند و مغز حیوانات را هضم میکند و شفای کسی است که آن را خورده .سه کف دست ارد بو داده اگر صبح ناشتا بخورند سودا و بلغم را میخشکاند و چیزی از آن باقی نمیگذارد و اگر پدر و مادر بخورند بپه انها قوی میشود اگر سه بار شسته شود و از ظرفی به ظرفی ریخته شود تب را میبرد . ارد

بوداده همراه روغن زیتون گوشت را میرویاند و استخوان را سخت پوست را نازک و بر باه می افزاید

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

آویشن (صعتر)

طریقه مصرف:

خوراکی است و به صورت جوشانده مصرف میشود.

بخور آن برای سرماخوردگی مفید میباشد.

توضیحات:

آویشن یکی از قدیمی ترین گیاهان دارویی و ادویه ای است . تیموس کلمه ای یونانی و به معنای شجاع می باشد و به طوری که زنان یونان باستان این گیاه را به لباس شوهرانشان که عازم جنگ بودند می دوختند . زیرا آنها معتقد بودند آویشن سبب شجاعت و در نتیجه پیروزی آنها در جنگ می شود . آویشن گیاهی است خشبی و چند ساله . منشأ آن نواجی مدیترانه گزارش شده است و در جنوب اروپا در سطوح وسیعی کشت می شود .ریشه آویشن مستقیم ، کم و بیش چوبس و انشعابهای فراوانی دارد و ساقه آن مستقیم و چهار گوش است . ارتفاع این گیاه متفاوت و بین ۲۰ تا ۵۰ سانتی متر می باشد . برگها کوچک ، متقابل و کم وبیش نیزه ای شکل ، بدون نوک و دمبرگ ، پوشیده از کرکهای خاکستری رنگ و حاوی اسانس هستند . گلها کوچک و به صورت مجتمع در قسمت فوقانی ساقه هایی که از بغل برگها خارج می شوند روی چرخه هایی مجتمع پدیدار می شوند . میوه چهار بذر به رنگ قهوه ای تیره وجود دارد . بذر آویشن بسیار ریز بوده و وزن هزار دانه آن ۲۵/۰ تا ۲۸/۰ گرم است .

قسمت دارویی :

پیکر رویشی آویشن حاوی اسانس است . از این رو دارای بویی مطبوع می باشد . پیکر رویشی در مرحله گلدهی از بیشترین مقدار اسانس برخوردار است .

خواص درمانی :

اسانس آویشن خاصیت ضد باکتری و ضد قارچی دارد . مجموعه مواد موثر آویشن خلط آور است و ار آن برای معالجه سرفه استفاده می شود .

خواص آویشن از نظر ائمه :

داروی امیر المومنین (ع) است و میفرمود که آویشن برای معده خملی می آورد مانند خمل (پرز) قطیفه و سفوف آن پیش از غذای صبح برای رطوبت مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

عدس

طریقه مصرف:

هم به صورت غذا و هم ارد ان خورده میشود

توضیحات:

عدس Lentil

نام علمی Lens culinaris medic

عـدس یکی از حبوبات است که از قـدیم الایام در اکثر نقاط دنیا کشت می شـده است . گیاه شـناسان اعتقاد دارنـد که عدس حتی قبل از تاریـخ نیز وجود داشته است . عـدس از نظر مقـدر پروتئین بسـیار غنی است و دربین گیاهان فقط لوبیای سویا بیشتر از عدس پروتئین دارد .

عـدس گیاهی است یکساله که ارتفاع آن بیش از ۳۰ سانتیمتر نیست . برگهای آن دارای ۶ تا ۱۴ برگچه می باشد که در انتهای آن پیچـک قرار دارد . گلهای عـدس رنگ سـفید و دارای رگه هایی به رنگ بنفش است . میوه آن غلاف کوچکی است و معمولا در هر غلاف ۱ تا ۳ عدس وجود دارد .

عدس دو نوع است :

عدس رسمی که دانه آن گرد و نسبتا درشت است و رنگ آن سبز مایل به زرد است .

عدس ریز یا عدس قرمز که دانه های آن ریز و به رنگ قرمز می باشد .

خواص داروئی:

عـدس از نظر طب قـدیم ایران معتـدل و خشک است و مانند دیگر گیاهان پوست و دانه آن دارای اثرات متضاد یکدیگر می باشد . یعنی پوست عدس گرم و خود عدس قابض است . بعبارت دیگر پوست آن ملین و مغز آن ضد اسهال می باشد .

عدس یک غذای کامل است و انرژی لازم را برای کارهای بدنی برای انسان تامین می کند .

عدس دارای خواص زیر است

۱)عدس زیاد کننده ترشحات شیر است و مادران شیدره حتما باید از آن استفاده کنند .

۲)عدس را در کنید و روی پوست ملتهب بگذارید التهاب را برطرف می کند .

۳)برای درمان زخم های دهان و گلو و دیفتری عدس را پخته و آب آنرا غرغره کنید .

۴)برای تقویت معده و برطرف کردن گاز معده عدس پخته را با سرکه میل کنید .

۵)آش عدس با روغن بادام برای دوران نقاهت بهترین غذاست.

۶)پماد در عدس با سرکه برای ترک دست و پا که بعلت سرما عارض شده سودمند است .

۷)عدس را می توان بعنوان مسهل هم مصرف کرد چون دارای لعاب زیادی است که در درمان ناراحتی های روده نیز موثر است .

۸)عدس پخته را بعنوان مرهم برای زخم نیز می توان بکار برد .

۹)آرد عـدس بـوداده تشنگی را قطع میکنـد ، معـده را نیرو میبخشـد صـفرا را خـاموش و هیجـان خون را فرو مینشانـد و حرارت را خاموش میکنـد. قاعدگی دائمی را قطع میکند ، مبارک است دل را نازک و اشک را زیاد میکند عدس در نرد آل محمّد (ع) نخود و برای هر درد پشت مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

عسل

طریقه مصرف:

خوراکی میباشد و خواص درمانی زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

عسل

درباره فواید عسل چه می دانیم؟

خواص و مواد موجود در عسل

همانطور که می دانید عسل از قدیمی ترین و نخستین شیرین کننده هایی است که انسان استفاده کرده است و شامل قندهایی چون گلوکز، فروکتوز، مواد معدنی همچون منیزیم، پتاسیم، کلسیم، کلریدسدیم، گوگرد، آهن و فسفات است. در ضمن اینکه ویتامین هایی همچون B۵ ، B۳ ، B۶ ، B۲ ، B۱ و C نیز براساس کیفیت و نوع عسل به نسبت های متفاوت در آن دیده می شود.

علاوه بر موارد ذکر شده در حد کمی مس، ید و روی نیز در عسل وجود دارد. عسل یک ضدعفونی کننده طبیعی است.

ویژگی منحصر به فرد

۱ ـ به راحتی هضم می شود: مولکول های قند موجود در آن می توانند به راحتی به سایر قندها تبدیل شوند، به همین جهت حتی حساس ترین معده ها نیز می تواند آن را به سادگی هضم کند.

۲ ـ منبع بسیار خوبی از آنتی اکسیدان است: نقش بزرگی در جلوگیری از سرطان و همچنین بیماریهای قلبی دارد.

۳ ـ سطح کالری آن پایین است: در مقایسه با سایر مواد قندی٪ ?? کمتر کالری دارد، هرچند انرژی آن بسیار بالاست، اما به وزن بدن شخص اضافه نمی کند.

۴ ـ به سرعت در خون پخش می شود: وقتی با میزان مناسبی آب مخلوط شود. پس از ? دقیقه در جریان خون پخش می شود و با آزادسازی ملکول قند به عملکرد بهتر مغزکه اصلی ترین مصرف کننده قند در بدن است، کمک می کند و مانع بروز خستگی می شود.

۵ ـ در سلامت و ساخت عوامل خونی مؤثر است: به علاوه باعث تمیز شدن خون می شود

و جریان خون را تنظیم و آسان می کند و مانع بروز مشکلات عروقی و تصلب شرایین می شود.

چند ویژگی جالب دیگر

۱ ـ عسل هرگز فاسد نمی شود، جهت نگهداری احتیاج به یخچال ندارد و می توان در دمای اتاق آن را نگهداری کرد.

۲ ـ به خاطر میزان بالای فروکتوز٪ ?? شیرین تر از قند است.

۳ ـ در درمان آلرژی های فصلی برای ساکنین مناطقی که عسل از گلهای همان منطقه به دست آمده است، بسیار مفید است.

۴ ـ تنها غذایی است که استفاده از آن باعث نابودی چرخه طبیعت نمی شود.

ساخت چند داروی خانگی ساده و مؤثر

۱ ـ برای درمان گلودرد، می توان آن را با چای و لیموترش مخلوط کرد و نوشید.

۲ ـ برای جلوگیری از خشکی پوست دست، آرنج و پاشنه پا هم یک قاشق چایخوری عسل را با یک قاشق چایخوری روغن زیتون و یک دوم قاشق چایخوری آب لیمو ترکیب کنید و ?? دقیقه بر روی محل مورد نظر قرار دهید. نتیجه را بزودی خواهید دید.

۳ـ حتی می توانید از آن به عنوان دهان شویه هم استفاده کنید: یک قاشق عسل را با یک فنجان آب گرم ترکیب کنید و دهان خود را با آن بشویید.

عسل از نظر احادیث :

خوردن عسل شفای هر درد است خوردن عسل همراه با خواندن قرآن و جویدن کندر بلغم را ذوب میکند و در کتب پزشکان از حضرت رضا نقل شده که عسل شیر تازه را مانند پنیر مایه منعقد میکند و مردم از چیزی بهتر از خوردن عسل درمان نیافته اند برای دل درد مومن سود مند است و برای منافق این چنین نیست و همراه سیاه دانه مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

انگور (عنب)

طریقه مصرف:

خوردنی است

توضیحات:

انگور (Grape (Vine

نام علمی Vitis

درخت انگور که درخت مو نیز نامیـده میشود درختچه ای است بالا رونـده که از دیوار و درختان مجاور بالا می رود . ساقه آن گره دار و دارای برگهـای متنـاوب است . برگهـای انگور دارای پنـج لوب دنـدانه دار و برنگ سبز تیره می باشـد . گلهای آن کوچک ، مجتمع و بصورت خوشه ظاهر می شود . میوه درخت انگور ، گوشتدار و شیرین و برنگهای مختلف است .

خواص درمانی میوه انگور

انگور بر طبق طب قدیم ایران گرم و تر است .

۱) اخلاط بدن را متعادل می کند .

۲)بسیار مقوی و مغذی است .

۳)خون را تصفیه می کند .

۴)سینه و ریه را صاف و تمیز می کند .

۵)برطرف کننده یبوست است .

۶)انگور برای درمان ورم معده و روده مفید است .

۷)در درمان سل ریوی و سیاه سرفه موثر است .

۸)برای درمان اسهال خونی از انگور استفاده می شود .

۹)برای درمان نقرس بسیار مفید است .

۱۰)آنهایی که معـده ضـعیف دارنـد بایـد انگور را بـدون پوست بخورنـد زیرا پوست آن دیر هضم است و موجب دل درد ، نفـخ و عوارض دیگر می گردد .

۱۱)انگـور بهـترین میـوه برای کسـانی است که می خواهنـد لاـغر شونـد و بـدن خود را از سایـد اوریـک ، سـنگ هـای صـفراوی و مسـمومیت های مزمن (مسـمومیت از سـرب یا جیوه) پاک کننـد . اینگونه اشـخاص بایـد در هر فهته بمدت ۲ روز فقـط آب انگور بخورنـد و رژیم آب انگور بگیرنـد بـدین ترتیب که هر دو سـاعت یکبار آب انگور تازه را گرفته و بنوشـند . مقـدر مصـرف روزانه تقریبا ۲ کیلو گرم است و در این دو روز نباید غذای دیگری مصرف کنند فقط می توانند آب بنوشند .

۱۲)رژیم آب انگور برای مبتلایان به سل ریوی و واسیر نیز مفید است .

۱۳)برای تقویت و طراوت پوست و همچنین روشن کردن رنگ پوست ، آب انگور تازه را با یک تکه پنبه بصورت بمالید و پس از ده دقیقه با آب نیمگرم محتوی کمی جوش شیرین بشوئید .

۱۴)زیاده روی در مصرف آّب انگور بطور مداوم ایجاد سنگ کلیه می کند .

خواص طبی روغن هسته انگور

روغن هسته انگور گرم کننده بدن است ، این روغن ضد یبوست می باشد . از آن برای نقاشی و تهیه صابون نیز استفاده می شود.

خواص طبی هسته انگور

هسته انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است :

۱)دارای تانن است بنابراین قابض است .

۲) اسهال را برطرف می کند .

۳)ترشح ادرار و اسپرم را کم می کند .

۴) گرد هسته انگور را برای درمان به مسلولین می دهند .

۵)هسته انگور برای آنهایی که مثانه و کلیه ضعیف دارند مضر است .

خواص طبی پوست انگور

پوست انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است :

۱- پوست انگور را خشک کرده و می سوزانند خاکستر بدست آمده را برای درمان اکثر زخم ها استفاده می شود .

۲- پوست انگور دیر هضم است و بهتر است که در موقع خوردن پوست آنرا بیرون آرود .

خواص طبی غوره

غوره که بانگلیسی Un-ripe grape نامیده می شود از نظر طب قدیم ایران سردو قابض است :

۱.در درمان ورم مخاط دهان و نرمی لثه ها موثر است .

۲.آب غوره برای درمان چاقی مفرط مفید است .

۳.بیماری اسکوربوت که بعلت کمی ویتامین C در بدن می باشد با آب غوره درمان می شود .

۴. آب غوره چون دارای تارتارات پتاسیم است برای درمان سیاتیک و رماتیسم حاد بسیار مفید است .

۵.در دفع زردی موثر است .

۶.خوردن آب غوره بلوغ دختران را جلو می اندازد و قاعده را باز می کند .

۷.حرارت و صفرای بدن را دفع می کند و روده ها را ضد عفونی می کند .

۸.آب غوره تقویت کننده کبد است .

۹.برای برطرف کردن ورم گلو آب غوره قرقره کنید .

۱۰.برای دفع کرم و روده و تقویت معده باید بمدت پنج روز آش آب غوره همراه با زیره سیاه مصرف کنید البته در اینمدت باید از خوردن غذاهای سنگین اجتناب نمائید .

۱۱.آب غوره درمان کننده پا درد و کمر درد می باشد . برای معالجه میتوان بمدت دهروز آش آب غوره مصرف نمود . البته از خوردن غذاهای سنگین در اینمدت اجتناب کرد .

۱۲.ترشی غوره نیز معالجه رماتیسم و سیاتیک است .

خواص طبی برگ مو

۱.برگ مو قابض است .

۲.دم کرده برگهای جوان مو اسهال خونی را برطرف می کند .

۳.برای خونریزیها مفید است .

۴.در رفع نقرس و زردی موثر است .

۵.استفراغ را برطرف می کند .

۶.در رفع اختلالات گردش خون مربوطه به دوره بلوغ و یائسگی موثر است .

۷.هنگامیکه پوست صورت قرمز می شود و ملتهب است خوردن دم کرده آن اثر مفید درد .

۸.گرد برگهای جوان و خشک شده مو ، اثر خوبی در رفع خونریزیهای رحیم و خون آمدن از بینی درد .

۹.برای برطرف کردن سرمازدگی دست و پا جوشانده برگ مو را تهیه کرده و دست و پا را بمدت ۱۵ دقیقه در آن قرار دهید .

۱۰.برای تهیه دم کرده برگ مو ، مقدر ۱۵ تا ۲۰ گرم برگ مو را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند .

۱۱) از دم کرده برگ مو می توان برای شستشوی چشم در مورد ورم ملتحمه استفاده کرد .

۱۲.دم کرده برگ مو برای رفع واریس مفید است .

دانه دانه خوردن آن گواراتر است و اندوه را میزداید بخصوص سیاه آن بهتر است.

مرجع: کتب طب سنتی

سنجد (غبیرا)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

نام علمی سنجد «Elaeagnusan gastifolial» است و رویشگاه این درخت بدلیل سازگاری آن با محیطهای مختلف در اغلب نقاط کره زمین از جمله آمریکای شمالی، اروپای شرقی و غربی، آسیای مرکزی و شمالی و ... است. به گزارش سرویس «بهداشت و درمان» خبرگزاری دانشجویان ایران، به طور کلی ۳ نوع درخت سنجد در دنیا وجود دارد که ۲ نوع هلاگنوس و هیپوفار در ایران موجودست. درخت سنجد هلاگنوس به دلیل درشتی میوه قامت بلند، نداشتن خار و برگهای پهن به درخت سنجد هیپورفیا برتری دارد. خواص درخت سنجد در تمام اندامهای آن منتشر شده است و ریشه، چوب، پوست و میوه آن دارای خواص دارویی و صنعتی متفاوتی است از پوست درخت سنجد یک ماده شیمیایی دارویی مهم به نام تتراهیدروآرمور – متیل – N استخراج می‌شود. از برگ درخت سنجد آلکانویید استخراج می‌شود که در صنایع داروسازی کاربرد دارد. اسانس گل سنجد در صنایع داروسازی و آرایشی و عطرسازی بکار می‌رود. درخت سنجد دارای ۳ قسمت برون بر (پوست قهوه‌ای رنگ)، میان‌بر (آردی شکل) و درون بر (هسته چوبی و سفت آن) است که قسمت میان‌بر و درون بر آن دارای ارزش غذایی فراوان است. در قسمت میان‌بر ۲ نوع قند گلوکز و فروکتوز، ۷ نوع چربی اشباع شده و اشباع نشده وجود دارد. در قسمت درون بر سنجد ۱۷ نوع آمینواسید و مقداری پروتئین وجود دارد که هر یک از این آمینواسیدها خواص دارویی بسیار مفیدی دارند بطوری که می‌توان گفت میوه سنجد یک میوه دارویی صفراست. این میوه در طب سنتی به عنوان تانن قابض است بنابراین در معالجه بیماریهای دندان، لثه و اسهال و در درمان زخم معده موثر است و می‌تواند از خونریزی جلوگیری کند. اگر آرد و هسته میوه سنجد با هم آسیاب شود مصرف خوراکی آن بیماری آرتروز را درمان می‌کند.

خواص سنجد از نظر احادیث :

گوشتش گوشت می آورد استخوانش استخوان میرویاند و پوستش پوست آور است کلیه ها را گرم و معده را دباغی میکند و ایمن از بواسیر و ادرار قطره قطره است. ساقها را نیرو میبخشد ، جذام را ریشه کن میکند و برای تب سودمند است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کبک (قبج)

طریقه مصرف:

گوشت کبک غذای لذیذی است

توضیحات:

روایت شده به اشخاصی که تب دارند گوشت کبک بدهید زیرا به پاها قوت میدهد و تب را قطع میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

خرفه (فرفخ)

طریقه مصرف:

مانند سایر سبزیجان خواص خوراک دارد اما سبزی حضرت فاطمه بوده است.

شیوه های درمانی هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

قطع کننده خونریزی و چرک میباشد، گیاهی است یک ساله که وحشی آن خزنده، با ساقه های خوابیده کمی قرمز و با برگهای دایره ای گوشتی که دور گلهای کوچک زرد رنگ آن ظاهر می شوند. نوع پرورشی آن با برگهای ضخیم گوشتی سرخ رنگ که بلندی آن ۴۰ ـ ۱۰ سانتی متر است، برگهای آن گوشتی کلفت با کرکهای کوتاه، تخم آن سیاه کوچک. وحشی آن معمولاً در مناطق معتدله دنیا همه جا و در نواحی سایه دار مرطوب در مزارع و بوستانها و حاشیه دریاچه ها می روید.

در ایران معمولاً ـ کاشته می شود، ولی به طور وحشی نیز در مناطق شمالی ایران در اطراف رشت، لاهیجان، اطراف تهران، تفرش، اراک و سایر نواحی می روید. تکثیر آن از طریق کاشت بذر آن صورت می گیرد و بذر آن را به طور مستقیم در مزرعه اصلی در ماه های اردیبهشت تا تیرماه می کارند. خاک مزرعه باید غنی باشد و چون احتیاج به آب زیاد دارد آبیاری آن باید مرتباً صورت گیرد.

خرفه از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی خیلی سرد و تر و دارای نیروی قابضه است و مدر است و معتقدند که برگ و ساقه آن مسکن صفرا است و آن را قمع می کند و حرارت خون و کبد و معده را تسکین می دهد و برای تسکین حدت تبهای گرم و صفراوی و تسکین عطش و کنترل ترشح ادرار در مورد بیماری دیابت و رفع سردرد های گرم مفید است و خونریزی از هر عضوی را قطع می کند و همچنین در مواردی که چرک از سینه آید قطع می کند و برای خرد کردن سنگ مثانه و ازدیاد ترشح بول مفید است، یعنی مدر است و برای سرفه و سوزش مجرای ادرار و مثانه و روده ها و بواسیر و همچنین تسکین حرارت رحم و سوزش و درد آن مفید است.

تخم آن ضد کرم کدو است و عصاره ساقه و برگ آن برای بیماریهای کبد و بیماریهای کمی ویتامین C بسیار مفید است، البته کمتر از شاهی. زیرا در خرفه تا حد ۲۵ گرم در ۱۰۰ گرم برگ ویتامینC دارد و به عنوان رژیم غذایی اشخاص مبتلا به اسکوروی تجویز می شود.

مقدار خوراک از آب برگ ساقه آن ۴۰ گرم که با ۸ گرم نبات یا شکر مخلوط کرده و خورده می شود.

اگر آن را پخته و با کمی پیاز و روغن سرخ کرده و بخورند برای قطع اسهال صفراوی و تقویت روده ها و تبهای گرم بسیار نافع است به خصوص در فصل های گرم سال و برای اشخاص گرم مزاج.

اگر برگ و ساقه آن را مانند سالاد و با سرکه بخورند برای درد کلیه بسیار نافع است.

جویدن برگ آن به مقدار کم، کندی دندان را رفع می کند(که از خوردن میوه ترش و یا علت دیگری ایجاد شده باشد)و زیاد

جویدن آن کندی دندان ایجاد می کند.

از عصاره آن برای التهابهای گرم چشم با مالیدن در محل ملتهب استفاده می شود.

ضماد برگ و ساقه آن با روغن گل سرخ برای تسکین سردردهای گرم و ورمهای گرم نافع است و با آرد جو برای جرب نافع است.ضماد برگ و ساقه آن به تنهایی برای تسکین حرارت اعضا و سوختگی آتش مفید است و اگر بر معده و کبد گذارند برای تسکین حرارت آنها مفید است و اگر با حنا تهیه شود و بر کف دست و پا گذارده شود برای حرارت و پیسی های دست و پا در صورت تکرار مفید خواهد بود.

ضماد ریشه آن برای زگیل قوی تر از ضماد گیاه است. اشتها را کاهش می دهد و اسراف در خوردن آن نور چشم را نقصان می دهد. این قبیل افراد سرد مزاج اگر بخواهند بخورند باید با نعناع و کرفس باشد، مقدار خوراک از آب آن تا ۱۰۰ گرم است.

خاصیت تخم خرفه مانند آب خرفه است و گرد برگ و ساقه خشک آن برای زخمهای دهان اطفال و زخمهای نظایر آن نافع است و گرد آن برای طحال و معده اشخاص سرد مزاج مضر است.

اگر بیست گرم برگ خشک آن را کوبیده با شکر و جلب بخورند برای تبها و سرفه های گرم بسیار نافع است، مقدار خوراک گرد آن تا ۲۰ گرم است. مشابه آن در اکثر موارد فوق اسفرزه است.

در مورد خواص خرفه در مدارک فنی منتشره در مغرب زمین چنین آمده است:

خرفه در چین و هندوچین مصارف دارویی وسیعی دارد. از خرفه به عنوان خنک کننده، نرم کننده، جبران کننده کمی ویتامینC و نیروبخش، التیام دهنده زخم و محلل ورم استفاده می شود.

در مدارک زیادی خرفه به عنوان مدر معرفی شده است، ولی بررسی های دقیق تر حکما نشان می دهد که:

۱ ـ در مورد اشخاص سالم و اشخاصی که کلیه نرمال دارند، اثر مدر دارد.

۲ـ در مورد اشخاص با کلیه های ناراحت نیز در مواردی تا حدودی مدر است از جمله در مورد نفری تیس (یا ورم کلیه) و پی لی تیس (ورم کالیس کلیه) تا حدودی مدر است.

در ده مدرک از مدارک طب سنتی معتبر آمده است که مصرف خرفه برای معالجه خونی نافع است.

چی یو معتقد است که خرفه برای سه نوع اسهال خونی که در اثر باکتری ایجاد شده مفید است ولی در مورد اسهال خونی آمیبی یا آموبیک دیسانتری بی اثر است.

الیو معتقد است که مصرف جوشانده خرفه که کاملاًخوب پخته شده و آب آن گرفته شده باشد برای معالجه اسهال خونی باسیلی یا باسیلری دیسانتری بدون هیچ عوارض جانبی مفید است.

خواص دیگر استعمال داخلی خرفه:

برای اسهال مفید است به عنوان ضد کرم برای معالجه اوکسیوریس یا کرمهای سفید مفید است و مسهل ملایم است برای بچه ها مسهل است تصفیه کننده خون است، تب بر و ضد سم است.

در استعمال خارجی:

شیره گیاه یا له شده گیاه برای تحلیل ورم و تومور و التیام زخمهای شدید سوختگی، بواسیر بیماریهای پوستی، تحلیل آبسه، گزیدگی نیش حشرات، عقرب گزیدگی مفید است.

در موارد نیش حشرات و جانوران مصرف داخلی آن هم مؤثر است ولی البته در مورد زنان حامله نباید مصرف شود.

تحقیقات جدید دانشمندان نشان داده است که در خرفه ماده شیمیایی بسیار جالب به نام اسید چرب امگا ۳ وجود دارد. این همان چربی معروفی است که در روغن ماهی یافت می شود و عامل مؤثری برای کاهش کلسترول و فشار خون است و از این نظر که این

گیاه را در ردیف گیاهان ارزشمند ضد سرطان و ضد فشار خون قرار می دهد و به علاوه دارای مقدار قابل ملاحظه ای ویتامین C است که آن هم از ضد اکسید کننده ها است و ضد عوامل سرطان زا است.

خواص خرفه از نظر احادیث :

بر روی زمین سبزی خوردنی شریفتر از آن نیست و سبزی خوردنی حضرت فاطمه (ع) است و عقل را زیاد میکند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گوشت خشک شده (قدید)

طریقه مصرف:

نباید خورده شود و از خوردن آن نهی شده

توضیحات:

روایت شده که دو چیز فاسد هستند که به شکم تندرستی وارد نمیشود الا ان که آن را فاسد میکنند و آن دو چیز گوشت خشک شده و پنیر خشک شده است و دو چیز صالح هستند که به شکم فاسد وارد نمیشوند الا آن که آن را اصلاح میکنند و آن دو انار و آب نیمه گرم است. گوشت خشک شده بدن را لاغر و منهدم میکند و چه بسا میکشد و بیماری را برمی انگیزد و این گوشت بدی است و به همه چیز زیان میرساند و چیزی برایش فایده ندارد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کافور

طریقه مصرف:

برای سرمه و مصارف دیگر

توضیحات:

اگر از صبر، مُر و کافور به اندازه مساوی سرمه بکنند برای ضعف چشم مفید است و روایت شده کافور ریاحی و صبر سقوطری را به یک اندازه با هم میکوبند و از پاچه حریری میبریزند و سرمه میکنند و یک بار سرمه در ماه هر دردی را که در سر باشد فرو مینشاند و آن را از بدن بیرون میراند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

تره (کراث – گندنا)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

برای درد طحال اگر سه روز آن را بخورند سودمند است و بوی دهن را خوش میکند ،بادها را میراند ، بواسیر را قطع میکند و برای کسی که همیشه از آن بخورد ایمنی از جذام است و روایت شده آن را با روغن عربی خوب سرخ کن و به کسی که درد طحال دارد سه روز بخوران شایسته است آن را بشویند ریشه اش را قطع کنند و سرش را بزنند و سید سبزیهاست و سبزی رسول الله(ص) و هفت قطره از بهشت بر آن میچکد و روایت شده برای بواسیر مفید است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گشنیز (کنز بره)

طریقه مصرف:

سبزی آن به صورت خوراکی به مصرف میرسد و تخم آن نیز خواص دارویی دارد

توضیحات:

گشنیز Coriander

نام علمی Coriangrum sativum

گیاه شناسی

گشنیز گیاه بومی جنوب اروپا و مناطق مدیترانه است . در بیشتر نقاط ایران نیز می روید . از زمانهای قدیم وجود داشته و حتی مورد مصرف مصری ها بوده است .

بقراط این گیاه را می شناخته و برای درمان بیماریهای مختلف از آن استفاده می کرده است . در قرون وسطی ضعف جنسی را با گشنیز درمان می کردند .

گشنیز گیاهی است علفی و یکساله ، برنگ سبز که ارتفاع آن تا ۸۰ سانتیمتر نیز می رسد . برگهای آن به دو شکل ظاهر می شود آنهائی که در قاعده ساقه وجود دارد بشکل دندانه دار و دیگری در طول ساقه که باریک و نخی شکل می باشند .

قسمت مورد استفاده گیاه ساقه و برگ و میوه آن است . میوه گشنیز گرد و برنگ زرد می باشد . بوی تازه آن مطبوع نبوده و تقریبا بد بو است ولی بر اثر خشک شدن این بو از بین رفته و خوشبو می شود . حتی نام لاتین گشنیز از لغت یونانی Korio مشتق شده که به معنی بد بو است .

خواص طبی گشنیز

گشنیز و تخم گشنیز از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

خواص تخم گشنیز از قرار زیر است

۱)تخم گشنیز را پودر کرده و با نسبت مساوی با شکر و یا عسل مخلوط کنید برای تقویت بدن بسیار مفید است

۲)معده را تقویت می کند

۳)خوذن تخم گشنیز با غذا به هضم غذا کمک می کند

۴)ادرار آور است

۵)قاعده آور است

۶)کرم های معده و روده را از بین می برد

۷)برای برطرف کردن تب تیفوئید مفید است

۸)خاصیت ضد باکتری درد و بیماریهای عفونی روده را برطرف می کند

۹)تب های نوبه ای را از بین می برد

۱۰)برای نرم کردن سینه از جوشانده تخم گشنیز استفاده کنید

۱۱)جوشانده تخم گشنیز خواب آور است

۱۲)زکام را برطرف می کند

۱۲)تخم گشنیز شیر را در مادران شیر ده زیاد می کند

۱۳)برای تسکین درد دندان تخم گشنیز بجوید

۱۴)تقویت کننده قلب است

۱۵)جوشانده تخم گشنیز یا خوردن تخم گشنیز بوداده اسهال خونی را برطرف می کند

خواص برگ وساقه گشنیز

۱) گشنیز خواب آور است

۲)مسکن و آرام کننده است

۳)مسمومیت های حاصله از مواد پروتئینی را برطرف می کند

۴)با غذا گشنیز بخورید تا از ترش شدن غذا جلوگیری کند

۵)تشنگی را برطرف می کند

۶)طحال را تمیز و تقویت می کند

۷)برای فتق مفید است

۸)برای برطرف کردن بوب بد دهان سوپ گشنیز بخورید

۹)دل درد را برطرف می کند

طرز استفاده:

برای برطرف کردن دندان درد

حدود ۱۰ گرم تخم شگنیز را در چهار لیتر آب ریخته و بگذاریدبجوشد تا حجم آن به یک لیتر برسد آنرا کمی سرد کنید و در دهان مضمضه کنید تا درد دندان برطرف شود

برای شستن دهان و دندان

یک قاشق چایخوری پودر تخم گشنیز را در یک لیوان آّب جوش ریخته و بمدت ۵ دقیقه دم کنید سپس آنرا برای شستن دهان دندان و گلو غرغره کنید

مرجع: کتب طب سنتی

گلابی (کمثری)

طریقه مصرف:

خوردنی به صورت میوه و آب میوه

توضیحات:

گلابی Pear

نام علمی Pirus communis

گیاه شناسی

گلابی درختی است که بلندی آن به حدود ۱۰ متر می رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می ریود . این درخت بومی مناطق جنوبی دریای خزر می باشد .

ریشه گلابی عمیق است برگهای آن صاف و دندانه دارمی باشدگلهای گلابی سفید رنگ مایل به صورتی و بصورت خوشه ای

است . میوه درخت گلابی مخروطی شکل ، گوشتدار ، شیرین و یا ترش و شیرین و برد است از تمام قسمتهای گلابی مانند برگهای جوان پوست وس اقه میوه آن استفاده طبی بعمل می آید .

خواص میوه گلابی

گلابی از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است

۱)گلابی سنگ مجاری ادرار را دفع می کند

۲)آرام بخش و تب بر است

۳)در رفع عفونت مجرای ادرار موثر است

۴)مقوی بدن است

۵)تشنگی را برطرف می کند

۶)سوزش مثانه و مجرای ادرار را رفع می کند

۷)چون قند گلابی (لوز) است بنبراین آنهایی که مبتلا به مرض قند هستند می توانند از آن استفاده کنند و برای آنها مضر نیست

۸)برای دفع سموم بدن بسیار موثر است

۹)برای پائین آوردن فشار خون بایـد مدت چند روز فقط گلابی مصـرف کنید و غذای دیگر نخورید . البته این رژیم باید تحت نظر دکتر انجام گیرد و با اجازه پزشک متخصص باشد

خواص دیگر قسمت های درخت گلابی

برگ وشکوفه درخت گلابی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

۱–شکوفه درخت گلابی مقوی معده است و خونریزی و اسهال را بند می آورد

۲–در مورد ورم چشم از ضماد شکوفه گلابی استفاده کنید

۳–تخم گلابی ضد کرم معده و روده لست

۴–دم کرده برگ گلابی برای رفع اسهال مفید است

۵–برای دفع سنگ کلیه ۵۰ گرم برگ گلابی را با ۵۰ گرم پوست سیب در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۲۰ دقیقه دم کنید و آنرا بتدریج بنوشید

۶–برای شستشوی زخم ها ۵۰ رگم پوست ساقه درخت گلابی را در یک لیتر آب ریخته و بگذاری چند دقیقه بجوشد و سـپس آنرا کم کم بنوشید.

خواص گلابی از نظر احادیث :

روایت شده گلابی بخورید زیرا دل را جلا میدهد و به اذن خدا دردهای درون را فرو مینشاند و معده را دباغی میکند گلابی و به با هم برادرند و در هنگام سیری مفیدتر از ناشتا هستند و کسیکه سنگینی و غش به او برسد باید ناشتا و قبل از غذای صبح بخورد

مرجع: کتب طب سنتی

کندر

طریقه مصرف:

بهترین راه مصرف کندر

آنرا کوبیده و هر روز صبح ناشتا یک قاشق مربا خوری از آنرا در یک استکان آب حل کرده و مصرف نمایید.

همچنین میتوانید آنرا در دهان گذاشته و به صورت آدامس از آن استفاده نمایید اما کمی تلخ میباشد.

توضیحات:

جویدنش لثه را محکم میکند و بوی دهان را میزدایدبرای حافظه مفید است و روایت شده برای حفظ قرآن و قطع ادرار و بلغم از آن بخورند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شیر

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

شیر گوسفندان سیاه بهتر از شیر گوسفندان سرخ است اما شیر گاو قرمز بهتر از شیر گاو سیاه میباشد و کسی که در آب پشتش (منی) دگرگونی رخ دهد شیر تازه و عسل برایش مفید است شیر گوشت نو میرویاند استخوان را محکم میکندو سر کشیدن شیر شفای هر دردی است الا مرگ و روایت شده که بخدا قسم شیر هیچ زیانی ندارد و هیچ کس از نوشیدن شیر گلو گیر نمیشود و کسیکه شیر را به عشق رسول خدا (ص) بیاشامد زیان نمیبیند و در کل شیر گاو بهتر از شیر گوسفند میباشد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

گوشت (لحم)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

گوشت گوشت میرویاند و کسیکه چهل روز آنرا ترک کند بد خلق میشود و کسیکه بد خلق شد در گوشش اذان بگویید و در روایت از زیاد خوردن گوشت نهی شده و گوشت گاو با چغندر برای بیماری سفید شدن چشم مفید است و همچنین ابگوشت آن سفیدی را میبرد و روایت شده که اَردبوداده و شور بای گوشت گاو برای وضح (لکه های سفید پوستی) سود مند است و روایت شده که گوشت گاو درد است و گوشت مرده چنین است و کسی به خوردن آن عادت نمیکند مگر آنکه بدنش ضعیف میشود و جسمش ناتوان می گردد و قوت اش را از دست میدهد نسلش قطع می گردد و مرده خوار نمیمیرد مگر به مرگ فجأه (ناگهانی) و گوشت سید غذاهای بهشت و سید خوردنیهای دنیا و آخرت است و بهترین گوشتها گوشت گوسفند است و روایت شده مرغوبترین گوشتها گوشت کبوتر بچه ای است که تازه به پرواز در آمده یا نزدیک پرواز است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

لقاح (ناقه)

طریقه مصرف:

شیر شتر

توضیحات:

شیرش شفای هر درد و افتی و جسد است بدن را پاک میکند و چیزهای گندیده آنرا بیرون رانده و آنرا خوب میشوید و پیشابش شفای ربو (تنگی نفس در حال ایستادن) است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

آب (ماء)

طریقه مصرف:

نوشیدنی و ....

توضیحات:

روایت شده که برای تب دارویی بهتر از آب سرد و دعا نیافتیم و زیاد نوشیدن آب ماده هر درد است و آب زمزم برای هر دردی که نوشیده شود شفا است و روایت شده که شفای هر درد است . اگر کسی آب باران را قبل از آنکه به زمین برسد را در ظرفی تمیز جمع کند برای هر یک (ظا هرا منظور برای هر ظرف) هفتاد بار سوره های الحمد و قل هو الله و معوذتین (سوره های فلق و ناس) بخواند و هر روز یک جام و هر شب یک جام از آن بیاشامد خداوند هر بیماری را از بدن ، استخوانها ، مخ ، و رگهای او میبرد. اب باران بدن را تطهیر میکند و بیماریها را دفع میکند اب نیمه گرم برای هر چیز سود مند است و از چیزی زیان نمیبیند ادرار کردن در آب راکد فراموشی می آورد و آب میزاب کعبه (ناودانی که بر بام کعبه در بالای حجر اسمعیل نصب شده و معروف به میزاب رحمت است) شفا است اب نیمخور مؤمن شفای هفتاد درد است و اب سید نوشابه های دنیا و آخرت است.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

ماست

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کسی که میخواهد ماست بخورد و به او زیان نرساند باید هاضوم یعنی زنیان بر آن بریزد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

ماش

طریقه مصرف:

خود ماش و آبی که در آن پخته شود خوراکی میباشد.

توضیحات:

ماش را میپزند و کسیکه مبتلا به بهق (لکه های پوستی) باشد آبش را مینوشد و خود آن را در غذایش میریزند

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

مر

طریقه مصرف:

سرمه به چشم میشود

توضیحات:

سرمه کردن مر با کافور برای چشم مفید است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

نمک (ملح)

طریقه مصرف:

مصرف نمک قبل از خوردن غذا برای پیشگیری از بسیاری بیماریها مفید میباشد.

توضیحات:

غذای خود را با نمک آغاز کن زیرا شفای هفتاد و دو درد در آن است. که از آن جمله اند : جنون ، جذام ، برص ، گلودرد ، دندان درد ، دل درد ، لک و پیس چهره و گزش عقرب و برای این منظور آنرا با آب خمیر کرده و بر موضع مینهند و اگر مردم میدانستند که چه چیز در نمک است در بکار بردن آن بعنوان تریاق مبالغه میکردند.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

شراب (نبیذ)

طریقه مصرف:

حرام است و نباید مصرف شود.

توضیحات:

خداوند در حرام شفا قرار نداده و مصرف آن مضرات بسیاری دارد که از آن جمله میتوان به کم شدن عقل انسان اشاره کرد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

نوره (داروی نظافت)

طریقه مصرف:

ضماد کردنی میباشد

توضیحات:

نوره یکی از اقسام دارو است و بدن را فربه میکند و اگر آنرا با حنا مخلوط کنند و در حمام برخود بمالند وضح (لکهای سفید پوست) و بحق (لکهای سیاه پوستی) را میزداید . تنویر وسیله طهارت است و کسی که با انگشت ان را بردارد و ببوید و بر سر بینی خود بگذارد و دعای(الهم ارحم سلیمان بن داود کما امرنا بالنوره) را بخواند او را نمسوزاند ،نوره اب صلب (منی) را زیاد میکند و بدن را نیرو میدهد و بر پیه کلیه می افزاید و بدن را فربه میکند و یک بار استعمال آن در تابستان مفیدتر از ده برابر آن در زمستان است موی بدن همین که بلند شد آب پشت را قطع میکند و مفاصل را سست میکند و ضعف و سل میآورد و کسی که پس مالیدن آنها از فرق تا قدم خود را حنا بمالد از جنون ، جذام، برص و آکله در امان است

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

حلیم (هریسه)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

یکی از انبیا از ضعف و کمی نیروی نزدیکی به خدا شکایت کرد خداوند به او امر فرمود که حلیم بخورد.

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

کاسنی (هندبا)

طریقه مصرف:

دم کردنی و خوراکی به عنوان سبزی

توضیحات:

سید سبزی ها است منی را زیاد میکند و رخساره را خوشرنگ میکند گرم و نرم است و پسر را زیاد میکند هر روز صبح قطره هایی ازبهشت بر آن میچکد شایسته آن است که هر وقت کاسنی میخورند آن را تکان ندهند کسی که شب بخوابد و در شکمش هفت طاقه کاسنی باشد در آن شب انشاءالله از قولنج در امان است در کاسنی شفای هزار درد است و دردی در اندون آدمی نیست مگر آنکه کاسنی آن را ریشه کن میکند برای تب و سردرد روغن آن تجویز شده

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

مورد (آس – مرسین)

طریقه مصرف:

خوراکی و مالیدنی

توضیحات:

برای رویاندن مو و جلوگیری از ریزش آن و همچنین تقویت اعصاب مفید میباشد.

مرجع: کتب طب سنتی

آجر

طریقه مصرف:

بخور دادن و نشستن بر آجر گرم

توضیحات:

اجر را اگر بگدازند و در آب بیندازند تا آنرا بخار کند و سر را با آن بخور دهند برای دفع مواد سرد مغزی ، نزله ها ، دردسر کهنه مفید است ، نشستن بر آجر داغ برای اسهال و پیچ رطوبتی و سرد بادی و درد بواسیر مفید است .

مرجع: کتب طب سنتی

ابریشم

طریقه مصرف:

همراه با عسل خورده میشود

توضیحات:

یک درهم از آن که با قیچی تکه تکه شده باشد با سه درهم عسل شادی آور است

مرجع: کتب طب سنتی

ابقر (شوره)

طریقه مصرف:

با شکر خورده میشود

توضیحات:

برای ناراحتی های طحالی و در پشت و کمر و بند امدن پیشاب مفید است ، ربع تا دو درهم از آنرا با شکر میخورند و به تجربه رسیده

مرجع: کتب طب سنتی

ابهل (سرو کوهی)

طریقه مصرف:

با روغن زیتون پخته میشود تا سیاه شود

توضیحات:

قطورش برای کری مفید است و مالیدن آن همراه با سرکه داءالثعلب را بهبود میبخشد و برای ربو و بواسیر نیز مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

اترج (ترنج)

طریقه مصرف:

هم تخمش و هم خودش خورده میشود

توضیحات:

تخمش بنا به تجربه برای دفع سموم حیوانات از تراق الکبریت مفید تر است و اگر مروارید را در ابش حل کنند تریاق سمها و بیماری اندام های رئیسه و اسهال شدید است

مرجع: کتب طب سنتی

اثل (گزشور – شوره گز)

طریقه مصرف:

هم چوبش و هم میوه اش مصرف میشود

توضیحات:

خاکستر چوبش برای جلو گیری از خونریزی اعضاء مفید است و دو و نیم درهم از میوه اش با دو و نیم درهم گل انار فارسی را اگر دو یا سه بار بخورند اسهال را قطع میکند پخته اش همراه با مازو و انار جانشین حبهای جیوه ای و چوب چینی است و قرحه ها و زخمها سفلیس و آکله و نمله(نوعی دانه که به بدن میزند) را بهبود میبخشد

مرجع: کتب طب سنتی

سنگ سرمه (اثمد)

طریقه مصرف:

سرمه و مصارف دیگر

توضیحات:

با حضض و سماق برای اشکریزی و جرب چشم مفید است و باحسن لبه در گوشت آوری و به هم آوردن زخم آدمی را از داروی دیگر بی نیاز میکند

مرجع: کتب طب سنتی

اخثا (سرگین)

طریقه مصرف:

ضماد و ...

توضیحات:

سرگین گاو با پیاز دشتی برای قوبا (لگ پیسی وخشونت پوست) سعفه (کچلی و قرحه های سر) وداءالثعلب (روزش موی بدن) مفید است و ضمادش بر ورم و زنبور گزیدگی سودمند است

مرجع: کتب طب سنتی

ازاراقی (کچله)

طریقه مصرف:

خوراک این معجون یک یا دو مثقال است

توضیحات:

معجونش برای فلج و سستی و دردهای سرد مفید است عادت تریاک را قطع میکند و درد مفاصل و عرق النسا (سیاتیک) ، ادرار بی اختیار را بهبود میبخشد

مرجع: کتب طب سنتی

اذخر (کاه مکه)

طریقه مصرف:

همراه با سکنجبین خورده میشود

توضیحات:

همراه با سکنجبین در روزهای آخر تب های بلغمی مفید است و مخلوط با فلفل برای تهوع سودمند است

مرجع: کتب طب سنتی

ارغوان (ارجوان)

طریقه مصرف:

چوب سوخته اش ضماد بر ابرو میکنند

توضیحات:

برای سیاه کردن موی ابرو مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

جو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

جو Barley

نام علمی Hordeum vulgare

گیاه شناسی

جو گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع آن بسته بانواع مختلف آن تا یک متر می رسد . برگهای آن متناوب و باریک و دراز و به رنگ سبز تیره می باشد .

جو از نظر کاشت به دو دسته تقسیم می شود : جو بهاره و جو پائیزه .

جو بهاره در بهار کشت می شود و احتیاج به سرمای زمستان ندارد و قبل از زمستان دانه می دهد در حالیکه جو پائیزه در پائیز کشت می شود و محتاج سرمای زمستان است .

خواص داروئی:

جو معمولا به سه صورت در بازار عرضه می شود

۱) جو پوست نکنده که هنوز سبوس آن جدا نشده

۲)جو پوست کنده که پوست آن گرفته شده است

)۳جو سفید که پوست وسبوس آن گرفته شده است و بنام جو مرواریدی معروف است .

جو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

۱)غذایی بسیار مقوی است .

۲)خاصیت نرم کننده دارد .

۳)در قدیم از جو زیاد استفاده می کردند .

۴)برای نقرس مفید است .

۵)جوشانده جو داروی خوبی برای مبتلایان به تب و کم خونی و سوء هاضمه است .

۶)ماء الشعیر برای درمان سل زخم های ریوی و سردرد گرم مفید است .

۷)ماء الشعیر خون ساز است و زود هضم می شود.

۸)ماء الشعیر را با خشخاش کوبیده برای سردرد مفید است .

۹)برای درمان نقرس پماد در جو را با آب بر روی قسمت های دردناک بگذارید .

۱۰) جو را با شکر مخلوط کرده غذای خوبی برای اطفال است .

۱۱)بیسکوبیت جو بهترین دارو برای درمان یبوست است و حتی نفخ و شکم درد را از بین می برد.

۱۲)سرد مزاجان باید جو را با شکر بخورند.

۱۳)کشک الشعیر برای مزاج های گرم و اسهال های صفراوی مفید است .

۱۴)برای برطرف کردن گلو درد و ورم گلو کشک الشعیر را قرقره کنید .

۱۵)برای پائین آرودن کلسترول از جو استفاده کنید .

۱۶)جو چون دارای پروتئاز می باشد بنابراین از سرطان جلوگیری می کند .

مرجع: کتب طب سنتی

پسته

طریقه مصرف:

پسته و مغز آن خوراکی میباشد و در آجیل مصرف میشود و دیگر قسمتهای پسته هم کاربرد دارویی دارند که در ذیل به آن اشاره خواهیم کرد :

توضیحات:

پسته Pistachio

نام علمی Pistaca

گیاه شناسی

پسته درخت دوپایه ای است که ارتفاع آن به حدود پنج متر می رسد و بحالت خودرو در ایران و افغانستان می روید .

برگهای درخت پسته متناوب و مرکب از ۲ یا ۳ برگچه نوک تیز با یک برگچه انتهایی است وبرنگ سبز روشن می باشد . گلهای آن خوشه ای است گل نر آن فاقد گلبرگ است .

خواص داروئی:

خواص مغز پسته

مغز پسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .

۱)مغز پسته بعلت داشتن آهن خون ساز است و آنهائیکه مبتلا به کم خونی هستند باید حتما روزانه مقادیر پسته بخورند .

۲)خوردن پسته نیروی جنسی را تقویت می کند .

۳)مغز و ذهن را تقویت می کند .

۴)برای آرامش قلب و آرام کردن اعصاب مفید است .

۵)برای باز کردن مجاری کبد مصرف پسته توصیه می شود .

۶)پسته معده را تقویت می کند .

۷)برای تسکین سرفه مفید است .

۸)اسهال معمولی و اسهال خونی را درمان می کند .

۹)جوشانده پوست درخت پسته برای برطرف کردن خارش اعضای تناسلی زنان مفید است .

۱۰)جوشانده پوست و برگ درخت پسته برای رفع درد و خارش مقعد مفید است

خواص پوست سبز پسته

پوست سبز پسته تازه از نظر طب قدیم ایران سرد وخشک است و دارای خواص زیر می باشد :

۱-برای رنگرزی بکار می رود.

۲-بهترین دارو رای رفع بوی بد دهان است .

۳-جویدن آن باعث التیام زخم های داخل دهان می شود.

۴-برای استحکام لثه آنرا روی لثه بمالید و یا بجوید .

۵-دم کرده پوست سبز پسته حالت دل بهم خوردگی و استفراغ را از بین می برد.

۶-دم کرده آن برای رفع اسهال مفید است .

۷-برای رفع سکسکه پوست سبز پسته را دم کنید و یک فنجان از آنرا بنوشید .

خواص پوست سفید پسته

پوست سفید پسته برای بواسیر و بیرون زدن مقعد مفید است . برای درمان این بیماری باید پوست سفید پسته را در آب بجوشانید و آنرا داخل لگنی بریزید و شخصی را که این بیماری را دارد برای چند دقیقه در آن بنشیند . باعث تسکین درد و تخفیف بیماری می شود .

مرجع: کتب طب سنتی

اسفنج

طریقه مصرف:

ضماد میشود

توضیحات:

فتیله اش زخم را وسعت می بخشد و اگر آنرا بسوزانند و با روغن زیتون مرهم کنند و بر غده های خنازیری ضماد کنند آنها را حل مینماید و سنگی که در میان ان است سنگ مثانه را خورد میکند

مرجع: کتب طب سنتی

سفید آب قلع (اسفیداج)

طریقه مصرف:

ضماد میشود

توضیحات:

ضماد آن همراه با شیر برای ورم گرم . مفاصل گرم و سفید آب یزدی برای باد سرخ و ورمهای گرم مفید است و باید با آب بر موضع مالیده شود

مرجع: کتب طب سنتی

اسقیل (عنصل – پیاز دشتی)

طریقه مصرف:

هم خودش و هم تخمش خوراکی است

توضیحات:

ضمادش برای زگیل و شقاقی که از سرما پدید آمده باشد مفید است و اگر داخل آن را با سرکه بسایند مالیدنش در حمام برای بحق (لکه های روی پوست) سود بخش میباشد و اگر تخم آنرا با سرکه انگور با اندازه نخود حب کنند و آنرا در انجیری که در سرکه خیسانده اند بگذارند و بخورند و بر روی آن آب گرم بیاشامند قولنج را بهبود میبخشد

مرجع: کتب طب سنتی

کما (اشق)

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

برای زدودن گوشت زاید و آوردن گوشت مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

اشنان

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

یک درهم از آن ادرار آور است و موجب قاعدگی است و برای استسقاء مفید میباشد

مرجع: کتب طب سنتی

پای کلاغ (اطریلال)

طریقه مصرف:

همراه با عسل و در داروهای ترکیبی متفاوت است

توضیحات:

یک درهم از آن با عسل باد شکن است و برای قولنج و تاب روده مفید است و در معجونی دیگر برای پیسی مفید است که بیمار با ید نخست در آفتاب بنشیند و از آب بپرهیزد تا عرق کند و سه روز باید این کار را ادامه دهد تا موضع پیس تاول بزند و آب زردی

از آن بیرون آیـد سـپس از معجون فوق بر ان مواضع بمالـد و همچنین اگر پـانزده روز هر روز سه درهـم بـا عسل از آن بخورد مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

اظفار الطیب (ناخنهای خوشبو)

طریقه مصرف:

بخور دادن با آن

توضیحات:

بخور آن در زیر دامن زنان صرع را میزداید و موجب قاعدگی است

مرجع: کتب طب سنتی

افتیمون

طریقه مصرف:

در معجون بکار میرود

توضیحات:

ده درهم از آن ر درنیم رطل شـیر میخیساننـد و میفشارنـد و با پانزده مثقال سـکنجبین مخلوط میکننـد و میخورنـد تا یک هفته ادامه میدهند برای تپش قلب و ترس از تنهایی ، مالیخولیا و تشنج مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

اقاقیا

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

همراه با لادن و روغن گل سرخ برای قطع اسهال بچه ها مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

کشک

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

همراه با پشم سوخته و جو سوخته به اندازه مساوی برای حزاز (شوره سر) مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

املج (آمله)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

سفوف آن بـا همونزش قنـد به انـدازه روزی پنـج درهم با آب نیمه گرم برای خراش روده ماده بواسـیر و نواصـیر ، ضـعف معـده و بینـایی و تـاریکی چشم سودمنـد است و اگر آنرا همراه بـا افسـنتین بخورنـد معـده را تقویت میکنـد خوردن مربای آن هر روز برای تعادل بخشیدن به بدن مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

زرشک (انبر باریس)

طریقه مصرف:

هم خودش و هم شربتش خوردنی است

توضیحات:

زرشک Barberry

نام علمی Berberis

گیاه شناسی

زرشک درختچه ای است دارای ساقه ای خاردار که ارتفاع آن تا ۴ متر نیز میرسد . چوب این درخت قهوه ای ، قرمز و یا زرد رنگ می باشد . برگهای آن بیضی شکل با دندانه های اره ای و گلهای آن خوشه ای و زرد رنگ است

شاخه های زرشک تیغ زیادی دارد . میوه زرشک قرمز رنگ ، گوشتی بیضوی شکل و دارای طعمی ترش است

قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه ، پوست رشه و ساقه ، برگ گل و میوه آن است .

خواص داروئی:

خواص طبی زرشک

زرشک از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است میوه زرشک خواص زیر را دارد:

۱)قابض است

۲)تقویت کننده قلب و کبد است

۳)بواسیر خونی را درمان می کند

۴)خونریزی را برطرف می کند

۵)برای برطرف کردن بیماریهای کبدی مفید است

۶)صفرا بر است

۷)دم کرده زرشک را برای برطرف کردن ناراحتی های دهان غرغره کنید .

خواص ریشه و پوست ساقه

۱)صفرا بر و مسهل است

۲)کبد را پاک و تقویت می کند

۳)اعمال دستگاه گوارش را منظم می کند

۴)سوء هاضمه را از بین می برد

۵)بی اشتهایی را برطرف می کند

۶)برای رفع یبوست مفید است

۷)در درمان یرقان و زردی موثر است

۸)نقرس و روماتیسم را برطرف می کند

۹)خانم هائیکه بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند باید برای برطرف کردن آن از ریشه و ساقه زرشک استفاده کنند .

۱۰)آنهائیکه مبتلا به ورم طحال هستند می توانند برای معالجه از این گیاه کمک بگیرند .

۱۱)واریس را درمان می کند .

۱۲)برای معالجه بواسیر نافع است .

۱۳)برای برطرف کردن سوزش ادرار مفید است .

۱۴)فشار خون را پائین می آورد

۱۵)برای شست وشوی چشم می توانید از جوشانده ریشه و ساقه و زرشک استفاده کنید .

خواص برگ زرشک

۱–آب آوردگی بدن را برطرف می کند .

۲–اسهال های مزمن را درمان می کند .

۳–برگ زرشک دارای مقدار زیادی ویتامین C می باشد بنابراین در درمان بیماری اسکوربوت اثر مفید درد .

۴–جویدن برگ زرشک باعث محکم شدن لثه و دندان می شود .

۵–در موقع آنژین و گلو درد ، دم کرده برگ زرشک را غرغره کنید .

مرجع: کتب طب سنتی

گزنه(انجره)

طریقه مصرف:

خوردنی و در مواردی به صورت مالیدنی به مصرف میرسد.

توضیحات:

گزنه Nettle

نام علمی Urtica dioica

کلیات گیاه شناسی

گزنه گیاهی است که از دوران ماقبل تاریخ نیز وجود داشته و مردم آن زمان از آن برای تغذیه استفاده می کردند و از خواص درمانی آن اطلاع داشته اند .

جالینوس حکیم که در قرن دوم میلادی زندگی می کرده آنرا برای رفع سرماخوردگی و بیماری دستگاه تنفسی بکار می برده است .

گزنه گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع یک متر بالا می رو د. این گیاه در خرابه ها باغها و نقاط مرطوب که چهارپایان از آن عبور می کننـد بحالت خودرو می روی ریشه این گیاه خزنـده بوده و در ناحیه ای که سبز می شود کم کم تمام منطقه را فرا می گیرد .

ساقه این گیاه را پرزها و تارهای مخروطی شکل پوشانده که در صورت لمس کردن ساقه بدست می چسبد و پوست را می گزد که تولید خارش و سوزش می کند و شاید بهمین دلیل آنرا گزنه نامیده اند .

تخم آن نرم ، ریز و تیره رنگ و مانند تخم کتان است قسمت مورد استفاده این گیاه برگهای تازه ، ریشه شیره و دانه آن است .

خواص داروئی:

گزنه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱) گزنه مـو را تقـویت کرده و از ریزش موی سـر جلوگیری می کنـد ، حـتی در بعضـی از موارد موی سـر دوبـاره می رویـد . برای استفاده از این خاصیت ۶ گرم سر شاخه ها و برگها و ریشه گزنه را بتنهایی و یا با ۳۰ گرم چای کوهی در یک لیتر آبجوش ریخته و آنقدر بجوشانید تا حجم مایع به نصف برسد . شبها مقدری از این مایع را به سر بمالید و صبح بشوئید .

۲)برای براق شـدن و جلا دادن به موها بعـد از شسـتشوی سـر موها را با چای گزنه ماساژ دهیـد . بـدین منظور یک قاشق چایخوری برگ گزنه خشـک را در یـک لیوان آب جوش ریخته و مـدت نیمسـاعت بگذاریـد بمانـد . ماسـاژ دادن بـا این چای ، شوره سـر را برطرف می کند.

۳)دستگاه هاضمه را تقویت می کند

۴)ادرار را زیاد می کند

۵)برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز میل کنید

۶)ترشح شیر را در زنان شیرده زیاد می کند

۷)اخلاط خونی را برطرف می کند

۸)بیماریهای پوستی را برطرف می کند

۹)برای باز کردن عادت ماهیانه از دانه گزنه استفاده کنید

۱۰)در درمان کم خونی موثر است و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می کند

۱۱)اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف می کند

۱۲)گزنه عرق آور است

۱۳)پاک کننده اخلاط سینه ، ریه و معده است

۱۴)نیروی جنسی را تقویت می کند

۱۵)گرفتیگی های کبدی را رفع می کند

۱۶)برای از بین بردن زگیل ، ضماد برگهای تازه آنرا روی زگیل بمالید .

۱۷)برای پاک کردن مثانه ، رفع عفونت مثانه و دفع سنگ از مثانه برگ گزنه را همراه با ریشه شیرین بیان دم کنید و بنوشید

۱۸)برای التیام زخم ها و زخم های سرطانی از ضماد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده کنید

۱۹)برای برطرف کردن کهیر از جوشانده گزنه بمقدار سه فنجان در روز بنوشید

۲۰)درد نقرس را کاهش می دهد

۲۱)برای برطرف کردن ناراحتی های زنانه قبل از عادت ماهیانه از چای گزنه استفاده کنید

۲۲)ناراحتی های کلیه را برطرف می کند

۲۳)ضماد آن درد عضلانی را برطرف می کند

۲۴)کرم معده و روده را می کشد

۲۵)درمان کننده بواسیر است

۲۶)برای برطرف کردن درد رماتیسم ، برگهای تازه آنرا روی پوست بمالید .

مرجع: کتب طب سنتی

انزروت (عنزروت)

طریقه مصرف:

هم در سرمه به کار میرود و هم برای سرما خوردگی خورده میشود.

توضیحات:

همراه با مروارید و مرجان سوخته و قند به اندازه مساوی برای سفید شدن چشم و نیز مربایش برای این بیماری و خرابی چشم مفید است . یک درهم ، بلغم و صفرا را و خلطهای نارس را بیرون میکند.

مرجع: کتب طب سنتی

انیسون (بادیان رومی)

طریقه مصرف:

خوردنی است

توضیحات:

برای بیماری سبل (ورم خون قرنیه) کهنه مفید است و ادامه خوردن آن بادها را بتحلیل میبرد، ادرار آور ، موجب قاعدگی و عرق آور است و برای حرارت دست و پا و باز کردن گرفتگی های کبد سودمند میباشد

مرجع: کتب شیعه و اسلامی

هلیله زرد

طریقه مصرف:

هم خوراکی و هم برای سرمه چشم به کار میرود

توضیحات:

اگر سرمه شود برای اشک ریزی چشم مفید است و اگر یک در هم از را با قند بخورند معده و قلب را تقویت میکند

مرجع: کتب طب سنتی

ایرسا (سوسن آسمان گونی زنبق آبی)

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

برای تنگی نفس و روبا (نوعی تنگی نفس که در حالت ایستادن پیدا میشود مفید است)

مرجع: کتب طب سنتی

بز کوهی (ایل)

طریقه مصرف:

از شاخش استفاده میشود

توضیحات:

بخور شاخش برای راندن حشرات و سوخته آن برای زخم معده وخون آمدن از سینه ، اسهال و قرحه های چشم و اشک ریزی چشم ، خارش ، جرب و شب کوری به صورت خوراکی و سرمه مفیداست

مرجع: کتب طب سنتی

باد زهر معدنی

طریقه مصرف:

خوردنی

توضیحات:

برای زدودن خفقان همراه با عرق بید مشک مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

بارزد

اگر بارزد را در گلاب بر روی آتش خل کرده و غلیظ کنند و بر پارچه ای ابریشمی بمالند و بروی پشت گذارند و صبر کنند تا خود را ول کند برای دردهای پشت مفید است و نیز اگر آن را بر عانه ببندند برای دردهای رحم مفید است و نیز خاصیت گوشت آوری دارد

توضیحات:

برای دردهای پشت و رحم و برای گوشت تازه اوردن

مرجع: کتب طب سنتی

باشق

طریقه مصرف:

مالیدنی

توضیحات:

باشق نام پرنده ای است که فضله اش برای درمان لک و پیسی مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

باقالا (باقالی)

طریقه مصرف:

تازه و خشک شده آن را پخته و مصرف میکنند.

توضیحات:

اگر پوست برونی و برگ ان را بر سوختگی از آتش گذارنـد برای درمـان سوختگی مفیـد است و نیز ارد پوست بیرونی باقالاـ را با سکنجبین مخلوط میکنند برای درمان ورم پستان تجویز میشود.

خوردن باقالا معده را دباغی میکند اما زیاد خوردن آن باعث خرفی (احمق شدن) میشود !

مرجع: کتب طب سنتی

بالنگ (بالنگو، بالنجو)

طریقه مصرف:

خوراکی است و مربای آن بسیار خوشمزه میباشد.

توضیحات:

رفع خونریزی لثه، تقویت کبد، خنک کننده و آرام بخش، رفع یبوست معده

همراه با گلاب برای اسهال خونی و نیز اسهال های روده ای سودمند است

مرجع: کتب طب سنتی

بخورالاکراد

طریقه مصرف:

نوعی بخور است

توضیحات:

تنگی نفس ودردهای سینه را آرام میزدایدودردسر را آرام میکندوبرای بیماریهای سردمفیداست.

مرجع: کتب طب سنتی

برطانقی(بستان افروز)

طریقه مصرف:

وارد نشده

توضیحات:

برای التیام زخمها هرچندکه کهنه باشدمفیداست

مرجع: کتب طب سنتی

بومادران (برنجاسف، قیصوم) یا Achillea millefolium

طریقه مصرف:

خوراکی میباشد که به صورت جوشانده به مصرف میرسد و به طرق دیگر هم مصرف میشود که در ذیل به آن اشاره خواهد گردید :

توضیحات:

نـام علمی این گیاه Achillea millefolium میباشـد این گیـاه را علف هزار برگ هم می نامنـد. این گیـاه معطر دارای اسـانس، اینولین و کمی تانن است و در کشورهای اروپایی به عنوان دارو برای قطع تب استفاده می شود.

این گیاه بطور خاص تب بُر است. ضـماد آن جهت درد سینه مفید است. بُخور و جوشانده آن برای درمان زکام مفید است، پس در زمان سرماخوردگی بسیار مفید است.

ادرار را زیاد می کند، در نتیجه برای سنگ های کلیه مفید است.

باد شکن است.

ماساژ دادن محل درد با روغن بومادران یا گذاشتن سوخته آن بر روی محل زخم ، موجب تسکین درد و جلوگیری از خونریزی می شود.

در قـدیم ضـماد بومـادران یعنی برگ هـای تـازه آن را که بـا روغن ترمس (باقلای مصـری) مخلوط بوده ، بر روی محل کچلی یا روی صورت مردان جوان برای رویش مو قرار می دادند.

جوشانده سرشاخه گلدار آن برای رفع دردهای قاعدگی مفید است.

ضماد بومادران برای درد سینه و انواع سردرد استفاده می شود.

خوردن آن باعسل انواع کرمهای معده رابیرون میکند.

مرجع: کتب طب سنتی

بسباسه(پوست داخلی بلوط)

طریقه مصرف:

ضماد کردنی

توضیحات:

همراه با مورد و کرسنه و سرکه بدن رانرم کرده، عرق بدبو را قطع مینماید و بوی زیر بغل را میزداید.

مرجع: کتب طب سنتی

فندق (بندق)

طریقه مصرف:

خوراکی

در برخی موارد به صورت ضماد

همچنین روغن آن در بسیاری از موارد مفید میباشد.

توضیحات:

فندق Hazelnut

نام علمی Corylus avellana

گیاه شناسی

فندق درختچه ای است به ارتفاع تقریبا دو متر که در نواحی مساعد تا ارتفاع ۶متر نیز می رسد .

درخت فندق بومی اروپا و آسیای صغیر است

برگهای درخت فندق پهن و نوک تیز با دو ردیف دندانه ، برنگ سبز و یا دمبرگی بطول تقریبا یک سانتیمتر می باشد فندق دارای دو نوع گل نر و ماده است که بصورت سنبله آویخته در پائیز ظاهر می شود .

فندق گرد ۲/۵–۱/۵ سانتیمتر است . دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدریجا از آن جدا می گردد.

خواص داروئی:

فندق از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . برگ و شکوفه گل وپ وست آن (مخصوصا پوست ریشه آن)قابض است

۱)فندق بدلیل اینکه دارای مقدر کمی مواد نشاسته ای است ضمنا دارای مواد معدنی زیادی مانند کلسیم پتاسیم ، فسفر منیزیوم سدیم و آهن می باشد غذای بسیار خوبی بای مبتلایان به بیماری قند است

۲)فندق غذای مناسبی برای تقویت بدن و مخصوصا دوره نقاهت است .

۳)فندق مقوی روده ها و معده است .

۴)فندق سموم را از بدن خارج می سازد

۵)فندق فشار خون را بالا می برد

۶)خانم هائیکه در بین دو عادت ماهانه خونریزی دارند برای درمان آن باید جوشانده پوست فندق بخورند .

۷)روغن فندق برای از بین بردن سرفه و درد سینه مفید است .

۸)روغن فندق برای کبد نافع است

۹)برای جلوگیری از ریزش مو پوست فندق رابسوزانید و خاکستر آنرا با پیه مخلوط کرده و قسمت هایی را که مو ریخته با آن ماساژ دهید .

۱۰)فندق بو داده مخلوط انیسون برای سوزش مجرای ادرار و تقویت نیروی جنسی مفید است

۱۱)آنهائیکه کارهای فکری می کنند باید فندق بخورند زیرا بدلیل داشتن فسفر زیاد مغز را تقویت می کند.

در احادیث وارد شده که گذاردن فندق دراطراف خانه از گزند عقرب جلوگیری میکند.

مرجع: کتب طب سنتی

بهمن

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

اگرهرروز صبح مقداری ازآنراباشربت سیب بخورندباه راتقویت میکند

مرجع: کتب طب سنتی

جعفری

طریقه مصرف:

جعفری یک نوع سبزی محسوب میشود اما ریشه و تخم آن هم خاصیت درمانی دارد که در زیر خواهد آمد.

توضیحات:

جعفری Parslery

نام علمی Petroselinum sativum

گیاه شناسی

جعفری گیاهی است علفی ، دوساله و معطر که ارتفاع آن تا ۷۰ سانتیمتر می رسد . برگهای آن برنگ سبز تیره و دارای بریدگیهای لوزی یا مثلث شکل با تقسیمات رفعی است .

گلهای جعفری کوچک برنگ مایل به سبز و بصورت چتر یم باشد میوه آن کوچک به درازای ۲ میلیمتر و به قطر یک میلیمتر و دارای بوئی معطر است

خواص داروئی:

خواص تخم جعفری

تخم جعفری از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .

۱)ضد نفخ شکم است .

۲)شریان ها و رگ ها راتمیز می کند .

۳)ادرار آور و قاعده آرو است .

۴)برای درمان تب نوبه بکارمی رود .

خواص ریشه جعفری

۱)ریشه جعفری اشتها آور است .

۲)ادرار آور و قاعده آور است .

۳)سنگ کلیه را دفع می کند .

۴)برای درمان اسهال باید ۲۰ گرم ریشه جعفری را در یک لیتر آب دم کرده و تنقیه کنید .

۵)دم کرده ریشه جعفری برای درمان تنگی نفس بکار می رود.

۶)برای درمان سرخک مفید است .

خواص برگ و ساقه جعفری

۱- برای رفع لکه ها و جوش های صورت دم کرده جعفری را روی پوست صورت بمالید .

۲-برای روشن شدن رنگ پوست مقدری جعفری را در نیم لیتر آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و صبح وشب صورت خود را با آن بشوئید بعد از یک هفته پوست صورت شما روشن می شود.

۳-دم کرده جعفری ضد تب است .

۴-دم کرده برگ جعفری برای بواسیر و سنگ کلیه مفید است .

۵-خوردن چای جعفری به هضم غذا کمک می کند .

۶-بعد از خوردن سیر برای برطرف کردن بوی دهان جعفری بجوید.

۷-جعفزی نفس را خوشبو می کند.

۸–برای درمان ضرب خوردگی و خون مدرگی له شده برگ و ساقه جعفری را روی عضو ضرب دیده بگذارید .

مرجع: کتب طب سنتی

ذرت

طریقه مصرف:

کاکل و ریشه آن به صورت دم کردنی و جوشانده و میوه آن به صورت پخته شده

توضیحات:

ذرت از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است .

سایر خواص آن عبارتند از :

– پماد ذرت خشک کننده زخم ها می باشد.

– ذرت غذای خوبی برای پیشگیری ازسرطان است.

– استفاده مداوم از ذرت ازپوسیدگی دندان جلوگیری می کند .

– روغن ذرت کلسترول خون را پائین می آورد .

– روغن ذرت برای درمان اگزما و بیماری های پوستی مفید است.

خواص درمانی کاکل ذرت

کاکل ذرت را قبل از رسیدن کامل میوه یعنی قبل از پژمرده شدن آن می چینند و به سرعت خشک می کنند . کاکل ذرت بعد از خشک شدن رنگ قهوه ای پیدا می کند .

برای درست کردن دم کرده کاکل ذرت مقدر ۳۰ گرم از آ ن را در یک لیتر آب جوش ریخته وبه مدت پنج دقیقه دم کنید .

– کاکل ذرت دارای مقدار زیادی پتاسیم است، به همین دلیل دم کرده آن ادرار آور است و آرام کننده دستگاه ادراری است .

– درد وناراحتی های دستگاه ادرار را تسکین می دهد .

– سنگ مثانه التهاب و درد مثانه را از بین می برد .

– کاکل ذرت بطور کلی دستگاه ادراری را تمیز می کند .

به غیر از کاکل ذرت از برگ ، ریشه وساقه بلال نیز استفاده طبی به عمل می آید .

– جوشانده ساقه وسط بلال خونریزی بینی را بند می آورد.

– برای دفع سنگ مثانه از جوشانده برگ های ذرت استفاده کنید .

– جوشانده ریشه ذرت برای سوزش مجاری ادرار مفید است .

– جوشانده وسط ذرت درد شکم و معده را از بین می برد .

– در قدیم برای معالجه سوزاک از جوشانده ساقه بلال استفاده می کردند .

مرجع: کتب طب سنتی

بادام

طریقه مصرف:

روغن بادام : برای بدست آوردن روغن بادام ، مغز بادام را پس از تمیز کردن و خشک کردن خرد می کنند و بصورت خمیر در می آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج می کنند . این روغن را فشار اول می نامند .

تفاله بادام را که از فشار اول باقیمانده تحت اثر حرارت و مواد شیمیایی قرار داده و روغن فشار دوم را بدست می آورند . بدلیل اینکه روغن بادام گران است معمولا تقلب کرده و آنرا با روغن های دیگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط کرده و بام روغن بادام می فروشند .

همانطور که گفته د اگر روغن بادام تلخ یا مغز زردآلو و یا هلو تحت اثر آّب قرار گیرند اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک تولید می شود که سمی است بنابراین برای گرفتن روغن از این هسته ها نباید از آب استفاده کرد .

اسانس بادام تلخ : این اسانس مایعی زلال و بیرنگ است که در اثر کهنه شدن برنگ زرد کمرنگ در می آید . بوی آن قوی ، طعمش سوزاننده و تلخ و بسیار سمی است . اسانس بادام تلخ بسهولت با اکسیژن هوا ترکیب و اکسید می شود . بنابراین باید همیشه محتوی آن کاملا پر و در بسته بوده و در جای تاریک و سرد نگاهدری شود .

شکوفه و گل بادام : گل و شکوفه درخت بادام دارای بوی مطبوعی و طعم تلخ می باشد .

پوست میوه بادام : بصورت جوشانده مصرف می شود . طرز تهیه آن به این صورت است که ۵۰ گرم پوست بادام شیرین را در یک لیتر آب ریخته و مدت چند دقیقه آنرا می جوشانند سپس آنرا صاف کرده و مصرف می کنند .

برگ درخت بادام: برای تهیه جوشانده برگ درخت بادام ۵۰ گرم برگ درخت را در یک لیتر آب می جوشانند و سپس صاف می کنند .

مغز بادام : معمولا بصورت خشک شده و خام و یا بوداده مصرف می شود .

شیر بادام : شیر بادام را از مغز بادام بو نداده و خام تهیه می کنند . برای تهیه آن ۵۰ گرم مغز بادام را کاملاـ آسیاب کرده که بصورت پودر در آید . سپس مقدر ۵۰ گرم شکر یا قند به آن اضافه کرده و با یک لیتر آب مخلوط می کنند مایعی مانند شی بدست می آید .

نوع دیگر شیر بادام برای کودکان شیر خوار و اطفال بسیار مفید است و می تواند جانشین شیر مدر و یا مکمل آن باشد بدین ترتیب بدست می آید که مقدر ۵۰ گرم بادام را بمدت چند دقیقه در آب گرم قرار می دهند تا پوست آن کنده شود سپس آنرا آسیاب کرده و بصورت پودر در می آیند و مقدر کمی آب را بان اضافه می کنند و بهم می زنند تا بشکل خمیر در آید سپس خمیر حاصل را با یک لیتر آب مخلوط و بهم می زنند و سپس مقدر ۵۰ گرم عسل بآن اضافه می کنند تا کاملا حل شود . این مایع را از پارچه ململ می گذرانند تا مایعی مانند شیر از آن باقی بماند.

البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شیر بادام استفاده کنند احتیاجی به صاف کردن آن نخواهد بود .

طریقه دیگری که آسان تر است بدین صورت می باشد که مقدر ۵۰ گرم بادام پوست کنده یک لیتر آب و ۵۰ گرم عسل یا شکر را در داخل مخلوط کن برقی بریزید و تا مایعی مانند شیر بدست آید .

توضیحات:

درخت بادام به ۸ متر می رسد . درختی است زیبا که از زمانهای قدیم در نواحی مرکزی و غربی آسیا مخصوصا افغانستان و ایران ، سوریه و فلسطین پرورش می یافته است.

نامهای فارسی: بادام معمولی، درخت بادام، لوز، بادام آغاجی، درخت بادام شیرین، کهرو، ارچین، بایم، چغاله بادام، دیم دار، گواروم بوته

نام انگلیسی: Almond – Sweet almond – Bitter almond

نام علمی: Amygdalus communis (syn.Prunus communis)

خانواده: Rosaseae

درخت بادام بومی منطقه مدیترانه آسیا است. بلندی آن به ۶تا۸ متر می رسد و برگهای آم ساده، بیضی باریک، نوک تیز، کمی موج دار و گلهای صورتی رنگ است. بادام دارای دو واریته اصلی می باشد که بادام شیرین و بادام تلخ می باشد.

بادام حاوی گلیکوزید سیانوژنیک به نام آمیگدالین (Amygladin)است. این گلیکوزید در بادام شیرین به مقدار ناچیز ولی در بادام تلخ در حد سمی و به میزان یک تا ۳.۵ درصد حضور دارد و می تواند منشاء مسمومیت دامها و یا انسان واقع شود.

هیدرولیز آمیگدالین، بنزالدئید (enzaldehyde)، جنتوبیوز (Gentobiose) و اسید سیانیدریک تولید می کند.

ریشه درخت بادام بسیار قوی است . این درخت می تواند حتی با کمی رطوبت نیز رشد کند .برگهای آن بیضی ، باریک ، نوک تیز و برنگ سبز می باشد . گلهای آن بسیار زیبا و برنگ صورتی است . در اوائل بهار شکوفه های بادام ظاهر می شود .

بطور کلی دو نوع بادام وجود دارد :

۱- بادام شیرین Sweet Almond

۲- بادام تلخ Bitter Almond

میوه درخت بادام بصورت شفت می باشد که قشر خارجی آن سبز رنگ و پوشیده از کرک است که در داخل آن بادام با پوست سخت وجوددرد . در ابتدای تشکیل میوه پوشش خارجی سبز رنگ و گوشت در است که پوشیده از کرک است و هنوز بردستی رشد نکرده که آنرا چغاله بادام Amandon می نامند که دارای خواص مخصوص می باشد . پس از رسیدن بادام بتدریج پوشش خارجی سبز رنگ خشک شده و پوست آن نیز سفت و سخت می شود و مغز بادام در داخل آن رشد کرده و آماده استفاده می شود .

مغز بادام بیضی شکل و مسطح بوده که یکطرف آن نوک تیز است . مغز بادام در داخل پوسته نارک قهوه ای رنگی می باشد که می توان آنرا بکمک آب گرم از آن جدا کرد که مغز بادام سفیدرنگ در داخل آن است .

مغز بادام شیرین و طعم ملایم و خوشمزه ای درد و بسهولت از بادام تلخ تشخیص داده می شود .

از کلیه قسمت های درخت بادام شیرین مانند شکوفه ، برگ و میوه آن استفاده طبی می شود

خواص داروئی:

بادام شیرین از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است .

۱) بادام ملین بوده و روغن بادام ضد یبوست است مخصوصا از روغن بادام می توان رفع یبوست برای بچه ها استفاده کرد .

۲)بادام سینه را نرم می کند .

۳)شیر بادام برای رفع سرفه ، ناراحتی حنجره و تنگی نفغس مفید بوده و خلط آور است .

۴) بادام برای درمان زخم روده ها و مثانه و اسهال مفید است .

۵)بادام بو داده مقوی معده بوده و قابض است .

۶)بادام تقویت کننده نیروی جنسی است و تولید اسپرم را زیاد می کند .

۷)بادام را آسیاب کرده و با عسل مخلوط کنید برای درد کبد و سرفه مفید است .

۸)چغاله بادام لثه و ریشه دندان را تقویت می کند .

۹) چغاله بادام برای خشکی دهان مفید است .

۱۰)شکوفه بادام را دم کنید و بعنوان مسهل برای اطفال استفاده کنید .

۱۱)دم کرده پوست قهوه ای رنگ مغز بادام بهترین دارو برای تسکین درد و التهاب مجاری تنفسی است .(مقدر مصرف ۵ گرم در ۱۰۰ گرم آب)

۱۲)جوشانده برگ درخت بادام برای نارسائی کبد و کیسه صفرا مفید است .

۱۳)روغن بادام خواب آور است و بیخوابی را از بین می برد .

۱۴)برای صاف کردن سینه و نرم شدن روده ها و از بین بردن سرفه خشک باید روغن بادام را با شکر و کتیرا مخلوط کرده و بخورید .

۱۵)روغن بادام را با آب گرم مخلو ط کنید داروی خوبی برای رفع اسهال و دل پیچه بچه ها خواهد بود . ضمنا این مخلوط سنگ مثانه را خارج کرده و ادرار کردن را آسان می کند .

۱۶)برای درمان نقرس و رفع خمیدگی پیران ، مهره های پشت را با روغن بادام چرب کنید .

۱۷)برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد کرم است .

۱۸)برگ خشک شده درخت بدام قابض بوده و اسهال را از بین می برد.

۱۹)روغن بادام شیرین بدلیل خاصیت نرم کنندگی و ضد التهاب در کرم ها و پمادها بکار می رود.

۲۰)برای رفع بیماریهای سینه ، روغن بادام شیرین را با هموزن آن عسل و یک زرده تخم مرغ مخلوط کنید که بصورت خمیر یکنواختی دارابد سپس به آن جوشانده گل ختمی اضافه کرده و یک قاشق چایخوری از انرا بفاصله هر سه ساعت بخورید .

۲۱)برای رفع خارش پوست بچه هائیکه که سرخک و مخملک دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بمالید خارش را تسکین می دهد .

۲۲)مالیدن روغن بادام بر روی پوست التهاب را رفع کرده و سوختگی را درمان می کند.

۲۳) روغن بادام اگزما را رفع می کند .

خواص بادام تلخ

مغز بادام تلخ ازنظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است

۱-بادام تلخ را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید ضماد خوبی برای سر درد می باشد همچنین مالیدن آن بر دور چشم برای تقویت بینایی مفید است .

۲- خوردن بادام تلخ برای تنگی نفس ، سرفه و ورم ریه مفید است .

۳-بادام تلخ رابا عسل بخورید کبد و طحال را تمیز می کند .

۴-برای رفع درد کلیه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخورید .

۵- بادام تلخ را با عسل برای قولنج مفید است .

۶-برای از بین بردن سنگ کلیه و ناراحتی های کلیه ، بادام تلخ را با شیره انگور مخلوط کرده و بخورید .

۷-اگر عادت ماهیانه خانم ها عقب می افتد بهترین طرز درمان آن قرار دادن شیاف بادام تلخ در مهبل است .

۸-برای ازبین بردن لکه های صورت ، بادام تلخ را پودر کنید و با سرکه مخلوط کرده و ضمادی از آن درست کنید و روی پوست بمالید .

۹-ضماد بادام تلخ برای درمان زخم های کهنه خارش و مخملک بکار میرود .

۱۰- ضماد ریشه درخت بادام تلخ برای درمان انواع دردها مفید است .

۱۱-ضماد ریشه درخت بادام برای پاک کردن طحال ، کلیه و دفع کرم روده بکار می رود .

۱۲-دم کرده ریشه درخت بادام تلخ برای پاک کردن طحال ، و دفع کرم روده بکار می رود .

۱۳-روغن بادام تلخ خاصیت مسهلی درد .

۱۴-روغن بادام تلخ برای تنگی نفس ، درد کلیه و خارج کردن سنگ مثانه مفید است .

۱۵-برای رفع زنگ زدن و صدا در گوش یک قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بریزید .

۱۶-مالیدن روغن بادام تلخ روی صورت ، لکه ها و چین و چروک را از بین می برد .

۱۷-رغن بادام تلخ ترک دست و پا را که از سرما ایجاد شده از بین می برد .

۱۸-آنهایی که مبتلا به اگزما هستند اگر از بادام تلخ خمیری درست کنند و از آن بجای صابون برای شستن نقاطی که مبتلا به اگزما است استفاده کنند بزودی بهبود می یابند .

۱۹-خمیر بادام تلخ برای رفع بوی بد پا و زیر بغل مفید است .

۲۰-روغن بادام تلخ برای درمان سیاه سرفه مفید است .

مضرات :

بادام از نظر اینکه دارای مواد مغذی بسیاری است بنابراین غذای بسیار خوبی است ولی چون سنگین و ثقیل الهضم می باشد نباید در خوردن آن افراط کرد و مقدر آن نباید در روز بیش از ده دانه باشد . بادام همچنین برای معده های ضعیف و سرد خوب نیست و اشخاصی که معده ضعیف دارند بهتر است بادام را با شکر بخورد

مرجع: کتب طب سنتی

سنبل الطیب (علف گربه)

طریقه مصرف:

خود گیاه را به صورت دم کرده و گرد آنرا میتوانید بپاشید

توضیحات:

سنبل الطیب (علف گربه) Valerian

نام علمی valeriana Officinalie

سنبل الطیب گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن بطور عمودی تا ارتفاع دو متر بالا می رود . این گیاه بصورت وحشی در جنگل های کم درخت ، در حاشیه جویبارها و گودال ها در بیشتر مناطق آسیا و ایران می روید .

سنبل الطیب دارای بویی مطبوع است و گربه بوی این گیاه را از فاصل دور تشخیص داده بطرف آن یم رود و در اطراف آن به جست و خیز می پردازد و از بوی آن مست می شود.

گلهای سنبل الطیب برنگ سفید یا صورتی و بصورت خوشه ای می باشد .

قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن است و معمولا از ریشه گیاهی که بیش از سه سال عمر دارد استفاده می شود .

سنبل الطیب پس از خشک شدن برنگ قهوه ای در می آید . طعم آن تلخ ولی خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشک شدن بیشتر می شود .

خواص داروئی:

ریشه سنبل الطیب از نظرطب قدیم ایران گرم و خشک است خواص مهم آن به شرح زیر می باشد

۱)اثر ضد تشنج دارد

۲)در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است

۳)ضد اسپاسم و آرام بخش است

۴)تب بر است

۵)در معالجه صرع اثر مفید دارد

۶)بیخوابی را درمان می کند

۷)ضد کرم معده و روده است

۸)گاز معده را از بین می برد

۹)ضد هیجان است

۱۰)میگرن را برطرف می کند

۱۱)سردردهای ناشی از سیگار کشیدن و مصرف الکل را رفع می کند

۱۲)برای برطرف کردن دلهره، تشویش و نگرانی مفید است

۱۳)در درمان بیماری مالیخولیا اثر مفید دارد

۱۴)در برطرف کردن درد سیاتیک موثر است

۱۵)درد معده را برطرف می کند

۱۶) سکسکه مداوم را از بین می برد

۱۷)تقویت کننده نیروی جنسی است

۱۸)ترشح ادرار را زیاد می کند

۱۹)درد سینه را برطرف می کند

۲۰)استفراغ را برطرف می کند

۲۱)دهان را خوشبو می کند

۲۲)در معالجه مرض قند موثر است

۲۳)گرد سنبل الطیب را روی زخم ها بپاشید التیام یابند .

مرجع: کتب طب سنتی

انبه

طریقه مصرف:

برگ، گل، میوه و هسته آن مصارف خوراکی دارند

توضیحات:

انبه Mango

نام علمی Mangifera indica

انبه درختی است زیبا که ارتفاع آن تا ۱۰ متر می رسد . منشا انبه هند و مالزی و برمه می باشد ولی هم اکنون در تمام مناق استوایی و حاره کشت می شود . انبه از ۴۰۰۰ سال پیش وجود داشته است .

برگهای این درخت نیزه ای شکل ، گلهای آن زرد یا قرمز رنگ و بصورت خوشه ای وجود دارد . میوه آن که انبه یا منگو نامیده می شود بیضوی شکل و دارای طعمی مطبوع وشیرین بوده و دارای هسته ای نسبتا بزرگ است . انبه در اوائل ماه می می رسد و تا اوائل سپتامبر موجود است .

انبه رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و نارس آن سرد و خشک است . انبه نارس تولید کننده بلغم و سودا در بدن می باشد .

۱)انبه بسیار مقوی بوده و تقویت کننده بدن است .

۲)انبه تقویت کننده قوای جنسی است .

۳)رنگ صورت را درخشان می کند .

۴)دهان را خوشبو می کند .

۵)ادرار آور است .

۶)یبوست را برطرف می کند .

۷)انبه دارای مقدر زیادی اسید گالیک است . بنبراین سیستم هضم را ضد عفونی و تمیز می کند .

۸)انبه تمیز کننده خون می باشد .

۹)خوردن انبه بوی بد بدن را از بین می برد .

۱۰)انبه حرارت بدن را کاهش می دهد و تب را پائین می آرود .

۱۱)برای رفع اسهال مفید است .

۱۲)خوردن انبه ، سردرد ، تنگی نفس و سرفه را از بین می برد .

۱۳)برای درمان بواسیر مفید است .

۱۴)عطش را برطرف می کند.

۱۵)انبه چون گرم است برای گرم مزاجان مناسب نیست و این اشخاص باید آنرا با سکنجبین بخورند .

خواص مغز هسته انبه

انبه دارای هسته بزرگی است که در وسط آن مغز آن قرار درد که بجای مغز بادام می توان از آن در شیرینی جات استفاده کرد .

مغز هسته انبه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است .

۱-خوردن مغز هسته اسهال را برطرف می کند .

۲-برای معالجه سرماخوردگی مصرف می شود .

۳-سرفه های سخت را درمان می کند .

۴-درمان کننده بواسیر خونی است .

۵-خانم هائیکه دچار خونریزی از رحم می باشند و یا بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند برای رفع آن باید از مغز انبه استفاده کنند .

۶-مغز هسته انبه کرم کش و ضد اسهال است .

۷-برای تسکین آسم و تنگی نفس مفید است .

۸-ضد استفراغ است .

دیگر خواص درخت انبه

۱.گل انبه سرد و خشک است و اسهال را رفع می کند .

۲.اگر شکوفه درخت انبه را خشک کرده و هر روز حدود ۳ گرم آنرا با ۱۰ گرم شکر بخورند سرعت انزال را معالجه می کند .

۳.صمغ درخت انبه را با روغن و آبلیمو مخلوط کنید برای ناراحتی های پوست مفید است .

۴.برای برطرف کردن ریزش مو ، آب برگهای درخت انبه را روی سر بمالید .

۵.برای تقویت دندان و لثه دم کرده برگ درخت انبه را مضمضه کنید .

مضرات :

هضم انبه برای بعضی از افراد سخت است و ممکن است ایجاد خارش و دمل نمائید .

اگر خون انبه ایجاد نفخ بکند باید آنرا با زنجبیل خورد .

مرجع: کتب طب سنتی

بابونه

طریقه مصرف:

دم کرده آن مصرف میشود و بخور آن برای پوست مفید میباشد

توضیحات:

بابونه Chamomile

نام علمی Chamaemelum nobile

بابونه گیاهی است دائمی و کوچک بارتفاع تقریبا ۳۰ سانتیمتر دارای بوئی معطر که در چمنزارها و اراضی شنیده می روید . ساقه آن برنگ سبز مایل به سفید ، برگهای آن کوچک متناوب و دارای بریدگیهای باریک و نامنظم و پوشیده از کرک است . گلهای آن مجتمع در یک طبق که بطور منفرد در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می شود . در هر طبق گلهای سفید در اطراف و گلهای زرد در قسمت وسط قرار دارند .

خواص داروئی:

بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ بحساب می آید .

جالینوس حکیم آنرا برای درمان تب و لرزهای نوبه ای بکار می برد .

۱) یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و این گیاه بآسانی این مرض را درمان می کند و آنهائیکه سالهاست با این مرض دست بگریبان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر Lozac و Zantac و غیره استفاده می کنند می توانند با استفاده از بابونه خرج داروی خود را پس انداز کنند و همچنین سلامتی خود را بازیابند .

برای درمان زخم معده یک لیوان چای غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چایخوری بابونه در یک لیوان آبجوش و یا چهار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صبح ناشتا هستید این لیوان چای را بنوشید و سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید و البته بعد از یکربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید . این عمل را بمدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده بکلی شفا یابد.

۲) بابونه اعصاب و قوای جنسی را تقویت میکند .

۳) بابونه مقوی مغز است .

۴)بابونه ادرار آور و قاعده آور است .

۵)این گیاه ترشح شیر را در مادران شیر ده افزایش می دهد .

۶)درمان کننده سردرد و میگرن است .

۷)استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند .

۸)اگر کسی قطره قطره ادرار می کند به او چای بابونه دهید تا درمان شود .

۹)بابونه درمان کننده کمی ترشحات عادت ماهیانه است .

۱۰)برای درمان چشم درد ، بابونه را در سرکه ریخته و بخور دهید .

۱۱)برای تسکین دردهای عضلانی چای بابونه بنوشید .

۱۲)جویدن بابونه برای التیام زخم های درمان مفید است .

۱۳)خوردن ۵ گرم ریشه بابونه با سرکه رقیق محرک نیروی جنسی است (ریشه بابونه گرم تر و خشک تر از گل بابونه است)

۱۴)بابونه تب بر و تسکین دهنده درد است .

۱۵)بابونه تقویت کننده معده است .

۱۶)برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چای بابونه بدهید .

۱۷)برای رفع بیخوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت ، کافی است ده دقیقه قبل از اینکه به رختخواب بروید یک فنجان چای بابونه بنوشید .

۱۸)بابونه درمان کننده بی اشتهایی است .

۱۹)بابونه برای رفع ورم روده موثر است .

۲۰)چای بابونه درمان کننده کم خونی است .

۲۱)از بابونه برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید .

۲۲)بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است .

۲۳)بابونه برای رفع زردی مفید است .

۲۴)حمام بابونه اثر نیرو دهنده درد . برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید .

۲۵)برای تسکین درد ، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوطکرده و روی محل های دردناک بمالید درد را تخفیف می دهد .

۲۶)اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما ، کهیر و خارش مفید است .

۲۷)برای رفع گوش درد و سنگینی گوش ، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید .

۲۸)اسانس بابونه چون اثر قی آور درد در مورد مسمومیت های غذایی مصرف می شود .

۲۹)روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد ، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید .

۳۰)با چای بابونه اگر موهای بلوند را بشوئید آنها را روشن تر و شفاف تر می کند .

۳۱)آنهائیکه یائسه شده اند بهتر است همه روزه چای بابونه بنوشند زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می کند .

۳۲)بابونه ضد آلرژی است .

مرجع: کتب طب سنتی

بادام زمینی

طریقه مصرف:

مانند آجیل مصرف میشود

توضیحات:

بادام زمینی Peanut

نام علمی Arachid

بادام زمینی گیاه بومی برزیل بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است .آب و هوای گرم برای کشت این گیاه مناسب می باشد . بادام زمینی گیاهی است یکساله دارای ساقه ای راست که ارتفاع آن در حدود ۳۰ سانتیمتر می باشد . برگهای آن مرکب از دو زوج برگچه است گلهای آن دو نوع متفاوت برنگ زرد می باشد که پس از تلقیح ، دم گل خم شده و به سطح خاک می رسد و سپس بتدریج در خاک فرو رفته و میوه در داخل خاک تشکیل می شود .

میوه بادام زمینی بطول تقریبی ۴ سانتیمتر است و دریا پوسته شکننده برنگ خاکستری مایل به زرد می باشد .

بر روی پوسته یک تا سه برجستگی مشاهده می شود که هر یک محل دانه ها را نشان می دهد .

دانه بادام زمینی تقریبا مانند فندق برنگ سفید مایل به زرد بوده ولی تخم مرغی شکل است .پوسته نازکی دانه را پوشانده که برنگ قرمز قهوه ای است .

بادام زمینی دارای موادی مانند آراشین Arachin ، کوناراشین Conarachin ، چربی ، پروتئین و ویتامین های مختلف است .

خواص داروئی:

بادام زمینی از نظر طب قدیم ایران متعادل است . چون بادام زمینی دری پروتئین می باشد بنابراین از نظر غذایی بسیار مهم است .

۱-برای تقویت ریه و طحال مفید است .

۲-کلسترول خوب خون را بالا می برد .

۳-درد معده را از بین می برد .

۴-نرم کننده سینه است .

۵-سرفه خشک را برطرف می کند .

۶-شیر را در مادران شیر ده زیاد می کند.

۷-ملین است .

۸-بسیار مقو ی است .

۹-برای تقویت قوای دماغی مفید است .

۱۰-به هضم غذا کمک می کند .

مضرات :

بادام زمینی با اینکه غذای بسیار مقوی و خوبی است بعلت اینکه دارای روغن های اشباع شده می باشد کلسترول خون را بالا برده و باعث تصلب شرائین می شود . بنبراین آنهائیکه دارای بیماری قلبی بوده و یا کلسترول خونشان بالا است باید از خوردن آن خورددی کنند .

اگر کره بادام زمینی میخرید دقت کنید که تازه و از کارخانه مطمئن باشد زیرا در بعضی مواد بادام زمینی و یا کره آن در اثر عدم دقت در تولید ، آلوده به قارچ سمی افلاتوکسین Aflatoxin می شود که سرطان زا بوده و باعث سرطان کبد می شود .

مرجع: کتب طب سنتی

بادمجان

طریقه مصرف:

به صورت پخته یا سرخ شده مورد استفاده قرار میگیرد.

توضیحات:

بادمجان Eggplant

نام علمی Solanum Melongena

این گیاه که بعربی بادنجان نامیده می شود گیاهی است یکساله و دارای ساقه نسبتا ضخیم و پوشیده از کرک .ارتفاع ساقه آن تا ۷۰ سانتیمتر می رسد . برگهای آن بیضی شکل با نوک باریک و گلهای آن بنفش رنگ است . میوه این گیاه دراز و باریک و یا گرد ، برنگهای بنفش ، سیاه ، زرد و سفید دیده می شود .

بادمجان متعلق به خانواده سیب زمینی است از زمانهای بسیار قدیم در هند کشت می شده است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است . چین از قرن نهم هجری شروع به کشت و زرع آن کرد . تجار انگلیسی این گیاه را در قرن هفدهم میلادی از گینه ودر انگلستان کردند و آنرا بنام کدوی گینه ای مینامیدند .

بادمجان در تمام مدت سال وجود دارد و در آمریکا ، ایالات فلوریدا ، تگزاس ، لویزیانا و نیوجرسی بیشتر محصول بدمجان آمریکا را کشت می کنند .

خواص داروئی:

از نظر طب قدیم بادمجان گرم و خیلی خشک است . بادمجان بر خلاف آنچه که عوام اعتقاد دارند که بی بو و خاصیت است دارای خواص زیادی است . مهمترین خاصیت آن کم کالری بودن آن است که غذای بسیار خوبی برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند زیرا دارای ویتامین و مواد معدنی نیز می باشد .

۱)بادمجان را حتما باید بحالت کاملا رسیده مصرف کرد زیرا خام آن طعم تلخ درد و در آنهائیکه آسم و برونشیت دارند باعث تحریک این بیماریها می شود.

۲)بادمجان اثر نرم کننده و مدر درد .

۳)بادمجان بعلت درا بودن آهن در رفع کم خونی داروی موثری است .

۴)بادمجان را می توان برای از بین بردن ورم و التهاب روی عضو ملتهب گذاشت .

۵)دانه بادمجان ایجاد یبوست می کند .

۶)ریشه بادمجان و شاخه های خشک شده و برگهای آن اثر بند آورنده خون را دراست و قابض بوده و می توان در آن برای درمان احتلام بانه و انواع خونریزیها استفاده کرد.

۷)بادمجان پادزهر خوبی برای مسمومیت های حاصل از خوردن قارچ سمی است .

۸)خوردن بادمجان گرفتگی رگها را باز می کند و شخص را از خطر سکته قلبی محفوظ می درد .

۹)بادمجان برطرف کننده یبوست است .

۱۰)برگها و پوست سیاه بادمجان را اگر بجوشانند این جوشانده درمان اسهال خونی است .

۱۱)جوشانده ریشه بادمجان درمان بیماری آسم است.

۱۲)بادمجان مقوی معده است .

۱۳)آب زردرنگی که در موقع نمک زدن و گذاشتن بادمجان از آن خارج می شود برای خشک کردن عرق دست و پا بهترین دارو است و اشخاصی که دست و پایشان مرتب عرق می کند باید دست و پای خود را با آن چند بار در روز بشویند تا از شر این مرض آسوده شوند.

۱۴)اگر بادمجان را بسوزانند و خاکستر آن را با سرکه خمیر کنند و به زگیل بمالند زگیل کنده خواهد شد .

۱۵) از بادمجان می توان به عنوان مسکن برای تسکین در استخوان شکسته و ضرب خورده استفاده کرد بدین طریق که باید بادمجان را در فر بگذارید که نیم پز شود و سپس آب آنرا با فشار بگیرید و بعد بمقدر نصف این مقدر آب به آن شکر قهوه ای اضافه کنید آنرا هم بزنید و بنوشید

۱۶)با تحقیقاتی که جدیدا روی موشهای آزمایشگاهی انجام شده نتیجه گرفته اند که بادمجان دارای یک ماده ضد تشنج است که در درمان بیماری صرع اثر بسیار خوبی درد . بنابراین اشخاصی که تشنج دارند و یا مبتلا به این بیماری می باشند بهتر است که از بادمجان استفاده کنند.

بهترین طریقه پخت بادمجان آب پز کردن و یا پختن در فر است زیرا سرخ شده آن سنگین شده و برای معده های ضعیف مناسب نیست .

مضرات :

بادمجان با همه خواصی که گفته شد نباید مورد استفاده اشخاصیکه بواسیر و یا درد چشم دارند قرار گیرد زیرا بیماری آنها را تشدید می کند . اینگونه اشخاص اگر می خواهند بادمجان بخورند بهتر است آنرابا گوشت و روغن و یا سرکه بپزند و بخورند .

مرجع: کتب طب سنتی

فلوس (خرنوب هندی)

طریقه مصرف:

به صورت جوشانده مصرف میشود.

و در برخی مناطق از مربای آن هم استفاده میکنند که شیوه ساختن آن در ذیل خواهد آمد

توضیحات:

فلوس Cassia

نام علمی Cassia Fistula

کلیات گیاه شناسی

فلوس درختی است به ارتفاع ۱۰-۱۵ متر که به حالت خودرو در بشتر نقاط گرمسیر دنیا مانند آفریقا ، هند و جنوب می روید .

فلوس در بعضی از نواحی ایران به نام خرنوب هندی و خیار شنبر نیز معروف است .

میوه فلوس یه طول ۳۰ تا ۵۰ سانتیمتر و به قطر ۳-۲ سانتیمتر است . اگر فلوس درقسمت طول آن شکافته شود تیغه های متعدد در آن دیده می شود که فلوس را به خانه های متعدد گاهی تا ۱۰۰ خانه تقسیم می کند

در داخل این خانه ها مایع چسبنده تیره رنگی وجود دارد که عسل خیار شنبر نامیده می شود . طعم این مایع کمی شیرین ولی نامطبوع است . برای استفاده از فلوس غلاف آنرا کمی روی آتش گرم می کنند تا عسل خارج شود . معمولا این عسل با روغن بادام مخلوط شده و به عنوان مسهل استفاده می شود، البته می توان مغز فلوس را با قند یا شکر مخلوط کرده و در درجه حرارت

معتدلی پخت که به آن فلوس پخته می گویند .

صور دارویی فلوس

جوشانده فلوس : ۱۰ گرم عسل فلوس را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و آنرا صاف می کنند و به مریض می دهند . این جوشانده مسهل خوبی است . مقدر عسل فلوس را می تواندر مورد یبوستهای سخت تا ۶۰ گرم نی افزایش داد . البته برای بهتر کردن طعم آن می توان مقدری شربت گیلاس یا انجیر به آن اضافه کرد .

مربای فلوس ۵ گرم عسل فلوس را با همان مقدر آب مقطر مخلوط کرده و سپس مقدر ۱۲۵ گرم قند کوبیده را به آن اضافه کنید بعد آنرا حرارت دهید تا به آرامی آب آن بخار شود و وزن آن به ۱۰۰ گرم برسد و غلیظ شود . این مربا نیز مسهل بسیار خوبی است مقدر مصرف آن ۵۰-۱۰۰ گرم در روز است .

خواص داروئی:

فلوس از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است

۱)یکی از بهترین داروها برای رفع یبوست می باشد زیرا مصرف آن عوارضی ندارد بنبراین حتی برای زنان حامله و اطفال مناسب نیست

۲)برای درد مفاصل و نقرس فلوس را به موضع دردبمالید

۳)برای کلیه ها مفید است مخصوصا آنهایی که کلیه شان سنگ ساز است درصورت استفاده از آن مبتلا به سنگ کلیه نمی شوند

۴)جوشانده پوست درخت فلوس اسهال خونی را رفع می کند

۵)نرم کننده سینه است

۶)برای باز کردن گرفتگی روده و دل پیچه ، فلوس را مخلو ط با ریشه ختمی بکار برید .

۷)برای معالجه دیفتری ، فلوس را با آبّ گشنیز مخلوط کرده و به بیمار بدهید تا غرغره کند .

مرجع: کتب طب سنتی

دارچین

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده همراه با چای مصرف میشود و در ساختن بسیاری از داروهای گیاهی کاربردهای مهمی دارد.

توضیحات:

دارچین Cinnamon

نام علمی Cinnamomum zelanicum

کلیات گیاه شناسی

دارچین از قدیم الایام در دنیا بکار میرفته است در مصر حتی قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر برای درمان امراض مختلفه مصرف می شده است .

اسم دارچین Cinnamon از کلمه عربی Kinnamon مشتق شده و در مراسم مذهبی یهودیان بکار می رفته است .

دارچین پوست درختی است که تا ۱۰ متر ریشه می کند برگ این درخت سبز سیر و دارای گلهای برنگ سفید می باشد . پوست این درخت را کنده و معمولا پودر می کنند و در غذا یا بعنوان چای از آن استفاده می کنند .

خواص داروئی:

دارچین رمز جوانی است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه می دارد .

دارچین برای زیاد شدن و بازیافتن نیروی جنسی نیز بکار می رود کلیه را گرم می کند و ضعف کمر و پاها رااز بین می برد و کم خونی را درمان می کند .

دارچین بهترین دارو برای دردهای عضلانی است و جدیدا در آمریکای شمالی و کانادا کرم هایی ببازار آمده که دارای دارچین است و برای رفع درد بکار می رود .

حتما تا بحال متوجه شده اید که بعد از خوردن یک دونات دارچین در همه چیز را زیبا می بینید و چقدر آرام هستید . این خاصیت دارچین است زیرا دارچین اثر آرام کنده وشاد کننده درد و از بسیاری از داروهای آرام بخش بهتر است . و در حقیقت می توان گفت دارچین والیوم گیاهی است زیرا در دارچین ماده ای است بنام Cinnamodehyde که روی حیوانات و انسان اثر آرام بخش درد .

اثر مهم دیگر دارچین پائین آوردن تب می باشد و حتی امروزه دارچین را بصورت قرص و کپسول درآورده اندکه بعنوان تب بر بکار می رود . دارچین رگها را باز می کند و اثر خوبی در گردش خون دارد .

دارچین خاصیت عجیب دیگری دارد و آن قوی کردن مصونیت بدن در مقابل امراض است و حتی می توان گفت که اثر پنی سیلین و آنتی بیوتیک را به مقدر زیادی دارا است . اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید چای دارچین را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید دارید چای دارچین بهترین دارو است .

یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می کند . بنابراین اگر ناراحتی معده دارید حتما از دارچین استفاده کنید دارچین با این همه خواص طعم بسیار خوبی درد . حتی اگر چای معمولی می نوشید آنرابا یک قطعه پوست دارچین بهم بزنید که طعم آنرا بهتر کند و میتوانید برای اینکه بیشتر از طعم و خاصیت داروئی دارچین بهره ببرید مقداری از پوست آن را در داخل قوری بریزید تا همراه با چای دم بکشد.

بی دلیل نیست که در گذشته سلمانی ها که در حقیقت دکترهای طب قدیم بودند به مشتریهای خود چای دارچین می دادند!

ما هم مصرف آن را به شما توصیه میکنیم

مرجع: کتب طب سنتی

گل گاو زبان (گاو زبان)

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده مصرف میشود و برخی مقداری فندق هم با آن مصرف میکنند.

توضیحات:

گاوزبان Borage

نام علمی Borage officinalis

گیاه شناسی

گاو زبان گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد ساقه آن شیار دار و خاردار می باشد . برگهای این گیاه ساده و پوشیده از تارهای خشن است . گلهای آن برنگ آبی ، سفید و بنفش می باشد .

گاو زبان احتمالاـ از شمال آفریقا بنواحی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه ، نواحی شمال آفریقا و قسمت هایی از خاورمیانه می روید . گل ، برگ و سرشاخه های گلدار آن بمصرف دارویی می رسد .

خواص داروئی:

گاو زبان از نظر طب قدیم ایران سرد است

۱)گل گاو زبان و برگ های تصفیه کننده خون است

۲)آرام کننده اعصاب است

۳)عرق آور است

۴)ادرار آور است

۵)کلیه ها را تقویت می کند

۶)سرماخوردگی را برطرف می کند

۷)برای از بین بردن سرفه از دم کرده گل گاو زبان استفاده کنید

۸)در درمان برونشیت موثر است

۹)بی اختیاری دفع ادرار را درمان می کند

۱۰)التهاب و ورم کلیه را درمان می کند

۱۱) در درمان بیماری سرخک و مخملک مفید است

۱۲)ضماد برگ های گاو زبان برای رفع ورم موثر است

۱۳)برگهای گاوز بان را بپزید و مانند اسفناج از آن استفاده کنید

۱۴)برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدر زیادی ویتامین C می باشد و در بعضی از کشورها آنرا داخل سالاد می ریزند .

مرجع: کتب طب سنتی

هویج

طریقه مصرف:

به شیوه های مختلف به مصرف میرسد که در ادامه خواهد آمد.

توضیحات:

هویج Carrot

نام علمی Daucus carota

گیاه شناسی

هویج گیاهی است دو ساله دارای ریشه راست و ساقه بی کرک که نوع پرورش یافته آن در اکثر نقاط زمین کشت می شود . قسمت مورد استفاده گیاه هویج ریشه میوه و تخم آن است .

خواص داروئی:

در هویج یک نوع آنسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون را درا می باشد بنابراین این عقیده قدیمی که هویج برای مبتلایان به بیماری قند خوب نیست کاملا غلط است وبیماران قند می توانند به مقدر کم از این گیاه استفاده کنند . هویج با داشتن مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهمترین و مفیدترین برای بدن می باشد . خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماریهای عفونی بالا می برد

مصرف هویج در برطرف کردن بیماریهای آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحریک مجاری هضم و تنفسی ، سرفه های

مقاوم ، آسم اخلاط خونی و دفع کرم اثر معجزه آسائی درد

از هویج می توان در مورد زیر استفاده کرد

۱)برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقدری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا چند قاشق بخورید

۲)سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند : ابتدا ۲۰۰ گرم هویج رنده شده را در دیگ بریزید و روی آن یک لیتر آب اضافه کنید و بجوشانید تا کاملا هویج ها لهش ود . سپس آنرا صاف کرده و به نسبت مساوی باشیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید .

۳)تخم هویج را به مقدر یک قاشق غذا خوری در یک لیوان آب جوش ریخته و آنرا بمدت ۵ دقیقه دم کنید . این دم کرده اثر نیروی دهنده، اشتها آور ف مدر ، زیاد کننده شیر خانم های شیر ده و اثر قاعده آور درد

۴)برگ هویج را با آب بجوشانید این جوشانده را غرغره کنید برای آبسه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه می توان برای رفع ترک و خراش پوست استفاده کرد

۵)هنگامیکه کودک شروع به دندان درآوردن می کند یک قطعه هویج باریک را برای دندان زدن به او بدهید .

۶)آب هویج را اگر روی صورت بکشید باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت می شود .

۷)اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید

۸)اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید

۹)هویج وپیاز را با هم بجوشانید و به آن آب لیمو اضافه کنید داروی موثری برای درمان بیماریهای عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست می باشد

۱۰)خوردن هویج برای بیماریهای بواسیر موثر است

۱۱)برای خارج کردن سنگ کیسه صفرا هویج اثر معجزه آسا درد

۱۲)خوردن هویج جوشهای صورت را درمان می کند

۱۳)برای تقویت قوای جنسی و تحریک کبد و روده ها هویج داروی موثری است

۱۴)در فرانسه بیمارستان معروفی وجود دارد که برای درمان بیماریهای کبدی فقط از سوپ هویج استفاده می کنند و دستور تهیه این سوپ بشرح زیر است

حدود ۷۵۰گرم هویج را رنده کنید و آنرا در ظرفی که مقدری آب نمک درد بریزید سپس بان یک قاشق چایخوری جوش شیرین و یک قشلق سوپخوری کره اضافه کنید آنرا بجوش آورده و با آتش ملایم بپزید تا آب بخارشود و هر روز یک بشقاب از آن را میل کنید

۱۵)هویج اعمال روده ها را منظم می کند و کمبود الیاف غذاهای گوشتی را جبران می کند بنابراین آنهایی که گوشت زیاد مصرف می کنند حتما باید هویج بخورند تا مشکل یبوست نداشته باشند .

۱۶)برای برطرف کردن اسهال بچه ها بهترین دارو سوپ هویج است . برای این منظور باید ۵۰۰ گرم هویج را رنده کرده و آنرا در یک لیتر آب بجوشانید تا آنکه هویج کاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسیاب برقی ریخته تا آنکه بصورت شربت در آید بعد بآن آً اضافه کرده تا آنکه حجم آن یک لیتر شود .

برای بچه هایی که معده حساس دارند سوپ هویج بهترین دارو است بدین ترتیب که می توان یک یا دو بار در روز بجای شیر به بچه سوپ هویج داد حتی برای بچه هایی که کمتر از سه ماه دارند می توان بطور متناوب سوپ هویج به طفل داد یعنی یک وعده

شیر و یک وعده سوپ هویج و بعد از سه ماهگی این روش تبدیل به یک وعده سوپ و دو وعده شیر می شود .

۱۷)آب هیج در صبح ناشتا مواد سمی را از خون خارج می کند

۱۸)اگر آسم یا گرفتگی صدا درید آب هویج بخورید

۱۹)خانم هایی که پوست حساس دارند حتما باید پوست صورت و رگدن خود را با آّب هویج پاک کنند

۲۰)دم کرده تخم هویج و یا جویدن تخم هویج گاز معده را خارج کرده و فعالیت روده ها را زیاد می کند

مرجع: کتب طب سنتی

هل

طریقه مصرف:

ادویه خوشبویی است و در غذاها و نوشیدنیها مصرف دارد که در زیر بیشتر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

هل Cardamom

نام علمی Elettaria cardamomum

گیاه شناسی

هـل گیـاهی است که در مناطق حاره و گرم می رویـد . وطن آن هندوسـتان می باشـد و حـدود ۸۰٪ مصـرف هل دنیا از هندوستان صدر می شود

این گیاه پایا و علفی است که ریزوم آن ساقه های هوائی مانند برگ بهم پیچیده گاهی تا ارتفاع ۴ متر خارج می شود

یک یا دو ساقه گل دهنده از قاعده ساقه های هوائی خارج می شود که دارای گل های کوچک برنگ سفید یا سبز روشن می باشد

میوه هل بیضـی شـکل ، مانند قلب و برنگ زرد یا سبز روشن بطول ۱-۲ سـانتیمتر است . دانه هـای معطر و مطبوعی برنگ قهو های مای به قرمز در آن وجود دارد که به مصرف ادویه و خوشبو کردن مشروبات و غذاها یم رسد

خواص داروئی:

هل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱)چون هل بشکل قلب می باشد بنابراین تقویت کننده قلب است

۲)بادشکن بوده و گاز معده و روده را خارج می سازد

۳)تقویت کننده بدن است

۴)ادرار آور است

۵)قاعده آور است

۶)مقوی سیستم هضم است

۷)باعث هضم غذا می شود

۸)زخم های دهان را برطرف می کند بدین منظور دم کرده هل را در دهان مضمضه کنید .

۹)خوشبو کننده دهان است

۱۰)برای تسکین گوش درد ، گرد هل را در گوش بریزید

۱۱)برای برطرف کردن دل بهم خوردگی و تهوع از دم کرده هل استفاده کنید

۱۲)اشتها آور است

۱۳)تب را پائین می آورد

۱۴)معالج سرماخوردگی است

۱۵)برای تسکین درد رماتیسم مفید است

۱۶)ترشی معده را برطرف می کند

۱۷)ضد مسمومیت است

۱۸)برای رفع بیماریهای چشم مفید است

مرجع: کتب طب سنتی

ریحان

طریقه مصرف:

در سبزیجات به کار میرود و در گاهی از اوقات به صورت دم کرده هم کاربرد دارد.

توضیحات:

ریحان Basil

نام علمی Ocimum basilicum

گیاه شناسی

ریحان گیاهی است علفی یکساله و معطر که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد . برگهای آن بصورت متقابل بیضوی و نوک تیز با کناره های دندانه دار می باشد . گلهای آن معطر و کوچک به رنگهای سفید، قرمز و گاهی بنفش مشاهده می شود .

تخم آن سیاه و ریز است . برگ ریحان و سرشاخه های جوان آن بمصرف تغذیه می رسد ریحان در ایران و افغانستان بطور خودرو می روید در اکثر نقاط دنیا کاشته می شود

خواص داروئی:

چون ریحان بسیار معطر است بنابراین برای معطر ساختن غذاها از آن استفاده می شود ریحان از لحاظ قدیم ایران کمی گرم و خشک است .

۱)دم کرده برگ ریحان اثر ضد تشنج درد مقوی و مدر است .

۲)دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است .

۳)خوردن ریحان دستگاه هاضمه راتقویت می کند .

۴)نوشیدن یک فنجان دم کرده ریحان نفخ و گاز معده را از بین میبرد .

۵)برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است کافی است که محل گزش حشرات را با برگ ریحان ماساژ دهید خارش و درد را برطرف می کند.

۶)جویدن برگ ریحان برای زخم های دهان مفید است .

۷)جوشانده ریحان تب بر است .

۸)دم کرده تخم ریحان مسکن است .

۹)اگر تخم ریحان را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است .

۱۰)تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است .

۱۱)برگ ریحان اثر زیاد کننده شیر دارد و مادران شیر ده حتما باید از این گیاه استفاده کنند .

۱۲)دم کرده دانه ریحان برای درمان ورم کلیه و ترشحات زنانه بکار می رود .

۱۳)دم کرده برگ ریحان درمان کننده سرگیجه است .

۱۴)برگ ریحان را همراه غذا بخورید در هضم غذا موثر است .

۱۵)اگر گلدان ریحان را جلوی پنجره بگذارید حشرات و مگس را فراری می دهد و آنها و داخل خانه نخواهند شد .

مرجع: کتب طب سنتی

کاهو

طریقه مصرف:

کاهو به طرق مختلف در سالادها و بعضی غذاها مصرف دارد و میتوان آنرا همراه با سکنجبین به علت طعم لذیذ مصرف کرد.

توضیحات:

کاهو Lettuce

نام علمی lactuca sativa

گیاه شناسی

کاهو یکی از قدیمیترین سبزیجات دنیا است منشاء آن در هندوستان و آسیای مرکزی می باشد . کاهو طبق مدارکی که بدست آمده از شش قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است . کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد بطوریکه از اوائل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت می شده است . کاهو گیاهی است یکساله که دارای برگهای پهن و دراز و سبز روش می باشد و با طعم کمی شیرین .

انواع مختلف کاهو که در حال حاضر در آمریکا کشت می شود حدود ۱۶ نوع می باشد که در تمام طول سال وجود دارد، روی هم رفته دو دسته کاهو وجود دارد :

۱-کاهوی پرورشی و اهلی که در سالاد استفاده می شود که کاهوی گرد Head Lettuce و کاهوی ایرانی Romano Lettuce از انواع مهم آن است .

۲- کاهوی وحشی یا کاهوی خودرو

کاهوی ایرانی از نظر مواد غذایی از کاهوی گرد بهتر است . کاهوی گرد ارزش غذایی چندانی ندارد زیرا دارای مقدر زیادی الیاف است که تولید گاز و نفخ در معده می کند .

خواص داروئی:

خواص گیاه کاهو

کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است

۱)کاهو تمیز کننده خون است

۲)کاهو بعلت داشتن آهن خونساز است

۳)ضد تورم است

۴)کاهو خواب آور و آرام بخش است

۵)کاهو برای ضعف اعصاب مفید است

۶) کاهو ملین و ادرار آور است

۷)خوردن کاهو برای مالیخولیا مفید است

۸)کاهو زخم های مجاری ادرار و مثانه را درمان می کند

۹)اگر کاهو را با سکنجبین و یا سرکه بخورند اشتها آور است

۱۰)کاهو اثر ضد تشنج دارد

۱۱)درد معده را تسکین می دهد

۱۲)کاهو قوای جنسی را تقویت می کند

۱۳)برای برطرف کردن درد سینه کاهو را بپزید و بخورید

۱۴)زنان شیرده اگر می خواهند که شیرشان زیاد شود باید کاهوی پخته بخورند

۱۵)ورم غدد لنفاوی را برطرف می کند

خواص تخم کاهو

تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

۱-تخم کاهو مخرب و خواب آور است

۲-خوردن تخم کاهو زکام را برطرف می کند

۳-تخم کاهو برای درد سینه مفید است

۴-خوردن تخم کاهو برای دستگاه ادراری نافع است و آنهائیکه قطره قطره ادرار می کنند باید تخم کاهو بخورند (در حدود ۱۰ گرم روزانه) تا این مرض برطرف شود .

مرجع: کتب طب سنتی

گل ختمی (ختمی)

طریقه مصرف:

ختمی بنفش را میتوانید در آب به مدت ۵ الی ۶ ساعت خیس کرده سپس آنرا صاف کرده و گلهای آنرا فشار داده تا عصاره آنها هم داخل شربت شود سپس کمی شکر به آن اضافه کرده و از شربت آن استفاده کنید که خاصیت درمانی زیادی دارد و برای رفع حرارت بدن و موارد دیگر موثر میباشد که در کل بهترین و ساده ترین راه برای استفاده از بیشترین خواص ختمی بنفش این راه میباشد.

توضیحات:

ختمی Marshmallow

نام علمی Althaea officinalis

گیاه شناسی

ختمی گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است .

گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می رسد ساقه آن از کرکهای ریز که به رنگ خاکستری می باشد پوشیده شده است .

برگهای ختمی دندانه دار ، پهن و مانند قلب می باشد . گلهای آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی است که بصورت دسته های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود .

ختمی به علت داتشن گلهای زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه ها کاشته می شود . تمام قسمتهای این گیاه استفاده طبی دارد

ختمی چند نوع می باشد :

ختمی بنفش

ختمی سفید

ختمی سیاه

که خواص ختمی بنفش بیشتر میباشد .

خواص داروئی:

ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و بطور کلی روی تمام اعضای بدن مخصوصا روده ها ، ریه ها ، معده ، کلیه ها و مثانه موثر است .

خواص گل ختمی

۱)ملین و برطرف کننده یبوست است .

۲)بیماریهای تنفسی را برطرف می کند.

۳)سرفه های خشک را از بین می برد .

۴)برای رفع گلو درد جوشانده گل ختمی را غرغره کنید .

۵)عادت ماهیانه را منظم می کند .

خواص ریشه ختمی

۱)ناراحتی های پوستی را برطرف می کند و پوست را نرم می سازد .

۲)سرفه های خشک را از بین می برد.

۳)تب راپائین می آرود .

۴)اسهال خونی را شفا می بخشد .

۵)ادرار را زیاد می کند.

۶)کمی ترشحات عادت ماهیانه را برطرف می کند.

۷)تورم را رفع می کند.

۸)ناراحتی های دستگاه ادراری را برطرف می کند.

۹)قند خون را تنظیم می کند.

خواص برگ ختمی

۱-ضماد برگ ختمی در برطرف کردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است .

۲-برای التیام شکستگی ها ، برگ ختمی را بصورت ضماد درآورده و روی محل شکستگی بگذارید .

۳-ضماد برگ ختمی در برطرف کردن درد سیاتیک مفید است .

۴-رعشه را برطرف می کند.

۵-ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمی درمان کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

خاکشیر

طریقه مصرف:

شربت خاکشیر علاوه بر اینکه طعم بسیار خوبی دارد برای رفع عطش نیز میتوان از آن استفاده کرد.

از این گیاه به شیوه های دیگر هم میتوان استفاده نمود که در زیر به آن اشاره خواهیم کرد.

توضیحات:

خاکشیر FLixweld

نام علمی Descurainia sophia

گیاه شناسی

خاکشیر گیاهی است علفی یکساله یا دو ساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر نیز می رسد . پائین گیاه کرک دراست در حالیکه بالای آن بدون کرک می باشد .

تخم این گیاه که همان خاکشیر است ریز و کمی دراز و معمولا به دو رنگ وجود دارد یکی از آنها قرمز که دارای طعم کمی تلخ است و دیگری برنگ قرمز تیره می باشد .

خواص داروئی:

خاکشیر از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است .

۱)التیام دهنده زخم و جراحات است .

۲)جوشانده خاکشیر برای رفع اسهال های ساده و رفع ترشحات زنانگی مفید است .

۳)خاکشیر ادرار آور است .

۴)خاکشیر تب بر است .

۵)برای دفع کرم مفید است .

۶)التهاب کلیه را برطرف می کند.

۷)سرخک و مخملک را دوا می کند .

۸)خاکشیر صدا را باز می کند .

۹)برای از بین بردن کهیر و التهابات پوستی از خاکشیر استفاده کنید .

۱۰)از گلها و برگهای گیاه می توان برای رفع بیماری ناشی از کمبود ویتامین C استفاده کرد .

۱۱)سنگ کلیه را دفع می کند.

۱۲)برای برطرف کردن جوشهای صورت که بعلت خوردن چربی و شیرینی زیاد ایجاد می شود باید جوشانده یک قاشق ترنجبین را با دو قاشق غذاخوری خاکشیر مخلوط کرده و هر روز صبح ناشتا بمدت دو هفته آنرا میل میل کنید تا جوشها از بین برود.

مرجع: کتب طب سنتی

خیار

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی در میوه ها مصرف میشود و از آن به شیوه های دیگر هم مصرف میکنند که در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

خیار Cucumber

نام علمی Cucumis sativus

گیاه شناسی

خیار گیاه بومی هندوستان است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است . حدود بیست قرن قبل از میلاد مسیح مصریان قدیم از آن استفاده می کرده اند .

ایالت فلوریدا مهمترین تولید کننده خیار در آمریکا است و حدود یک سو م خیار کل آمریکا را تولید می کند .

خیار گیاهی است علفی و یکساله دارای ساقه خزنده وپوشیده از خارهای نازك و خشن است . برگهای آن بزرگ و دارای زاویه و دندانه دار است . گلهای آن زرد رنگ که به دو صورت نر و ماده روی یک پایه قرار دارند میوه آن سبز رنگ و بسته به نوع و نژادهای مختلف ممکن است کوچك و یا دراز باشد .

خواص داروئی:

خیار از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و خنك کننده بدن می باشد و به هضم غذا کمك می کند .

۱)خیار حل کننده اورات و اسید اوریك است بنابراین مرض نقرس را درمان می کند .

۲)خیار ادرار آور است ..

۴)خیار خون را تصفیه می کند.

۵)سوپ خیار حبس البول را از بین می برد .

۶)عصاره برگهای له شده خیار ایجاد تهوع می کند بنابراین در مسمومیت ها و اختلالات دستگاه جهاز هاضمه مصرف می شود .

۷)خیار عطش را تسکین می دهد .

۸)خیار ملین است .

۹)خیار را حلقه حلقه کرده و روی پوست صورت بگذارید چین و چروکهای صورت را از بین یم برد و صورت را جوان می کند.

۱۰)اگر پوست شما چرب است خیار را با آب مقطر بپزید و با این آب صورت خود را شستشو دهید .

مرجع: کتب طب سنتی

لیمو

طریقه مصرف:

آب لیمو رادر غذا به عنوان طعم دهنده و چاشنی استفاده میکنند و خود لیمو هم مصرف هایی دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

لیمو ترش Lemon

نام علمی Citrus limon

گیاه شناسی

خواص داروئی:

لیمو ترش بعلت داشتن خواص اسیدی ضد عفونی کننده قوی است . حتی اگر در مسافرتها به آب آشامیدنی مشکوک هستید و می ترسید از آن بنوشید کافی است چند قطره آب لیمو ترش را در آن بریزید . آب ر ا کاملا استرلیزه کرده و میکربهای موجود در آب را از بین می برد

کسانیکه می خواهند خود را لاغر کنند اگر صبح ناشتا آب لیمو ترش را با یک لیوان آب مخلوط کنند و مقدر کمی عسل بآن اضافه نمایند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدین ترتیب از شر چربیهای اضافی راحت خواهند شد .

بهترین کلسیم آن است که از پوست تخم مرغ و آب لیمو تهیه می کنند . برای تهیه کلسیم طبیعی یک تخم مرغ را تمیز شسته و در یک لیوان بگذارید و روی آن یک لیمو ترش را بریزید و آنرا مدت دو سه ساعت در جای خنکی بگذارید سپس تخم مرغ را در آورده و آب لیمو را که دارای مقدر زیادی کلسیم است می توانید روی سالاد ریخته و یا با عسل یا شکر شیرین کرده بنوشید از تخم مرغ هم که پوست آن نرم شده می توانید هنوز استفاده کنید .

برای گلو درد بهترین دارو لیمو ترش است . یک قاشق چایخوری آب لیمو ترش را در آب نیم گرم بریزید و با آن غرغره کنید ورم گلو و گلو درد را بررطف خواهد کرد .

برای گرفتگی بینی و زکام کافی است چند قطره آب لیمو را با یک قاشق چایخوری آب مخلوط کرده و در بینی بچکانید . برای رفع کم معده و روده باید یک لیمو ترش را با پوست و هسته له کنید و آنرا با یک لیوان آب سرد و یک قاشق عسل مخلوط کده و بمدت یک ساعت قبل از خواب نوشید .

برای جلوگیری از خونریزی بینی کافی است که یک تکه پنبه را آغشته به آب لیمو کرده و در سوراخ بینی بگذارید خون دماغ را برطرف خواهد کرد .

اگر در صورت شما لکه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب لیمو و نمک است . بدین ترتیب که در مقداری آب لیمو نمک بزنید و آنرا با پنبه روی صورت خود بمالید لکه ها و جوشها را برطرف می کند .

بهترین دارو برای پوست دست شما مخلوط گلیسیرین و آب لیمو است . آب لیمو و گلیسرین را به نسبت مساوی مخلوط کنید و بدستهای خود بمالید ببینید که چقدر پوست دستها صاف می شود . در زمستان برای جلوگیری از سرما زدگی دستهای خود را با آب لیمو ماساژ دهید .

مرجع: کتب طب سنتی

کنجد

طریقه مصرف:

میتوان گفت تمامی بخشهای کنجد خاصیت درمانی دارند که در ذیل به آن اشاره خواهیم کرد، اگر بخواهید دانه کنجد را به صورت خام مصرف کنید و از مزه بهتر آن لذت ببرید، باید ابتدا آن را تف داده تا رنگ آن طلایی شود سپس استفاده نمایید.

توضیحات:

کنجد Sesame

نام علمی Sesamus indicum

گیاه شناسی

کنجد گیاهی است یکساله با ارتفاع حدود یک متر که قسمت انتهایی ساقه آن پوشیده از کرک است . برگهای آن بیضی ، باریک و نوک تیز است . گلهای آن برنگ سفید و یا قرمز بطور تک تک در کناره برگ های قسمت انتهایی ساقه ظاهر می شود .

میوه این گیاه بصورت کپسول و محتوی دانه های کوچک و مسطح و بیضوی است که دانه کنجد نامیده می شود و قسمت مورد استفاده این گیاه است .

وطن اصلی کنجد هندوستان است که از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است . در حال حاضر چین بزرگترین تولید کننده کنجد در دنیا می باشد . هندوستان و حبشه از نظر تولید بعد از چین قرار دارند . در ایران نیز مقدری کنجد تولید می شود که بیشتر آن به مصرف تهیه روغن و حلوارده می رسد

خواص داروئی:

از نظر طب قدیم ایران کنجد گرم و تر است . کنجد بسیار مغذی است و در اکثر کشورهای فقیر بعنوان جانشین گوشت بکار می رود .

۱)برای چاق شدن و تقویت نیروی جنسی موثر است

۲)برای رفع قولنج کنجد را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید و بمقدر نصف وزن کنجد ، مغز بادام پوست کنده را بآن اضافه کنید آنها را پودر کنید و هر روز بمقدر یک قاشق سوپخوری از آن بخورید .

۳) کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد .

۴)نرم کننده معده و روده است

۵)کره کنجد که در کانادا بنام تاهیتی معروف است و شبیه دره می باشد غذای خوبی برای رشد بچه هاست .

۶)برگ کنجد را اگر به سر بمالید باعث رشد و سیاهی موی سر می شود

۷)دره نرم کننده معده و روده هاست

۸)کنجد فشار خون را کاهش می دهد

۹)کنجد ضد رماتیسم است

۱۰)برای رفع ناراحتی کیسه صفرا مفید است

۱۱)دم کرده برگ کنجد اسهال خونی را برطرف می کند

۱۲)روغن کنجد برای رفع تنگی نفس و سرفه خشک و زخم ریه مفید است

۱۳)روغن کنجد سوزش ادرار را رفع می کند

۱۴)از روغن کنجد بجای روغن زیتون در سالاد استفاده کنید

۱۵)کنجد با همه خواصی که دارد برای معده ای ضعیف مناسب نیست زیرا ثقیل الهضم است . اینگونه اشخاص باید آنرا با عسل وسرکه بخورند .

مرجع: کتب طب سنتی

لوبیا

طریقه مصرف:

در برنج و نوع خورشتها مصرف میشود و مصارف دیگر هم دارد که در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

لوبیا Kidney bean

نام علمی Phasaeolous vulgaris

گیاه شناسی

لوبیا گیاهی است از تیره بقولات ، علفی وبالا رونده که بدور درختان و یا گیاهان دیگر می پیچد . برگهای آن سبز رنگ ، پهن ، بزرگ و نوک تیز است که شامل سه برگچه بشکل قلب می باشد .

گلهای آن سفید مایل به زرد یا بنفش و میوه آن باریک و غلاف مانند است که دانه های لوبیا در آن قرار دارد .

از پوست و دانه های لوبیا هنگامکیه لوبیا سبز است استفاده می شود که بنام لوبیای سبز معروف است ولی هنگامیکه پوست غلف سفت می شود دانه های داخل آن بصورت لوبیای خشک که برنگ قرمز یا سفید می باشد مورد استفاده غذایی قرار می گیرد .

خواص داروئی:

لوبیا قرمز از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است و لوبیای سفید معتدل است

۱)ادرار آور است و حجم ادرار را زیاد می کند

۲)درمان کننده بیماریهای دستگاه ادراری است

۳)سنگ کلیه را برطرف می کند

۴)سینه و ریه را نرم می کند

۵)آب را از بدن خارج می سازد

۶)لوبیای سبز مقوی قلب است

۷)نیروی جنسی را تحریک می کند

۸)قاعده آور است

۹)کلسترول خون را پائین می آورد

۱۰)ضد سرطان است

۱۱)برای رفع بیماریهای قلبی مفید است

۱۲)بدلیل داشتن مقدرزیادی الیاف روده ها را تمیز می کند

۱۳)فشار خون را پائین می آورد

۱۴)یبوست را برطرف می کند

۱۵)در استعمال خارجی لوبیا را خمیر کرده و روی زخم های اگزما بگذارید تا آنها را التیام دهد .

مرجع: کتب طب سنتی

مار چوبه

طریقه مصرف:

در غذا مصرف میشود

توضیحات:

مارچوبه Asparagus

نام علمی Asparagus officinalis

گیاه شناسی

مارچوبه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا چند متر می رسد و دارای شاخه های نسبتا چوبی و صاف می باشد .

مارچوبه بصورت وحشـی در اکثر نقاط دنیا می روید برگهای آن فلسی شکل بوده که از کنار آنها شاخه هایی باریک و دراز و سبز رنگ بصورت دسته های ۳ تا ۸ تائی خارج می شود .

بعلت زیبا بودن این گیاه را بصورت تزئینی در باغچه ها می کارند مار چوبه را در اوائل پائیز می چینند .

این گیـاه از قـدیم الایام مورد اسـتفاده بشـر بوده است و حتی در اهرام ثلاثه مصـر نقاشـی هایی وجود دارد که مارچوبه را نشان می دهد .

مـارچوبه را می توان بصورت مختلف مصـرف کرد . بایـد مارچوبه را با کمی آب و حرارات کم در ظرف های ضـد زنگ پخت و تقریبا نیمه خام آنرا برداشت . آب مارچوبه را دور نریزیـد و از آن برای سوپ اسـتفاده کنیـد زیرا دارای ویتامین و املاح می باشـد .

وقتیکه مارچوبه می خرید دقت کنید تازه باشد .

شاخه های مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوک آن نبایـد باز شده باشد و اگر فلسـهای نوک آن باز باشد نشانه این است که گیاه مدت زیادی مانده و کهنه شده است .

خواص داروئی:

از نظرطب قدیم ایران مارچوبه گرم و خشک است بنابراین آنهایی که سـرد مزاج هستند باید آنرا با عسل بخورند و آنهایی که گرم مزاج هستند باید آنرا با سرکه بخورند .

مارچوبه گیاهی است ادرار آور و دارای خواص زیادی است

۱)خوردن آن دید چشم را تقویت می کند

۲)برای تقویت نیروی جنسی مفید است

۳)ضعف مثانه را برطرف می کند

۴)برای تقویت قلب مفید است

۵)ملین است و یبوست را برطرف می کند

۶)تب بر است

۷)مارچوبه بعلت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانیکه کم خون هستند باید از آن استفاده کنند .

۸)مارچوبه به ساختن گلبولهای قرمز خون کمک می کند

مرجع: کتب طب سنتی

موز

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی مصرف میشود که یشیوه های مصرف آن در زیر خواهد آمد :

توضیحات:

موز Banana

نام علمی Musa sapientum

گیاه شناسی

موز گیـاهی است علفی کهماننـد درختچه است . برگهای آن بسـیار بزرگ و پهن و گاهی تا ۲ متر می رسـد . گلهای آن مجتمع و بصورت سنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می آید .

موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان کشت می شده است . در سال ۱۴۸۲ پرتغالیها موز را در سواحل گینه پیدا کردند و به جزائر قناری بردند و سپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی قاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود .

موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند .

موز انواع مختلف دارد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی دارد .

در کشورهای استوایی معمولاـ موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه کرده و در آفتاب خشک می کنند

هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده است . موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است .

در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نوروپی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد .

خواص داروئی:

موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تر است و خون را غلیظ می کند . موز انرژی زیادی دارد و چون نرم هست غذای خوبی برای کودکان و اشخاص مسن می باشد

۱)بدلیل داشتن پتاسیم زیاد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد

۲)موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است

۳)موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند

۴)موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است

۵)موز درمان زخم معده و روده می باشد

۶)گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است

۷)شیره گلهای موز درمان کننده اسهال خونی است

۸)جوشانده موز اثر قطع خونریزی دارد

۹)ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است

۱۰)ریشه موز دفع کننده کرم معده است

۱۱)موز نفاخ است و زیادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی نمک خورد

۱۲)موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب دارد.

۱۳)برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید

۱۴)موز مدر است

۱۵)موز بعلت دارا بودن قند زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند.

مرجع: کتب طب سنتی

نعناع

طریقه مصرف:

علاوه بر سبزیجات در غذا و ... هم از آن استفاده میشود که در ذیل به آن اشاره خواهد شد.

توضیحات:

نعناع Peppermint

نام علمی Mentha Piperita

گیاه شناسی

نعناع گیاهی است علفی و چند ساله که علاوه بر ساقه زیر زمینی که گیاه را در خاک مستقر می سازد دارای ساقه هوایی نیز هست . تز محل گره های ساقه که در تماس با زمین است ریشه های خارج شده که ساقه جدید را درست می کند بنابراین اگر شما فقط یک ساقه نعناع در باغچه خود بکارید بزودی تمام باغچه شما پر از نعناع می شود .

برگهای نعناع بیضی شکل ، نوک تیز و دندانه دار می باشند . گلهای آن بسته به نوع نعناع ممکن است قرمز ارغوانی یا سفید باشد . نعناع در مناطق معتدل و آفتاب گیر بخوبی رشد می کند .

نعناع از قدیم الایام بعنوان یک گیاه معطر و اشتها آور و برای ناراحتی های دستگاه گوارش بکار رفته است بقراط پدر علم طب از نعناع در نوشته های خود یاد کرده است در قرون وسطی از نعناع در معالجه بیماریها و برای التیام زخم ها و درمان درد گزیدگی زنبور و سگ هار استفاده می شود

خواص داروئی:

نعناع از نظر طب قدیم ایران نسبتا گرم و خشک است و از نظر خواص دارویی از پونه قوی تر است . از نعناع اسانس ، روغن و تنتور تهیه می کنند که مصارف طبی مختلفی درد

۱)نعناع باد شکن است و گاز معده و روده را از بین می برد

۲)نعناع تقویت کننده معده وبدن است

۳)نعناع ضد تشنج و ضد سرفه است

۴)یک فنجان چای گرم نعناع سینه را آرام می کند

۵)نعناع مسکن آرام بخش و قاعده آور است

۶)استفاده از نعناع درد شکم را برطرف می کند

۷)نعناع درمان سرماخوردگی و آنفوانزا می باشد

۸)نعناع ناراحتی های عصبی را برطرف می کند

۹)برای تسکین درد دندان نعناع را دردهان گذاشته و بجوید

۱۰)آشامیدن چای نعناع و یا عصارع نعناع خونریزی سینه را قطع می کند

۱۱)کمپرس نعناع درد سینه و پهلو را از بین می برد

۱۲)نعناع کرم های روده و معده را می کشد

۱۳)برای از بین بردن سکسکه و دل بهم خوردگی و استفراغ نعناع را با انار ترش بخورید

۱۴)نعناع ادرار را زیاد می کند

۱۵)برای رفع قولنج و دردهای روده معده و هضم نشدن غذا چای نعناع بنوشید

۱۶)برای از بین بردن گلو درد چای نعناع غرغره کنید

۱۷)نعناع معرق است بنابراین تب را پائین می آورد

۱۸)در هنگام سرماخوردگی بینی را با چای نعناع بشوئید

۱۹)اگر بدن شما خارش درد مقدر ۲ گرم اسانس نعناع را در ۵۰ گرم وازلین ریخته ، خوب بـا هم مخلوط کرده و در محل خارش بمالید

اگر از بیماری رماتیسم و آرتروز رنج می برید از روغن نعناع استفاده کنید طرز استفاده از آن به این صورت است که ۲ قطره روغن نعناع را با یک قاشق سوپخوری روغن بادام مخلوط کرده و محل های دردناک را با آن ماساژ دهید .

۲۰)برای رفع سردرد از کمپرس نعناع استفاده کنید بدین ترتیب که ۱۰قطره روغن نعناع را با یک لیوان آب سرد مخلوط کرده و در یـک کـاسه بریزیـد سپس یـک پارچه که بانـدازه پیشانی باشـد در آن فرو برده آب اضافی آنرا بگیریـد و روی پیشانی و شـقیقه ها بگذارید تا سردرد برطرف شود.

۲۱)نعناع بهترین دوست کبـد است . کبـد را تمیز کرده وص فرا را رقیق می کند و کلسترول خون را پائین می آورد .برای این مورد چای نعناع را قبل از غذا بنوشید

۲۲)نعناع با تمام خواصـی که گفته شـد اگر زیادمصـرف شود سیسـتم گوارشـی را تحریک می کنـد اگر شـما دو تا سه فنجان چای نعناع در روز بنوشید بهتر است که بعد از دو هفته چند روزی آنرا قطع کرده و دوباره شروع کنید

مرجع: کتب طب سنتی

نخود

طریقه مصرف:

یکی از حبوبات مهم در آش رشته میباشد و خواص درمانی زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد.

توضیحات:

نخود Chickpea

نام علمی Cicer arietinum

گیاه شناسی

نخود گیاهی است یکساله و از خانواده حبوبات که بلندی بوته آن به حدود ۳۰ سانتیمتر می رسد .

ساقه این گیاهپ پوشـیده از تارهای غـده ای است . برگهای آن مرکب از ۱۳ تا ۱۷ برگچه کوچک و دنـدانه دار می باشد . گلهای آن سفید رنگ مایل به قرمز یا آبی بطورتک تک بر روی ساقه قرار درد . میوه آن بصورت نیام و غلاف آن کوچک متورم و نوک تیز بطول ۲ تا ۳ سانتیمتر است که در آن یک دانه نخود به رنگ نخودی یا سیاه قرار دارد .

نخود یکی از حبوبات مغذی و انرژی زا و پر مصرف است

خواص داروئی:

نخود بعلت دارا بودن اسید های آمینه مختلف ویتامین ها و مواد معدنی غذای بسیار خوبی است .

نخود از نظر طب قـدیم ایران گرم و خشک است و با همه خواص بیشـماری که درد نفاخ و دیر هضم می باشـد و نبایـد در خوردن آن افراط کرد .

۱)نخود کمی ملین است

۲)نخود اثر ادرار آور و قاعده آور دارد

۳)نخود کرم کش است

۴)برای برطرف کردن درد سینه و ریه بای نخود را با کمی نمک پخت و آب ژله مانند آنرا خورد .

۵)روغن نخود برای تقویت مو موثر است شب ها آن را به سر بمالید و صبح مو را بشوئید

۶)روغن نخود را اگر به سر بمالید سردرد را شفا می دهد .

۷)روغن نخود را بر روی دندانی که درد می کند بمالید درد را برطرف خواهد کرد .

۸)روغن نخود را اگر به زیرشکم بمالید برای تقویت نیروی جنسی موثر است

۹)افراد گرم مزاج باید نخود را با سکنجبین بخورند تا از نفخ شکم جلوگیری کند

۱۰) نخود را می توان برای دفع رسوبات دری و درمان زردی بکار برد

۱۱)نخود درمان کننده قولنج های کلیوی است

۱۲)نخود را بصورت در در آورید و روی رخم های چرکین بگذارید آنها را باز کرده و التیام می دهد

۱۳)یکی از غذاهای مغذی که سرشار از پروتیئن های گیاهی ، ویتامین ها و مواد معدنی است هموس می باشد که در کشورهای عربی جزو غذاهای اصلی آنهاست .گیاه خواران هموس را جانشین گوشت می کنند این غذا از نخود پخته و کره کنجد که تاهینی نامیده می شود درست می شود

مرجع: کتب طب سنتی

نارگیل

طریقه مصرف:

در ذیل به آن اشاره خواهد شد

توضیحات:

نارگیل Coconut

نام علمی Cocos nucifera

گیاه شناسی

نارگیل در حدود سه هزار سال پیش در جنوب آُسیا کشت می شده است . در حال حاضر درخت نارگیل در تمام مناطق استوائی وجود دارد .

مردم اقیانس آرام نارگیل را بعنوان یک غذای اصلی مصرف می کنند و از تمام قسمت های این درخت استفاده می برند . ضرب المثلی در این مناطق وجود دارد که می گوید هر کس که درخت نارگیل می کارد برای خودش و برای بچه هایش لباس ظرف نوشابه غذا و خانه درست می کند .

نارگیل معمولا از هندوراس ، پاناما و جمهوری دومینیکین به کانادا وارد می شود .مقدر بسیار کمی نارگیل در فلوریدا تولید می شود که به مصرف داخلی می رسد

نارگیل درختی است که بطور قائم بالا می رود . ارتفاع آن به ۳۰ متر و قطر تنه آن تا یک متر می رسد

برگهای آن دراز و بطول ۴ تا ۵ متر و مرکب از چند برگچه باریک و دراز است . طول برگچه ها حدود یک متر می باشد . رنگ ها سبز روشن است

میوه نارگیل مانند خوشه ، شامل چندین نارگیل با اندازه های مختلف است .

میوه نارگیل کروی شکل است که قسمت خارجی آن ضخیم و سفت و متشکل از الیاف نباتی و داخل آن نیز صاف و سخت می

باشد . در قاعده نارگیل سه سوراخ دیده می شود که چشم های نارگیل نامیده می شود . برای استفاده از مایع داخل نارگیل که شیر نارگیل نامیده می شود این سوراخها را باید با جسم نوک تیزی باز کرد و مایع داورن آنرا بیرون آورد . سپس با چکش آنرا بشکنید و ا گوشت داخل آن استفاده کنید . البته می توانید بعد از بیرون کشیدن شیر ، نارگیل را در داخل فر در درجه حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت بمدت نیمساعت قرار دهید تا نارگیل خود را بشکند .

درخت نارگیل در هر سال حدود پنجاه عد نارگیل می دهد . نارگیل هنگامیکه نارس است مقدر بیشتری شیر دردولی بتدریج میوه می رسد مقدرشیر آن کمتر می شود .

برای خرید نارگیل همیشه میوه ای را انتخاب کنید که سنگین باشد ضمنا آنرا تکان دهید که صدای شیر داخل آنرا بشنوئید زیرا نارگیل اگر بدون شیر باشد حتما کهنه است و یا اینکه شیرش بیرون آمده و هوا کشیده و خراب شده است .

خواص داروئی:

گوشت سفید نارگیل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و شیر نارگیل کمی گرم و مرطوب است

۱)نارگیل بدلیل داشتن چربی زیاد و مواد مغذی چاق کننده است

۲)حرارت داخلی بدن را افزایش می دهد

۳)برای خوشبو کردن دهان مفید است

۴)ضعف کبد را درمان می کند

۵)برای برطرف کردن بواسیر مفید است

۶)ادرار را زیاد می کند

۷)درد مثانه را رفع می کند

۸)زخم های بدن را مداوا می کند

۹)کرم معده و روده ، مخصوصا کرم کدو را از بین می برد

۱۰)برای تقویت دستگاه هاضمه مفید است

۱۱)ریشه درخت نارگیل ضد تب و ادرار آور است

۱۲)ریشه درخت نارگیل برای ناراحتی های کبدی مانند یرقان مفید است

۱۳)دم کرده ریشه درخت نارگیل برای معالجه اسهال خونی مفید است

۱۴)برای دفع سنگ کلیه شیر نارگیل را با برگ سنا مخلوط کرده و بنوشید

خواص شیر نارگیل

۱-شیر نارگیل هم ملین و هم ضد اسهال است

۲-برای رفع اسهال خونی مفید است

۳-برای برطرف کردن آب آوردگی بدن از شیر نارگیل استفاده کنید

۴-شیر نارگیل ضد سم است

۵-برای پائین آوردن تب مفید است

۶-برای معالجه بیماریهای پوستی مفید است

خواص روغن گوشت نارگیل

روغن نارگیل از تقطیر گوشت سفید نارگیل بدست می آید

۱–برای معالجه بیماریهای پوستی بکار می رود

۲–حافظه و هوش را تقویت می کند

۳–درد مثانه را رفع می کند

۴–کرم کدو و کرمهای دیگر روده را دفع می کند

۵–در درمان کمر درد موثر است

۶–معالج بواسیر است

۷–محرك نیروی جنسی است

مرجع: کتب طب سنتی

اسطو خودوس

طریقه مصرف:

به شیوه های مختلف مصرف میشود از جمله به صورت دم کرده که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

اسطوخودوس (لاواندر) Lavander

نام علمی Lavandula

گیاه شناسی

اسطوخودوس در بیشتر نقاط دنیا بحالت خود می روید مخصوصا در جنوب فرانسه مناطق مدیترانه و در تورنتو به مقدر زیاد وجود دارد و بسته به شرایط محیط و خاك به انواع مختلفه ظاهر می شود .

اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم متر با برگهای متقابل ، باریك ، دراز سبز رنگ و پوشیده از کرکهای سفید پنبه ای . گلهای آن برنگ بنفش و بصورت سنبله می باشد .

قسمت مورد استفاده این گیاه ، گلها و سرشاخه های گلدار آن است . اسطوخودوس بوی بسیار مطبوعی درد . طعم آن تلخ است و بعلت بوی مطبوع آن در عطر سازی مصرف می شود .

اسانس اسطوخودوس که از تقطیر گل و سرشاخه های گلدار این گیاه بدست می آید مایعی است زردرنگ یا زرد مایل به سبز که دارای بوی مطبوعی است .

خواص داروئی:

اسطوخودوس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشك است .

۱)برای رفع خستگی و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ریخته و برای مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید .

۲)گرفتگی ها را باز می کند .

۳)مقوی معده است .

۴)ادرار آور می باشد .

۵)معرق است و تب را پائین می آورد .

۶)صفرا بر بوده و کبد را بکار می اندازد و بیماری های کبدی را برطرف می کند .

۷) ضد تشنج است .

۸)برای تقویت عمومی بدن خوب است .

۹)کرم های معده و روده را از بین می برد .

۱۰)بیماری های سینه و سرفه را برطرف می کند .

۱۱)در معالجه زکام موثر است .

۱۲)از آن می توان بعنوان مسهل و تمیز کننده استفاده کرد.

۱۳)برای رفع بیماریهای مجاری و ادرار مفید است .

۱۴)برای برطرف کردن رعشه و سرگیجه حدود ۵ گرم از پودر آنرا با عسل مخلوط کرده و هر شب بخورید .

۱۵)برای رفع فراموشی و تقویت حافظه از دم کرده اسطوخودوس استفاده کنید .

۱۶)برای رفع بیخوابی یک قطره از روغن اسطوخودوس را روی یک تکه پنبه بچکانید و آنرا داخل بالش خود قرار دهید خواب مطبوعی برای شما می آورد .

۱۷)برای برطرف کردن غم و اندوه هر روز دم کرده اسطوخودوس بنوشید .

۱۸)اگر دست و پای شما خواب می رود از این گیاه استفاده کنید .

۱۹)برای پیشگیری از آب آوردن بدن دم کرده اسطوخودوس بنوشید .

۲۰)زردی را برطرف می کند .

۲۱)برای رفع حالت تهوع و سرگیجه مفید است .

۲۲)سردرد و سردردهای یکطرفه را درمان می کند .

۲۳)برای معالجه ضعف اعصاب مفید است .

۲۴)طپش قلب را از بین می برد .

۲۵) آسم را برطرف می کند .

۲۶)برای رفع ترشحات زنانه می توانید از این گیاه استفاده کنید .

۲۷)برای برطرف کرده سوء هاضمه یک قطره اسانس اسطوخودوس را در یک لیوان آب نیم گرم ریخته و یا یک فنجان از دم کرده آن را بنوشید .

۲۸)اسطوخودوس درمان کننده رماتیسم ، آرتروز و نقرس است . برای این منظور کمپرس آنرا بر روی عضو مورد نظر بگذارید و یا اینکه ۲ قطره روغن آنرا با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید .

۲۹)زخم های کهنه را با مالیدن اسانس اسطوخودوس که در الکل حل کرده اید برطرف کنید .

۳۰)برای درمان بیماریهای ریوی ۲ تا ۳ قطره روغن اسطوخودوس را با یک قاشق غذا خوری روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و سینه و پشت بیمار را ماساژ دهید .

۳۱) مالیدن پماد اسطوخودوس زخم ها را ضد عفونی کرده و التیام می بخشد .

۳۲)برای برطرف کردن بوهای نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد عطر مطبوعی را در هوا پخش می کند .

۳۳)برای رفع بیخوابی یک قاشق چایخوری پودر اسطوخودوس را با یک قاشق چایخوری پودر سنبل الطیب مخلوط کرده و در یک لیوان آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . این دم کرده را یکساعت قبل از رفتن برختخواب میل کنید تا بیخوابی شما

برطرف شود .

مرجع: کتب طب سنتی

پیاز

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی مصرف میشود که در زیر به صورت جامع تر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

پیاز Onion

نام علمی Allium cepa

گیاه شناسی

پیاز گیاهی است دو ساله دارای برگهای توخالی و استوانه ای شکل . ساقه پیاز تا ارتفاع یک متر هم می رسد که آنهم استوانه ای و توخالی است . گلهای پیاز برنگ سفید یا بنفش بصورت چتر در انتهای ساقه دیده می شود .

پیاز انواع مختلف دارد مانند پیاز سفید پیاز بنفش ، پیاز قرمز و یا مخلوطی از قرمز و بنفش .

پیاز در حال حاضر در تمام مناطق دنیا کشت می شود ولی گفته می شود که منشاء آن از ایران و افغانستان بوده است و از آنجا به دیگر نقاط دنیا راه یافته است .

پیاز از زمانهای ماقبل تاریخ وجود داشته است . مردم مصر از آن در غذاهایشان استفاده می کرده اند .

مخصوصا در مصر پیاز در مراسم مذهبی بکار می رفته و احترام خاصی داشته است . یونانیان و رومیان نیز آنرا می شناخته و مصرف می کرده اند

خواص داروئی:

پیاز از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است که در یک مقاله نمی توان گنجانید .

۱-پیاز ادرار آوری قوی است و خام و پخته آن هر دو این اثر را دارند .

۲-برای رفع گاز معده از تنتور پیاز می توان ساتفاده کرد . مقدر مصرف آن ۱۰تا ۱۵قطره است که باید در آب حل کرده و مصرف نمود .

۳-برای رفع دردهای عصبی شربت پیاز بهترین دارو است شربت پیاز به این صورت تهیه می شود :

۱۰۰ گرم پیاز خام را با ۴۰۰ گرم آب مخلوط کرده و بپزید تا له شود سپس ۴۰۰ گرم قند روی آن بریزید و بگذارید که جوش بزند تا قند حل شود سپس آنرا صاف کنید و در یخچال قرار دهید .

۴- همانطور که گفته شد پیاز دارای انسولین گیاهی است و استفاده از آن قند خون را پائین می آورد . بیماران مبتلا به مرض قند باید حتما هر روزه از آن استفاده کنید .

۵- اگر پیاز را له کنید و در زیر شکم شخصی که مبتلا به احتباس ادراری است قرار دهدی ادرار را باز می کند .

۶-پیاز نیم پز برای سوختگی ها نیز موثر است .

۷-پیاز خام محرک قلب است .

۸-پیاز باکتری کش است .

۹-پیاز تقویت کننده و نرم کننده سینه است .برای این منظور پیاز را آب پز کرده و بخورید .

۱۰-پیاز سنگ کلیه را خرد می کند .

۱۱- پیاز پخته ملین است .

۱۲-برای رفع خارش چشم چند قطره آب پیاز را در چشم بچکانید .

۱۳-برای درمان سنگینی گوش آب پیاز را در گوش بچکانید .

۱۴-ماسک پیاز روی صورت خون را بطرف صورت می کشاند و رنگ صورت را درخشان می کند .

۱۵-پیاز چون گرم است برای کسانیکه طبع گرم دارند مضر است و اسراف در خوردن آن موجب فراموشی و سردرد می شود .

۱۶-پیاز لثه ها را محکم می کند .

۱۷-پیاز کلسیم درد دندانها و استخوانها را تقویت می کند و از نرمی استخوان جلوگیری می کند .

۱۸-پیاز معالج عفونتهای مجاری تنفسی از قبیل ورم گلو ، برنشیت ، گریپ و آسم می باشد .

۱۹-برای رفع سموم بدن پیاز توصیه می شود .

۲۰- برای آنکه پیاز زود هضم شود و آنهایی که معده حساس دارند بتوانند آنرا بخورند و از خواص آن استفاده کنند باید موقع پختن پیاز مقداری شکر روی آن بریزید و این عمل هضم پیاز را آسان تر خواهد کرد .

۲۱- برای درمان اسهال از پوست پیاز استفاده کنید بدین صورت که پوست پیاز را بشوئید و در مقدری آب به مدت ده دقیقه بجوشانید ، سپس آنرا در داخل دستمالی ریخته و فشار دهید تا شیره آن گرفته شود . بعدا این شیره را با شکر شیرین کنید و روز ی چند فنجان از آن را بشوئید تا اسهال کاملا از بین برود .

۲۲- اگر پشه یا زنبور شما را گزید فورا یک پیاز را بریده و روی محل گزیدگی بگذارید درد و خارش فورا ساکت می شود .

۲۳- پیاز ترشی را برای از بین بردن یرقان و تقویت معده و روده و زیاد شدن اشتها مصرف می کنند .

۲۴-اگر از بوی پیاز ناراحت می شوید می توانید بعد از خوردن پیاز برای رفع بوی آن باقلا پخته و یا گردوی پخته و یا نان سوخته بخورید .

۲۵-تخم پیاز گرم و خشک است و برای ازدیاد نیروی جنسی مصرف می شود .

۳۶-اگر از تخم پیاز پمادی درست کنید و روی سر ببندید از ریختن مو جلوگیری می کند .

۳۷-حتما شنیده اید که در قدیم برای اینکه کسی از اسرار علمی سر درنیآورد آنها را با مرکب نامرئی می نوشتند و مرکب نامرئی چیزی غیر ازآب پیاز نیست .

۳۸-در خاتمه برای اینکه بوی پیاز شما را ناراحت نکند و اشک از چشمان شما جاری نشود می توانید پیاز را زیر آب شیر پوست بگیرید یا اینکه پیاز را در داخل ظرف بزرگ آب قرار دهید و در آب آنرا پوست بکنید .

مرجع: کتب طب سنتی

پرتقال

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

پرتقال Orange

نام علمی Citrus sinensis

گیاه شناسی

پرتقال درخت کوچکی است دارای برگهای سبز و گلهای سفید پوست پرتقال نارنجی رنگ ، کمی ناصاف و یموه آن بسته بانواع مختلف شیرین و ترش ، زرد رنگ و یا قرمز می باشد .

پرتقال یکی از قدیمی ترین میوه هایی است که بشر از آن استفاده می کرده است و در حدود ۵۰۰ سال قبل از میلاد مسیح کنفوسیوس از آن نام برده است .

در حال حاضر بیشتر از ۲۰۰ نوع پرتقال در آمریکا کشت می شود و آمریکا نصف کل محصول پرتقال دنیا را تولید می کند .

پرتقال اولیه ، کوچک ، تلخ و پر از هسته بوده است که در اثر تربیت مهندسی ژنتیکی و همچنین انتخاب نوع بهتر و کود کافی درشت تر و شیرین تر شده است .

پرتقال ابتدا از چین به هندوستان برده شده و سپس از آنجا به نقاط دیگردنیا راه یافت .

خواص داروئی:

موسسه مبارزه با بیماری سرطان آمریکا چندین سال پیش در اثر مطالعات زیاد دریافت که علت اینکه سرطان معده در آمریکا کمتر از نقاط دیگر است این است که مردم آمریکا در تمام مدت سال پرتقال مصرف می کنند . البته شاید علت آن وجود ویتامین C در پرتقال است .

۱)دانشمندان سوئدی کشف کرده اند که خوردن پرتقال از سرطان لوزالمعده جلوگیری می کند .

۲)خوردن پرتقال کلسترول را پائین می آورد .

۳)پوست سفید پرتقال و ورقه های نازک بین قسمت های داخل پرتقال بهترین دارو برای کاهش کلسترول خون است .

۴)اسانس پرتقال ضد عفونت های میکربی است .

۵)پرتقال مقوی معده و ضد گاز معده است .

۶)پرتقال ضد سم ، ادرار آور و نرم کننده سینه و ضد استفراغ است .

۷)جوشانده برگهای پرتقال برای شست وشوی ورم ها و کاهش درد مفید است .

۸)خوردن پرتقال ضد اسپاسم و آرام بخش است .

۹)اسانس پرتقال را برای ضد عفونی کردن بکار می برند .

۱۰)پرتقال خون را تمیز می کند .

۱۱)برای برطرف کرده چین و چروک صورت وشادابی آن قسمت خوراکی پرتقال را روی صورت بمالید و بعد از ۱۵ دقیقه با آب بشوئید .

۱۲)از پرتقال برای کم کردن وزن می توانید استفاده کنید . طرز استفاده بدین صورت است که یک عدد پرتقال و ۳ عدد لیموترش را پوست کنده و به قطعات کوچک تقسیم کنید بعد آنرا داخل دیگی ریخته و بان نیم لیتر آب اضافه کنید و بمدت ۱۰ دقیقه بجوشانید . سپس سه قاشق عسل به آن اضافه کرده و مجددا بمدت ۵ دقیقه بجوشانید و آنرا صاف کنید . از این شربت ۳فنجان در روز بنوشید . تا وزن شما بمقدر ایده آل در آید .

۱۳)پرتقال گرچه اسیدی است ولی خاصی قلیایی به بدن می دهد و برای کسانیکه گوشت زیاد مصرف می کنند و بدنشان اسیدی شده است مفید است .

۱۴)برای استفاده بیشتر از مواد غذای پرتقال بهتر است که پوست زردرنگ آنرا بگیرید و با پوست سفید و پره های داخل آن بخورید زیرا در پوست سفید آن مواد معدنی زیادی وجود دارد که اثر اسید موجود در پرتقال را خنثی می کند .

۱۵)خواص گفته شده فقط منحصربه پرتقال رسیده می باشد و آب پرتقال موجود در فروشگاهها و سوپر مارکت ها این خواص را ندارند .

مرجع: کتب طب سنتی

رازیانه (بادیان)

طریقه مصرف:

به صورت خشک، دم کرده و جوشانده که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

رازیانه FENNEL

نام علمی Foeniculum vulgare

گیاه شناسی

رازیانه گیاهی است معطر ، علفی و دوساله که ارتفاع آن تا ۲ متر می رسد ساقه آن دارای شیارهای هم دریف و موازی می باشد برگهای آن نازک و نخی مانند شوید است گلهای رازیانه زرد و بصورت خوشه در انتهای ساقه ظاهر می شود . میوه رازیانه کوچک و بطول حدود ۸ میلیمتر و عرض ۳ میلیمتر بوده و دارای بوئی معطر و طعمی شیرین می باشد .

رازیانه درمناطق مدیترانه ای بخوبی رشد می کند و در ایران در مناطق شمالی کشور در دامنه های کوههای البرز بطور خورد می روید .

رازیانه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . ریشه رازیانه گرمتر از بقیه قسمت های گیاه است .

۱) رازیانه اثر زیاد کننده شیر را در زنان شیر ده دارد و بدین منظور می توان از دم کرده رازیانه استفاده کرد .

۲)اشتها آور و مقوی است .

۳)نفخ و گاز معده رااز بین می بر د .

۴)قاعده آور است .

۵)برگهای رازیانه ادرار آور است .

۶)جوشانده ریشه رازیانه ملین مسهل است .

۷)روغن تخم رازیانه کرم روده را از بین میبرد .

۸)حالت تهوع رابر طرف می کند .

۹)برای برطرف کردن آُسم ، سرفه و تنگی نفس از دم کرده تخم رازیانه بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید .

۱۰)برای رفع اسهال رازیانه را با زیره سبز به نسبت مساوی دم کرده و به مریض بدهید .

۱۱)میتوان از رازیانه داروی ضد نفخ بصورت زیر تهیه کرد :

۵ گرم پودر انیسون و ۵ گرم پودر زیره کرمان ، ۵ گرم پودر تخم گشنیز و ۵ گرم پودر رازیانه را با هم مخلوط کرده در یک لیتر آب جوش بریزید و آنرا بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید سپس آنرا صاف کرده و کم کم بنوشید .

۱۲)رازیانه بعلت داشتن هورمون زنانه رشد دخترها را جلو می اندازد .

۱۳)رازیانه مغز را فعال می کند .

۱۴)ریشه رازیانه دارای کومارین Coumarin می باشد . چون این ماده رقیق کننده خون است بنابراین آنهایی که مبتلا به تصلب

شرائین یا انسداد رگها هسند می توانند از جوشانده ریشه رازیانه استفاده کنند .

۱۵)دردهای مفاصل را برطرف می کند .

۱۶)اشتها را زیاد می کند .

۱۷)برای از بین بردن درد آرتروز روغن رازیانه را در محل درد بمالید .

مرجع: کتب طب سنتی

روناس

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

روناس Madder

نام علمی Rubia Tinctorum

گیاه شناسی

گیاهی است که به حالت خودرو در مناطق مدیترانه ، در شمال آفریقا و بعضی مناطق آسیا می روید . ساقه این گیاه پوشیده از خارهای ریز می باشد و ارتفاع آن تا حدود دو متر می رسد .

روناس با استفاده از خارهای ریزی که دارد به دیوار و درختان می چسبد و بالا می رود .

برگهای آن بیضی ، نوک تیز و دراز می باشد . گلهای روناس کوچک و به رنگ زرد مایل به سبز می باشد . میوه آن گشوتی و به رنگ تیره است .

ریشه آن به نام روناس معروف است به رنگ قرمز تیره و به صورت دراز ، باریک و استوانه ای می باشد . دارای طعمی تلخ و گس بوده و قسمت مهم این گیاه از نظر طبی محسوب می شود .

از ریشه روناس در قدیم برای رنگرزی پارچه و نخ استفاده می شده است .

خواص داروئی:

روناس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .

۱)باز کننده گرفتگی ها در بدن است

۲)ادرار آور است و حبس البول را درمان می کند .

۳)برای معالجه بیماری فلج آنرا با عسل مخلوط کرده و به بیمار بدهید .

۴)ترشح شیر را زیاد می کند.

۵)درد سیاتیک را رفع می کند.

۶)یبوست های سخت را معالجه می کند .

۷)اشتها آور است.

۸)قاعده آور است .

۹)خارش پوست را برطرف می کند بدین منظور می توان از ضماد استفاده کرد و یا اینکه جوشانده آنرا در وان حمام بریزید و مدتی در آن استراحت کنید .

۱۰)اوره خون را پائین می آورد .

۱۱)جوش خوردن استخوان شکسته را تسریع می کند .

۱۲)تورم را در بدن از بین می برد .

۱۳ از کمپرس جوشانده روناس برای رفع بیماریهای پوستی استفاده کنید .

مرجع: کتب طب سنتی

شلغم (لفت)

طریقه مصرف:

در صورتی که معده ضعیف نباشد میتوان آب شلغم خام را خورد اما بیشتر به صورت پخته از آن استفاده میشود :

توضیحات:

شلغم TURNIP

نام علمی Brassica Napus

گیاه شناسی

شلغم گیاهی است با برگهای ناصاف و بریدگیهای زیاد به رنگ سبز و سفید . ریشه آن غده ای و به شکل های گرد و یا دراز به رنگ سفید با لکه های بنفش می باشد .

میوه شلغم مانند غلافی باریک و دراز است که در آن چند دانه سیاه وجود دارد . شلغم در هوای سرد بسیار خوب رشد می کند و شاید علت آن باشد که برای درمان بیماریهایی که در فصل سرما زیاد است و بیماریهای تنفسی بکار می رود .

خواص داروئی:

شلغم از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است

خواص شلغم آنقدر زیاد است که می توان گفت این گیاه برای هر دردی درمان است و اگر مردم می دانستند که این گیاه چقدر فایده درد تمام باغچه های خانه خود را شلغم میکاشتند و هر روزه از آن استفاده می کردند .

۱)شلغم مقوی است

۲)شلغم اشتها آور است

۳)شلغم ضعف جنسی را درمان کرده و اسپرم را زیاد می کند

۴)شلغم سرفه را تسکین می دهد

۵)ترشی شلغم بهترین نوع ترشی است زیرا مقوی معده و روده ها و اشتها آور است

۶)آب شلغم قند خون را پائین می آورد

۷)تخم شلغم را اگر سرخ کرده و بخورید برای ضعف جنسی موثر است

۸)اگر گلو درد دارید آب پخته شلغم را قرقره کنید

۹)خوردن آب شلغم درمان کننده جوش صورت است

۱۰)آنهایی که حافظه ضعیف دارند حتما باید شربت بخورند زیرا ثابت شده است که شلغم حافظه را تقویت می کند

۱۱)شلغم شب کوری را درمان می کند

۱۲)شلغم بعلت داشتن ویتامین B_1 علاج کم خونی است

۱۳)شلغم برای رشد و نمو استخوانها مفید است بنابراین زنان باردار وشیرده حتما باید از آن استفاده کنند .

۱۴)زن حامله ای که در مدت بارداری شلغم خورده باشد بچه اش زودتر رشد کرده ، زودتر حرف می زند و حتی زودتر راه می افتد و در مقابل امراض مقاومت بیشتری خواهد داشت .

۱۵)آنهایی که غده تیروئیدشان کم ترشح می کند باید حتما شلغم بخورند زیرا شلغم بعلت داتشن ید فراوان ترشحات غده تیروئید را تنظیم می کند .

۱۶)شلغم مهمترین گیاه ضد سرطان است و حتی گسترش سرطان را متوقف می کند .

۱۷)شلغم درمان بسیاری از بیماریهای پوستی است

۱۸)شلغم پخته بهترین دارو برای برونشیت است

و بالاخره سعی کنید که در فصل زمستان برای پیشگیری از سرماخوردگی و بیماریهای تنفسی اقلا چند بار در هفته شلغم بخورید شلغم پخته بهترین صبحانه است . بدن را تمیز کرده و مواد سمی را ازبدن خارج می سازد .همانطور که در بالا گفته شد آب شلغم خام خواص بیشتری از شلغم پخته دارد بشرطی که معده شما را ناراحت نکند .

خواص شلغم از نظر احادیث :

هیچکس نیست مگر آنکه رگی از جذام در او است و شلغم آنرا ذوب میکند و روایت شده که آن را در فصلش بخورید که هر دردی را از شما میبرد

مرجع: کتب طب سنتی

شنبلیله

طریقه مصرف:

گیاه آن در سبزیجات و دانه اش به مصارف داروئی میرسد :

توضیحات:

شنبلیله Fenugreek

نام علمی Trigonella gracum

گیاه شناسی

شنبلیله سبزی اصلی قورمه سبزی ، غذای مطبوع ایرانی است . این گیاه در نواحی مختلف ایران ، مصرف هند و الجزیره ، ایتالیا و اسپانیا می روید . شنبلیله دارای مواد چرب و مواد نشاسته ای ، مواد ازته ، مواد فسفره و مادهای بنام گونل لین می باشد .

خواص داروئی:

یکی از دانشمندان با تحقیقات زیادی که روی شنبیلیه انجام دارد دریافت که شنبلیله در رفع سل استخوانی اطفال بسیار موثر است . شنبلیه در طی قرون گذشته در ایران برای بسیاری از بیماریها مصرف می شده است . برای این منظور حتی از دانه شنبلیله استفاده شده است و بیماریها سریعا بهبود پیدا می کند .

شنبلیه چون دارای مواد فسفره آهن ازته و یاستازهای مختلف می باشد تقویت کننده لوزالمعده نیز می باشد و بنابراین دستگاه هاضمه را بکار انداخته و لاغری های مفرط را از بین می برد .

شنبلیه بطور کلی شفادهنده بیماریهای روحی و جسمی است وحتی اثرات مفیدی در اشخاص مبتلاـ به مرض قند و سل ریوی و استخوانی دارد . در قدیم شنبلیله برای مداوای بیماری قند بکار می رفته است دانه شنبلیله با این همه خواص مفید دارای بوی ناپسند

است بنابراین برای استفاده از آن دانه پودر شده آنرا با مواد معطر باید مخلوط نمود که بوی بد آن را تا اندازه ای برطرف کنند .

مرجع: کتب طب سنتی

شوید

طریقه مصرف:

گیاه آن در سبزیجات مصرف میشود و تخم آن خواص زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

شوید Dill

نام علمی Aniethum graveolens

گیاه شناسی

شوید گیاهی است یکساله یا دوساله که گاهی ارتفاع آن به یک متر نیز میرسد . ریشه آن راست و مخروطی شکل و سفید است .

این گیاه در اکثر نقاط دنا منجمله قسمتهای جنوب اروپا مصر آمریکا و چین پرورش داده می شود .

میوه شوید بیضوی مسطح وب طول ۴ میلیمتر و عرض ۳ میلیمتر است . رنگ آن قهوه ای روشن و در سطح آن برجستگیهایی برنگ زرد و در کناره های آن لبه بال مانندی به رنگ زرد روشن دیده می شود .

خواص داروئی:

تخم شوید اثرات درمانی زیادی دارد منجمله بعنوان ضد تشنج ضد درد، نفخ شکم ، ادرار آور و برای تقویت معده بکار می رود .

برای کسانیکه اشتهای زیادی به غذا ندارند و لاغر هستند تخم شوید بهترین دارو است زیرا اشتها را زیاد کرده معده را تقویت می کند و انرژی به بدن می دهد . تخم شوید را می توان برای ناراحتی معده ، بی خوابی و ضد گاز معده بکار برد . خانمهای شیر ده که شیر آنها کم است باید حتما روی چند بار دم کرده تخم شوید یا در تخم شوید بخورند و در غذای خود مصرف کنند بطور معجزه آسائی شیر آنها زیاد خواهد شد .

طب گیاهی ایران خواص زیادی را برای شوید قائل است مثلا در مورد درد شدید و ورم معده از دم کرده شوید استفاده می کردند که اثر تسکین فوری دارد .

از شوید برای دل درد در حیوانات نیز استفاده می شود ودام داران قدیم بخوبی به این موضوع واقف بودند . مثلا برای گوسفند و بز کافی است که مقدر ۳۰ گرم تخم شوید به آنها داد که نفخ و دل درد را ساکت کنند .

در مورد بیمارانی که مبتلا به استفراغ شدید هستند و هیچ غذایی حتی آب را نمی توانند در معده خود نگاهدارند بهترین درمان شوید است . این نوع بیماران باید دم کرده شوید را آهسته آهسته بنوشند .

در چین حتی شوید را برای کمردردهایی که بعلت انقباض عضلانی باشد بکار میبرند .

یک نسخه قدیمی چینی برای باد فتق نیز از تخم شوید استفاده می کنند

همچنین افرادی که دارای بیماری چربی خون میباشند از علف شوید و تخم آن برای درمان بیماری استفاده نمایند که نحوا استفاده تخم شوید به صورت جوشانده میباشد که روزانه باید به مقدار دو استکان مصرف نمایند و عرق شوید یک استکان بعد از نهار و شام.

مرجع: کتب طب سنتی

سیب زمینی

طریقه مصرف:

به صورت خام و پخته به شیوه های زیادی مصرف میشود که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

سیب زمینی POTATO

نام علمی Solanum tuberosum

گیاه شناسی

سیب زمینی گیاه بومی آمریکای جنوبی است و هنوز هم بصورت وحشی در شیلی و آرژانتین یم روید .

در قرن شانزدهم بوسیله اسپانیولی ها به اروپا برده شد و اکنون در اروپا و آمریکا از نظر مصرف اولین سبزی است .

سیب زمینی درتمام طول سال وجود دارد .

سیب زمینی بدلیل داشتن مقدار ویتامین C ضد بیماری اسکوربیت است و کشورهائیکه از این گیاه استفاده می کردند هیچگاه مردم آنجا به این بیماری دچار نمی شدند .

ساقه هوایی سیب زمینی دارای بریدگیهایی مرکب از ۷ تا ۱۲ برگچه اصلی است و در فواصل این برگچه نیز برگچه هایی کوچکتر وجود دارد .

انواع مختلف سیب زمینی بر حسب رنگ گل و پوست غده های زیر زمینی آن تقسیم بندی می شود .

در روی پوست سیب زمینی سوراخهای کوچکی وجود دارد که دارای جوانه است و این جوانه هاست که منشاء گیاه تازه است .

خواص داروئی:

۱) برگ و میوه سیب زمینی بعلت داتشم سولانین مخدر و آرام بخش است ولی بعلت سمی نبودن نباید مورد مصرف داخلی قرار گیرد و باید فقط بعنوان ضماد و استعمال خارجی استفاده شود .

۲)سیب زمینی بعلت داشتن ویتامین C زیاد برای مقابله با بیماری اسکوربیت بکار می رود .

۳) برای تسکین سوختگی ها ، سیب زمینی خام را رنده کرده و به عنوان ضماد روی قسمت سوختگی بگذارید و هر چند دقیقه آنرا عوض کنید و ضماد تازه روی آن قرار دهید .

۴)سیب زمینی دارای آنزیم مهار کننده می باشد بنابراین ضد سرطان وضد ویروس است مخصوصا سیب زمینی در این مورد از شیر یا سویا قوی تر است .

۵)پوست سیب زمینی مانند پوست میوه ها وسبزیجات دارای ماده آنتی اکسیدان است بنابراین از پیر شدن سلولها و نیز از بوجود آمدن سلولهای سرطانی جلوگیری می کند .

۶)سیب زمینی بهترین دارو برای آنهایی است که بدنشان اسیدی است و اینگونه اشخاص بایدسیب زمینی را با پوست و با بخار پخته و بخورند زیرا سیب زمینی آب پز وسرخ شده برعکس سیب زمینی با بخار پخته شده تولید اسید در بدن می کند .

۷)سیب زمینی داروی خوبی برای از بین بردن تورم است . برای این منظور سیب زمینی را طبقه طبقه کرده و در سوپ بیاندازید و بگذارید تقریبا نیم پز شده و سپس آنرابخورید .

۸)سیب زمینی بعلت دارا بودن پتاسیم زیاد تمیز کننده کبد نیز می باشد .

۹)سیب زمینی بدن را جوان می کند .

۱۰)سیب زمینی داروی بیماریهای قلب نیز می باشد .

۱۱)سیب زمینی قرمز درمان کننده بواسیر خونی و دردناک می باشد . برای این منظور سیب زمینی رابه طور باریک بریده و بصورت شیاف در آورید و روی آن کمی روغن ویتامین E و یا وازلین مالیده و پس از قضای حاجت بداخل معقد بگذارید . این عمل را اگر چند روز ادامه دهید بواسیر برطرف می شود .

۱۲)برای درمان اسهال سوپ سیب زمینی را با شیر بپزید و آنرا میل کنید . اسهال سریع متوقف می شود .

مرجع: کتب طب سنتی

سیب

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی مصرف میشود و برای ردمان به شیوه های دیگر هم به کار میرود که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

سیب Apple

نام علمی Nigella Sativa

گیاه شناسی

درخت سیب در بیشتر نقاط دنیا پرورش داده می شود و سیب میوه ایست که می توان گفت در هر جای دنیا وجود دارد و همه مردم دنیا آنرا می شناسند.

در کشور عزیز ما ایران این درخت بصورت وحشی در جنگل های شمال وجود دارد در لاهیجان و رودسر آنرا آسیب ، هسی و هسیب و در مازندران به آن سه می گویند .

سیب انواع مختلف دارد . انواع وحشی آن کوچک و پرورش یافته آن درشت و برد می باشد . سیب نوع ترش و شیرین دارد .

خواص داروئی:

۱)سیب یک میوه قلیایی است و تمیز کننده بدن است و بعلت دارا بودن پکتین زیاد آب اضافی بدن را خارج می سازد

۲)سیب را می توان برای برطرف کردن اسهال حتی برای کودکان بکار برد . بدین منظور سیب را باید رنده کرد و استفاده نمود .سیب را می توان پخت و برای آنهایی که روده تنبل دارند آن را روی آتش ملایمی بپزید البته حتما ازظرف لعابی یا تفلون استفاده کنید زیرا به این طریق پکتین و ویتامین های آن حفظ می شود.

۳)شربت سیب بهترین دارو برای درمان سرفه و گرفتگی صدا می باشد .برای تهیه شربت سیب یک کیلو سیب راشسته و با پوست قطعه قطعه کنید و در یک لیتر آب بپزید سپس آنرا با پارچه نازکی صاف کنید و چند تکه قند به آن اضافه کنید و دوباره روی آتش ملایم قرار دهید تا قوام بیاید و آن را از روی آتش بردارید روزی سه تا چهار فنجان از این شربت بنوشید.

۴)سیب دارای مقدر زیادی کلسیم است و کلسیم سیب به بدن کمک می کند که کلسیم غذاهای دیگر را نیز جذب کند.

۵)خوردن سیب یبوست را برطرف می کند و برای خستگی مفرط مفید است

۶)دم کرده برگ درخت سیب ادرار آور است و درمان کننده التهاب کلیه و مثانه میباشد.

۷)نوشیدن آب سیب داروی موثری برای درمان سرماخوردگی و گرفتگی صدا و سرفه است.

۸)سیب مقوی کبد و اشتها آور است.

۹)سیب برای درمان تنگی نفس بسیار مفید است حتی بوئیدن سیب نیز این خاصیت را دارد

۱۰)سیب پخته تقویت کننده معده و کبد و دفع کننده سودا و سموم بدن است .

۱۱)سیب حرارت را از بدن خارج می سازد .

۱۲)سیب را رنده کنید و در دستمال بپیچید و روی چشم بگذارید درد چشم را برطرف می کند.

۱۳)خوردن سیب حتی برای آنهایی که بیماری قند دارند مفید است چون قند خون را بالا نمی برد.

۱۴)کسانیکه می خواهند لاغر شوند حتما باید سیب را با پوست بخورند .

۱۵)دم کرده گل سیب داروی سرفه و تورم مجرای تنفسی است

۱۶)سیب داروی خوبی برای درمان زخم ها می باشد

۱۷)سیب بهترین دارو برای سوء هاضمه است زیرا دارای مقدر زیادی پکتین می باشد

۱۸)آب سیب را حتی می توان برای تنقیه استفاده کرد . این تنقیه برای بیماریهای روده بسیار موثر است.

۱۹)پوست سیب را مانند چای دم کنید و بیاشامید این چای بهترین دوست کلیه است .

۲۰)آب سیب را با آبمیوه گیری در منزل تهیه کنید و فورا آنرا بنوشید زیرا در اثر ماندن آنزیم های خود را از دست می دهد .

۲۱)آب سیب برای زیبایی پوست استفاده زیادی دارد بخصوص برای از بین بردن چین و چروك پوست موثر است بدین منظور آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید البته همیشه آب سیب تازه استفاده کنید.

استفاده دیگر از سیب برای لطافت پوست سیب پخته است سیب راپزید و سپس له کنید و با شیر مخلوط کنید و این مخلوط را بصورت نیم گرم روی پوست بگذارید و پس از چند دقیقه آنرا بردارید .

خواص سیب ترش

۱-سیب ترش قابض است و حالت استفراغ و دل بهم خوردگی را از بین می برد.

۲-سیب ترش را بپزید درمان اسهال خونی است

۳-آب سیب ترش مخلوط با انار برای تقویت معده و درمان اسهال و دل بهم خوردگی بکار می رود

۴-رب سیب ترش علاج اسهال ، استفراغ و درد و غم است

۵-مربای شکوفه سیب برای ضعف معده و ازدیاد نیروی جنسی مفید است

۶-سیب ترش برای آنهائیکه مزاج گرم دارند بسیار مفید است بالعکس آنهائیکه مزاج سرد دارند باید سیب شیرین بخورند

سیب در قدیم معالج نقرس و بیماریهای عصبی بوده است

مضرات :

همانطور که قبلا گفته شد سعی کنید همیشه سیب را با پوست بخورید زیرا مقدر زیادی پکتین در پوست سیب وجود دارد سیب هایی که در بازارهای داخل ایران یا آمریکا و کانادا بفروش می رسد روی آن دارای یک لایه چربی برای حفاظت آن می باشد بنابراین حتما این سیب ها را بدقت بشوئید آنهائیکه دریا معده ضعیف هستند باید سیب را بسیار نازك پوست بگیرند که پکتین ها و ویتامین های آن از بین نرود .

مرجع: کتب طب سنتی

سویا (لوبیای سویا)

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

لوبیای سویا Soy bean

نام علمی Soja hispida Moench

کلیات گیاه شناسی

سویا قرنهاست که غذای مردم آسیا مخصوصا چین بوده است و چینی آن را همراه با برنج بعنوان غذای اصلی خود مصرف می کنند . ایالات متحده آمریکا بزرگترین تولید کننده سویا می باشد و تقریبا دو سوم محصول کل دنیا را تولید می کند . سویا در ایران بنام (لوبیا روغنی) (لوبیا چینی) سویا و دانه سویا معروف است .

سویا گیاهی است یکساله دارای ساقه پرشاخه ، برگهای آن بیضی ، نوک تیز و سبز رنگ می باشد . میوه آن شبیه لوبیا است که در هر غلاف آن سه تا پنج دانه جدا از یکدیگر وجود دارد . رنگ دانه سویا بر حسب انواع مختلف متفاوت است و برنگهای زرد ، سفید سیاه ، خاکستری و خالدار دیده می شود .

دانه سویا به بزرگی یک نخود کمی مسطح و گرد است . دانه سیاه سویا بشتر در طب گیاهی مصرف دارد ولی از دانه زرد رنگ آن بیشتر برای روغن گیری استفاده می کنند . سویا بعلت داشتن پروتئین و مواد مغذی در تغذیه انسان بکار می رود .

سویا از چین به نقاط دیگر دنیا راه یافته است و بطور وحشی در آن کشور وجود دارد .

سویا در حدود ۳۵۰۰ نوع مختلف دارد که هر کدام آب و هوای مخصوصی را می خواهد .

خواص داروئی:

) سویا مقوی و باد شکن است

۲)دانه سویا ، مدر ، تب بر و ضد سم است

۳)در چین دانه سویا را بعنوان ضد سم مصرف می کنند

۴)شیر سویا غذای مفیدی برای کودکان است

۵)نان سویا برای مبتلایان به بیماری قند بسیار مناسب است زیرا اولا ارزش غذایی زیادی دارد ثانیا مواد نشاسته ای که تبدیل به قند می شود در آن کم است

۶)دانه های سبز سویا را له کرده و بصورت ضماد در آورید این ضماد برای زخم های آبله و سایر زخم ها مفید است همچنین برای رفع التهاب و قرمزی پای بچه ها که در اثر ادرار بوجود آمده مفید است .

۷)سویا برای مبتلایان به نقرس و روماتیسم و اشخاص ضعیف البنیه بسیار مفید است

۸)سس سویا برای تحریک اشتها بکار می رود

۹)سس سویا را برای از بین بردن بوی گوشت بکار می برند

۱۰)سس سویا را به غذاهایی که تردید دارید سالم باشد بزنید سم آنرا خنثی می کند

۱۱)سوس سویا ملین ، خنک کننده و ضد سم است

۱۲)اگر زن حامله در معرض خطر سقط جنین باشد به او سوس سویا بدهید

۱۳)اگر ادرار کسی بخون آلوده است سوس سویا درمان آن است

۱۴)سوس سویا برای سوختگی پوست مفید است

۱۵)فرآورده های سویا برای پیشگیری سرطان مفید است

۱۶)سویا به فعالیت روده ها و دفع منظم سموم کمک می کند

۱۷)سویا مقدار تری گلیسیدر خون را پائین می آورد

۱۸)برای تمیز کردن شریانها از فرآورده های سویا استفاده کنید حتی مبتلا به شرائین و در معرض خطر قلبی هستند اگر از سویا استفاده کنند و گوشت را از برنامه غذایی خود حذف کنند بزودی شریانهای آنها تمیز و جوان خواهد بود .

۱۹)سویا سنگ کیسه صفرا را شکسته و خارج می سازد و اگر از فرآورده های سویا استفاده کنید در بدن شما سنگ کیسه صفرا تولید نخواهد شد اگر سنگ کیسه صفرا دارید رژیم خود رابه سویا تغییر دهید

۲۰)سویا برای سلامت روده بزرگ و تنظیم تخلیه و دفع مواد زائد بسیار مفید است

۲۱)سویا موثر برای درمان سرطان کولون است

۲۲)سویا از سرطان سینه جلوگیری می کند

۲۳)سویا منبع غنی هورمون استروژن است بنابراین می توان جانشین هورمونهای مصنوعی در دوران یائسگی باشد . پس خانم ها در دوران یائسگی بهتر است از فرآورده های سویا استفاده کنند .

مرجع: کتب طب سنتی

کتان

طریقه مصرف:

از الیاف آن در دوزندگی و از تخم و روغن آن در داروها استفاده میشود که در ذیل به طور کامل اشاره خواهد شد :

توضیحات:

تخم کتان FLAX SEED

نام علمی Linum usitatissimum

گیاه شناسی

امروزه گیاه کتان در منطقه وسیعی از اروپا و آسیا می روید . ازاین گیاه استفاده های زیادی بعمل می آید . از الیاف آن برای یافتن پارچه استفاده می شود . پارچه کتان برای البسه مخصوصا در تابستان نوعی مناسب بشمار می رود .

کتان گیاهی است که از قدیم الایام شناخته شده و بکار میرفته است . حتی پرورش آن در مصر در حدود پنج قرن قبل از میلاد مسیح معمول بوده است .

خواص داروئی:

روغن تخم کتان علاوه بر داشتن Omega-۳ دارای ویتامین E نیز می باشد و حتی اگر بمقدار بیش از احتیاج (یک قاشق چایخوری در روز) مصرف شود عوارض جانبی نخواهد داشت .

خاصیت مهم دیگر روغن کتان اثر ضد تورم آن می باشد . میگرنهای دردناک را شفا داده و عادات ماهانه دردناک را از بین می برد .

مطالعات جدید نشان داده است که روغن تخم کتان حتی می تواند مصونیت بدن را در مقابل بیماریها بالا ببرد . استفاده از این روغن از سرطان جلوگیری می کند .

تخم کتان بعلت داشتن موسیلاژ زیاد نرم کننده بسیار خوبی است و در رفع یبوست می توان از آن استفاده کرد . بدین منظور باید تخم کتان را روی زبان ریخت و با مقدری آب آنرا بدون جویدن بلعید و یا می توان تخم کتان را در آب خیس کرده و صبح ناشتا خورد .

دم کرده تخم کتان نیز معجزه گر است . دم کرده آن علاج بیماریهای مجاری ادرار ، زخم معده و وروم روده ، یبوست ، ورم مثانه

، سنگ کلیه سرفه ، دردهای پریود و حتی مرض قند می باشد .

می توان تخم کتان را با مقداری آب جوشانید و سپس جوشانده آنرا در داخل وان حمام ریخت و در آن دراز کشید . خارش پوست را فورا از بین می برد .

مرجع: کتب طب سنتی

ترب و تربچه

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

ترب و تربچه Radish

نام علمی Raphanus sativus

گیاه شناسی

ترب گیاهی است یکساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر می رسد . برگهای آن پهن ، ناصاف ، کرک دار و با بریدگیهای نامنظم می باشد . گلهای آن برنگ سفید ، زرد روشن ، آبی روشن و بنفش است که درانتهای شاخه ظاهر می شود .

بطور کلی دو نوع ترب وجود دارد :

۱- ترب سیاه که معمولا در پائیز برداشت می شود .

۲-تربچه که به رنگهای مختلف قرمز و وصورتی و بصورت های دراز و گرد وجود دارد .

خواص داروئی:

ترب از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از زمانهای بسیار قدیم برای درمان بسیاری از بیماریها بکار می رفته است .

۱)ترب برای دفع سنگهای صفراوی مفید است .

۲)ترب در بعضی از اشخاص تولید گاز و آروغ می کند و تخم آن گاز و نفخ را از بین می برد .

۳)ترب برای درمان نقرس و روماتیسم مفید است .

۴)برگ ترب اگر با غذا خورده شود به هضم غذا کمک می کند .

۵)آب برگ ترب برای تقویت چشم مفید است .

۶)ترب برای درمان یرقان مفید است .

۷)تخم ترب درد را تسکین می دهد .

۸)در صورت مسمومیت غذایی مقداری تخم ترب را همراه با سکنجبین به بیمار بدهید باعث استفراغ می شود و معده را پاک می کند .

۹)برای مداوای زخم های بدن از ترب و عسل ضماد تهیه کرده و روی زخم بگذارید .

۱۰) دم کرده ترب ادرار آور است و برای درمان حبس البول بکار می رود .

۱۱)تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است .

۱۲)اگر دست یا پای شما سرما زده است ترب را در آب بجوشانید و بگذارید تا کمی سرد شود بطوریکه دست را نسوزاند سپس عضو سرما زده را چند بار در روز در این جوشانده قرار دهید .

۱۳)دم کرده ریشه ترب تقویت کننده بدن است .

۱۴)برای دفع سنگ کیسه صفرا و سرفه های تشنج آور از ترب بصورت زیر استفاده کنید :

در یک ترب بزرگ حفره ای ایجاد کرده و همچنین در ته آنهم سوراخ ریزی بوجود آورید بطوریکه آب قطره قطره از آن خارج شود . سپس مقداری شکر در حفره ریخته و آنرا با آب پر کنید و ترب را در دهانه شیشه یا استکانی قرار دهید که آب آن قطره قطره از سوراخ ریز ته ترب خارج شده و در داخل شیشه یا استکان پر شود . این آب را چند بار در روز بنوشید .

۱۵)خوردن تخم ترب ترشح شیر را زیاد می کند .

۱۶)جوشانده ترب برای درمان اسهال خونی مفید است .

۱۷)تخم ترب اشتها آور است.

۱۸)برای از بین بردن تب، تخم ترب را دم کرده و به بیمار بدهید .

۱۹) تخم ترب بصورت ضماد برای ورم پستان در مادران شیرده استفاده می شود .

مرجع: کتب طب سنتی

زعفران

طریقه مصرف:

در غذاها به عنوان طعم دهنده و رنگ دهنده بسیار عالی به کار میرود و مصارف درمانی هم دارد :

توضیحات:

زعفران Saffron

نام علمی Crocus sativus

گیاه شناسی

زعفران گیاهی است با ارتفاع تقریبا ۳۰ سانتیمتر که دارای برگهای دراز و سبز مانند تره است . ساقه زیر زمینی آن از دو پیاز تشکیل می شود . این پیازها سخت و مدور و گوشتدار و پوشیده از غشاء های نازک قهوه ای رنگ می باشد . گلهای زعفران ارغوانی ، منظم و شامل لوله ای دراز است که به سه گلبرگ و کاسبرگ منتهی می شود .

زعفران خیلی مرغوب قسمت کلاله گل یعنی قسمت انتهایی خامه است و میله خامه ، زعفران درجه دو و نامرغوب را تشکیل می دهد .

برداشت زعفران بدین ترتیب است که قسمت کلاله هر گل را بر میدارند و بین کاغذ قرار می دهند تا خشک شود و سپس بسته بندی می کنند . استاندارد زعفران که در فرانسه صورت گرفته است اعلام می دارد که باید ۵۰ عدد از الیاف زعفران بیشتر از۰/۲۷۷ گرم وزن داشته باشد و در صد رطوبت آن ۱۳ درصد باشد . همچنین هر میلی گرم آن باید بتواند ۷۰۰ سانتیمتر مکعب آب را بطور محسوس رنگی کند .

خواص داروئی:

زعفران از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . مهمترین خاصیت زعفران که از قدیم الایام از آن استفاده می شده است درمان افسردگی می باشد . این خاصیت مهم حتی در شعر شاعران نیز انعکاس یافته است . شاهد آن شعر خاقانی است که می گوید :

گر کسی را زعفران شاید فزاید گو فزای

چون تو با غم خو گرفتی زعفران کس مخور

زعفران دارای بویی قوی و طعم تلخ می باشد :

۱)خوردن چای زعفران باعث هضم غذا می شود

۲)اثر مسکن درد دارد

۳) قاعده آور است .

۴)باعث تحریک اعصاب می شود

۵)زعفران خون ساز است و گردش خون را آسان می سازد

۶)مصرف زعفران خونریزیهای بعد از زایمان را از بین می برد .

۷)قوای جنسی را تقویت می کند

۸)کبد را تصفیه و قوی می سازد

۹)سرفه را رفع و اثر مفید روی درمان برونشیت دارد

۱۰)کلیه و مثانه را پاک می کند

۱۱)آرام بخش و خواب آور است

۱۲)زعفران ضد تشنج است

۱۳)گاز معده را برطرف می کند

۱۴)ادرار آور است

۱۵)و اگر بالاخره می خواهید همیشه شاد و خندان باشید زعفران بخورید

مرجع: کتب طب سنتی

زنجبیل (زنجفیل)

طریقه مصرف:

در غذاها به عنوان چاشنی، و همچنین مصرفهای داروئی زیادی دارد :

توضیحات:

زنجبیل Ginger

نام علمی Zingibar officinale

خواص داروئی:

این گیاه همراه با گیاهان دیگر بعنوان تقویت کننـده معده و بدن بادشـکن و ضد نفخ بکار یم رود . همچنین پزشـکان چینی جدیدا کشف کرده اند که شربت زنجبیل بهترین داروبرای معالجه زخم معده می باشد.

زنجبیل تازه و شـربت زنجبیل با چای زنجبیل در بدن گرما تولید کرده و بدین وسـیله مواد سمی و زائد بدن را بصورت عرق از بدن خارج می سازد . این گیاه برای خانم هائیکه عادت ماهیانه آنها عقب می افتند تجویز شده است .

زنجبیـل بهترین داروی سـرماخوردگی و گلو درد میباشـد . هنگامی که حس کردیـد دچار سـرماخوردگی شـده ایـد چنـد بار چای زنجبیل بنوشید و اگر گلو درد دارید علاوه بر آنکه چای آنرا میل می نمائید با آن نیز قرقره کنید .

زنجبیل را حتی برای کمپرس نیز می توان اسـتفاده کرد که سموم بدن را خارج می سازد . برای این منظورابتدا چای زنجبیل استفاده کنید دستمالی را با آن آغشته و آب اضافی آنرا فشار داده در محل زخم یا درد بگذارید .

شربت زنجبیل برای زخم معده بسیار مفید است .مبتلایان به زخم معده باید هر روز قبل از غذا یک قاشق چایخوری از این شربت را همراه با کمی آب بنوشید زخم معده آنهاپس از مدتی التیام خواهد یافت

مرجع: کتب طب سنتی

زوفا (گل زوفا)

طریقه مصرف:

در جوشانده های سرما خوردگی استفاده میشود و خواص دیگری هم دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

گیاه زوفا Hyssop

نام علمی Hyssopus Officinalis

گیاه شناسی

زوفا درختچه ای است با ساقه های منشعب که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد این گیاه بحالت خودرو در نواحی جنوب اروپا، ایران ، هند ،ترکیه و شوروی می روید . برگهای آن کوچک، خط در ، نوک تیز و سبزرنگ است که بسیار معطر می باشد .گلهای آن آبی و گاهی سفید اند که در انتهای ساقه ظاهر می شود .

خواص داروئی:

زوفا از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱)سرفه و ناراحتی های ریوی را برطرف می کند .

۲)نرم کننده سینه است

۳)خلط آور است

۴)معده را تقویت می کند

۵)نفخ شکم را برطرف می کند

۶)ادرار آور است

۷)داروی مفیدی برای مداوای آسم است

۸)اشتها را زیاد می کند

۹)برای رفع کم خونی مفید است

۱۰)افسردگی را برطرف می کند

۱۱)برای درمان صرع مفید است

۱۲)برای التیام زخم برگهای زوفا را له کرده و روی زخم بگذارید

۱۳)برای درمان تب خال مفید است و کسانیکه تب خال می زنند باید از دم کرده زوفا استفاده کنند .

۱۴)درد شکستگی را می توان با کمپرس زوفا آرام کرد.

مرجع: کتب طب سنتی

زیتون

طریقه مصرف:

به عنوان سالاد و جانشین غذا استفاده میگردد و خواص بسیار زیادی دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

زیتون Olive

نام علمی Olea europaea

گیاه شناسی

زیتون درختچه ای است به ارتفاع تقریبا سه متر ولی هنگامیکه در شرایط مساعد پرورش می یابد ارتفاع آن حدود ۱۲متر و قطر تنه اش به ۳ متر میرسد .

چوب درخت زیتون بسیار سخت و مقاوم است . رنگ آن زرد است که خطوطی قهوه ای رنگ در آن وجود دارد . از چوب زیتون برای تهیه اشیاء چوبی ظریف استفاده می شود . برگهای آن سبز رنگ ، بیضوی و دراز و بوضع متقابل یکدیگر بر روی ساقه قرار گرفته اند .

منشاء درخت زیتون احتمالا منطقه مدیترانه بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است .

زیتون معمولا در اوائل تابستان شروع به گل دادن می کند و میوه آن کم کم ظاهر می شود . در اواخر تابستان میوه آن به ثمر می رسد . در این هنگام زیتون سبز است و بتدریج تبدیل به بنفش و قهوه ای و سپس سیاه می شود بطوریکه در اواخر پائیز که موقع برداشت میوه است رنگ آن بکلی تیره است .

خواص داروئی:

زیتون رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و قابض است و میوه نارس زیتون سرد و خشک است و روغن زیتون گرم و خشک است . برگ درخت زیتون نیز گرم و خشک می باشد .

۱)دم کرده برگ زیتون داروی خوبی برای پائین آوردن فشار خون می باشد . بدین منظور باید ۲۰ عدد برگ زیتون را داخل ۳۰۰ گرم آب ریخته و آنرا بمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید . سپس کمی قند بآن اضافه کرده و بمقدر یک فنجان دوبار در روز از آن بنوشید . بعد از دو هفته باید بمدت ۸ روز نوشیدن این دم کرده را قطع کنید و سپس ادامه دهید .

۲)روغن زیتون نرم کننده و صفرا بر است .

۳)روغن زیتون دفع کننده سنگ کیسه صفرا است برای این منظور باید آنرا با آبلیمو مصرف کرد .

۴)روغن زیتون کرم کش است .

۵)روغن زیتون برای رفع سرفه های خشک مفید است .

۶)برای رفع خارش گزیدگی حشرات ، روغن زیتون را به محل گزیدگی بمالید .

۷)بدن بچه هایی را که مبتلا به نرمی استخوان و کم خونی هستند با روغن زیتون ماساژ دهید اثر مفیدی دارد

۸)برای رفع خشکی لثه ، روغن زیتون را بر روی لثه بمالید .

۹)برای برطرف کردن خراش و ترک پوست ، گلیسیرین و روغن زیتون را بمقدر مساوی با هم مخلوط کرده و روی پوست بمالید .

۱۰)دم کرده برگ درخت زیتون تب بر است .

۱۱)جوشانده برگ درخت زیتون برطرف کننده نقرس و روماتیسم است .

۱۲)برای سرباز کردن جوشها و کورک ها زیتون را له کرده و روی جوش یا کورک بمالید .

۱۳)دم کرده و جوشانده پوست درخت زیتون تب بر و درمان کننده مالاریا است .

۱۴)پماد میوه نارس زیتون برای سوختگی مفید است

۱۵)جویدن برگ زیتون برای از بین بردن زخم های دهان مفید است

۱۶)برای رفع سستی فلج و لقوه و تقویت نیروی جنسی باید ۸۰ گرم روغن زیتون را با ۱۴ گرم کندر و ۱۶ گرم سیاه دانه مخلوط کرده و بمدت سه روز از آن بخورید

۱۷)مصرف روغن زیتون از امراض قلبی و سرطان جلوگیری می کند .

۱۸)و بالاخره روغن زیتون بهترین روغن برای پخت و پز می باشد زیرا در اثر حرارات خراب نمی شود.

مرجع: کتب طب سنتی

تمشک

طریقه مصرف:

مانند سایر میوه ها مصرف خوراکی دارد که در زیر اشاره خواهیم کرد :

توضیحات:

تمشک

میوه ای شبیه شاه توت و توت فرنگی است و به رنگ زرد یا سرخ مایل به سیاه یافت می شود. میوه تمشک ترش مزه بوده و به صورت خام یا پخته، شربت، کمپوت و ... خورده می شود.

بوته تمشک در مناطق گرم و مرطوب، در جنگلها و صحراها می روید و گاهی آن را می کارند. نامهای دیگر تمشک، توت وحشی و سه گلی است. ساقه های تمشک نرم و به رنگ قرمز و دارای خارهای دراز است. برگهای آن متفاوت و بیضی شکل و اطراف آن کنگره کنگره و به شکل دندانه های اره ای است. گلهای تمشک به رنگهای سفید، صورتی یا به صورت خوشه در ماههای مرداد پدیدار می شود و تا مهر دوام می آورد. قسمتهای مورد استفاده بوته تمشک عبارتند از : میوه ، برگ، تخم ، دانه و گل .

خواص

- جوشانده ۲۵ گرم از برگهای تمشک در یک لیتر آب برای درمان انسداد مجاری ادرار مفید است.
- تمشک سرشار از ویتامینهای C و K است و دارای خواص خنک، نرم کننده و ضد اسکوربوت می باشد.
- تمشک خون را تصفیه می کند و برای کسانی که به روماتیسم مبتلا هستند، بسیار مفید است.
- تمشک یبوست مزاج را معالجه می کند.
- تمشک برای تسکین درد سودمند است، زیرا تمشک دارای اسید سالسیلیک می باشد.
- تمشک خون را قلیائی می کند و قند آن برای مبتلایان به مرض قند مفید است.
- شربت تمشک برای بیماران مبتلا به سرخک و مخملک تجویز شده است.
- تخم و دانه ای که درتمشک وجود دارد، اغلب با دندان نیز خرد نمی شود، ولی وقتی خورده شود درمعالجه ی یبوست و خشکی مزاج به طور طبیعی بسیارمؤثر است و سبب می شود که یبوست به کلی رفع گردد.
- شربت تمشک، مخلوط با آب برای رفع تب تجویز شده است.
- خوردن تمشک برای مبتلایان به مرض قند(دیابت)، تبهای صفراوی، التهاب مجاری ادرار، گلو درد(آنژین) مفید است.
- تمشک دارای خاصیت ضد عفونی کننده است.

– تمشك به علت دارا بودن ویتامینهای C و K برای اوره و فشار خون مفید است.

– برای معالجه ككك و مك، ابتدا صورت را خوب بشوئید و سپس ورقه نازكی از تمشک به مدت یک ساعت روی صورت بمالید. این كار را چند بار تكرار كنید تا كك و مك صورت از بین برود.

– برگ تازه تمشك را اگر بپزند و روی محل بیماریهای پوستی قرار دهند، بیماری را التیام می دهد.

– گوشت پردانه تمشك، دارای خواص توت فرنگی است و ترشی خون را از بین می برد

– تمشك،عرق آور است؛ لذا بهترین زهكش سوراخهای پوست است.

– جوشانده گل یا برگ تمشك(به روشی که گفته شد) در استعمال خارجی برای درمان زخمهای دهان، ورم لثه، درد گلو و ورم لوزه ها بكار می رود و بیمار با غرغره كردن این جوشانده دهان را می شوید.

– جوشانده برگ تمشك اسهال و ورم روده را معالجه می كند، بدین منظور باید ۴۰ تا ۵۰ گرم برگ خشك تمشك را در یک لیتر آب سرد بخیسانید و به مدت ۱۰ دقیقه آن را جوشانده و سپس بگذارید ۱۰ دقیقه دم بكشد. پس از صاف كردن، روزی سه بار، هر بار یک فنجان آن را بین غذاهای اصلی بنوشید.

۱۳– جوشانده فوق برای تسكین درد معده از هر نوع كه باشد مانند ترشی معده، نفخ و گاز شكم و تشنج معده مؤثر است.

مرجع: كتب طب سنتی

توت سفید

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

توت سفید

میوه ای آبدار ، ریز ، شیرین ، و لذیذ است .

درخت توت سفید ، بزرگ تنومند و دارای برگهای پهن است که در تغذیه کرمهای ابریشم مورد استفاده قرار می گیرد. قسمتهایی که در تغذیه و پزشکی مورد استفاده است عبارتند از :

میوه

برگ

شیره

پوست شاخه های تازه

توت سفید را تازه می خورند و برای مصارف زمستان آن را خشك كرده و مانند كشمش می خورند . در زبان عربی توت سفید را « توت الأبیض » گویند.

خواص :

توت سفید سرشار از املاح معدنی ،تانن ، ویتامین های A و C مواد چربی میباشد.

جوشاندهٔ پوست خشك شاخه های جوان و تازه درخت توت برای لینت مزاج مفید است .

مواد غذایی توت سفید وقتی جذب بدن میشود كه صبح ناشتا یا عصر در فاصله غذایی ظهر و شام خورده شود(یعنی درست زمانی كه شكم از غذا خالی است). قند موجود در توت سفید به كسانی كه مبتلا به مرض قند میباشند ضرر ندارد و آنان غالباً به جای قند

سفید مصنوعی ، چای را با توت خشک میخورند .

مرجع: کتب طب سنتی

کرفس

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کرفس گیاهی است علفی، به ارتفاع ۲۰ تا ۶۰ سانتی متر که ساقه ای منشعب دارد .

قسمت مورد استفاده این سبزی قسمتهای مختلف آن به ویژه ریشه و برگ آن است .

در بسیاری از مناطق ایران از جمله در سیستان ، خوی و بندر عباس می روید.

عصاره کرفس به عنوان ملین

برای اینکه به روده های خسته و پیر کمک شود ، توصیه می شود که هر روز یک لیوان عصاره کرفس مصرف شود . از این طریق روده به روش طبیعی تخلیه می شود (برگها را همیشه مصرف کنید)

کرفس مواد مضر را دفع می کند

کرفس کلیه و مثانه را تمیز می کند . از تولید سنگ کلیه و مثانه جلوگیری می کند و ملین است

دانشمندان بر این عقیده اند که کرفس بهترین ماده غذایی است برای عفونت مجاری ادرار و اسید اوریک بالا از طریق تمیز کردن کلیه و مجاری ادرار.

ترپین ماده معطر کرفس که مانع ماندن سنگ کلیه در مجاری ادرار و یا آلودگی میکروبی و درد می شود .

علاوه بر آن پتاسیم در غده و تنه آن جریان ادرار را تحریک و کلیه و مثانه را تمیز می کند. بیش ازهمه برای بیماران نقرسی مفید است .

زیرا در خون این افراد اسید اوریک با غلظت بالا ـ غالباً دیده می شود . روغن اتری که در کرفس وجود دارد باعث گشاد شدن مجاری کلیه می شود بطوریکه اسید اوریک بهتر دفع میگردد.

آلودگی میکربی ضعیف درروده نیز در اثر ترپین از بین می رود . کرفس باعث تحریک شدیدتر روده شده و سایر ناراحتی هایی از این قبیل دراثر خوردن کرفس بهبود می یابند .

کرفس بوی بد دهان را ازبین می برد

تجربه نشان داده است که یک وعده غذا ی کرفس دار بوی بد دهان را از بین می برد.

عصاره کرفس به عنوان ملین

برای اینکه به روده های خسته و پیر کمک شود ، توصیه می شود که هر روز یک لیوان عصاره کرفس مصرف شود . از این طریق روده به روش طبیعی تخلیه می شود (برگها را همیشه مصرف کنید).

از دیگر خواص کرفس می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- تقویت کننده معده
- تقویت کننده اعصاب
- آب کرفس خام در مان خوبی برای گرفتگی صداست .

– خوردن کرفس حافظه را زیاد و قلب را پاك می کند و دیوانگی ، جذام و پیسی را برطرف می کند.

– کرفس به علت دارا بودن فسفر زیاد ، در ازدیاد هوش مؤثر است .

– کرفس در افزایش شیر مادر مؤثر است .

مرجع: کتب طب سنتی

قارچ

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

در گذشته قارچ را از مراتع و جنگل ها جمع می کردند. امروزه درکارگاه های صنعتی تولید و در تمام سال در اکثر مغازه ها وسوپرمارکت ها عرضه می گردد.

"قارچ استخوان ها را تقویت می کند، خستگی را رفع می کند وکمبود ویتامین D را جبران می کند ".اکثر مواد غذایی در طبیعت به مقدار کافی ویتامین D دارند؛ مثل ماهی، قارچ و بعضی از انوع پنیرها.

افرادی که مدت طولانی در تخت هستند و یا اصولاً بیرون نمی روند، غالباً ازکمبود ویتامین D رنج می برند و این امر به استخوان های آنها صدمه می زند. ویتامین D باعث می شود

که کلسیم در روده جذب شده و بلافاصله در استخوانها بکار رود.

افراد مسن غالباً به مرض بی آهک شدن استخوان(پوکی استخوان) مبتلا هستند. آنها بایستی

از رژیم غذائی استفاده کنند که دارای ویتامین D می باشد مثل قارچ. یک پرس قارچ(۲۰۰ گرم) نیاز روزانه به ویتامین D را تامین می کند.

برای اینکه تمام مواد مغذی از موادغذائی به بهترین صورت جذب شوند، نیاز به ویتامین های گروه B می باشد. قارچ یک دسته از این ویتامین های سوخت و ساز را تامین می کند. هر سلول در بدن ما به ویتامین B۲ موجود در قارچ نیاز دارد تا بتواند انرژی کسب کند. برای اینکه انسان زود خسته و کم حوصله نشود، اعصاب هم نیاز به ویتامین B۲ دارند.

وظیفه بیوتین موجود در قارچ در سوخت و ساز بدن این است که انرژی را آماده نگه می دارد و اسید فولیک در سوخت و ساز پروتئین و مواد اصلی ژن ها نقش مهمی را بازی می کند. خانم ها بطور متوسط ۹۰٪ مقدار ویتامین B۲ توصیه شده را دارا می باشند و بندرت یک زن اسید فولیک را به اندازه لازم جذب می کند. بنابراین برای حل این مشکل بایستی خانمها در رژیم غذائی خود غالباً از قارچ استفاده کنند.

معمولاً قارچ را بایستی فقط بصورت پخته میل کرد. چون که قارچ ها آلوده به موادی هستند

که فقط در اثر پختن از بین می روند. ولی قارچ هایی را که در واحدهای صنعتی تولید می شوند، می توان بدون هیچ مشکلی پس از تمیز کردن مصرف کرد.

خواص قارچ از نظر احادیث :

قارچ از بهشت میباشد و آبش شفای چشم است.

مرجع: کتب طب سنتی

آناناس

طریقه مصرف:

میوه و آبمیوه آن نیز مصارف خوراکی دارند :

توضیحات:

آناناس

آناناس از آن دسته غذاهایی است که خوردنش کمی مشکل است.

اما به شما تضمین می دهیم که همان لذتی را که از خوردن یک قطعه شکلات می برید، بتوانید از خوردن یک لیوان آب آناناس هم ببرید.

آناناس سرشار از ویتأمین ها و مواد مغذی مثل کلسیم، پتاسیم، فیبر و ویتامین ث است علاوه بر اینها بسیار کم چربی و کم کلسترول است.

این خواص را می توانید از مصرف کمپوت آناناس، میوه تازه آن، میوه یخ زده یا حتی آب آناناس به دست آورید.

یکی از خواص مهم آناناس کمک به ساخت استخوان های سالم و استحکام استخوان ها است.

آناناس غنی از منیزیم ماده معدنی ای است که وجودش برای ساخت استخوان ها و ارتباط بافت ها ضروری است.

آناناس باعث رشد استخوان ها در بدن جوانان و استحکام استخوان ها در پسران می شود.

یک فنجان آناناس حدود ?? درصد منیزیم مورد نیاز روزانه بدن را تأمین می کند، از دیگر خواص آناناس می توان به نقش آن در بهبود سرماخوردگی و کاهش میزان سرفه اشاره کرد. اکثر افراد هنگام سرماخوردگی ویتأمین ث یا آب پرتقال بیشتر می خورند غافل از این که خواص آناناس نیز کمتر از آنها نیست.

«بروملین» موجود در آناناس باعث کاهش شدید سرفه یا توقف سرفه های شدید و کاهش میزان لحاظ می شود. پس هنگام سرماخوردگی خوردن آناناس را فراموش نکنید.

مرجع: کتب طب سنتی

کلم

طریقه مصرف:

به صورت خوراکی در سالادها و در برخی غذاها مصرف میشود که مصرف آن در مناطق گوناگون مختلف میباشد.

توضیحات:

کلم دارای کلروفیل، ویتامین E، C است. کلم یکی از ضد سرطان های قوی است که با انواع سرطانها به ویژه سرطان روده بزرگ مبارزه می کند. خواص کلم در درمان بعضی بیماری ها از جمله پیشگیری سرطان، عفونت و زخم معده به اثبات رسیده است.

علم جدید خواص کلم را در درمان بعضی بیماری ها از جمله پیشگیری سرطان، عفونت و زخم معده به اثبات رسانده است.

ضد سرطان قوی

کلم یکی از ضد سرطان های قوی است که با انواع سرطانها به ویژه سرطان روده بزرگ مبارزه می کند.

تحقیقات نشان می دهد که مصرف کلم به صورت خام، پخته و یا آبپز در سرکه، برای یکبار در هفته حدود ۶۶ درصد احتمال بروز سرطان روده بزرگ را کاهش می دهد .

این سبزی دارای یک ماده شیمیایی به نام indole ایندول می باشد که رادیکالهای آزاد را کنترل می کند. این رادیکالهای آزاد طی فرایندی اکسیداسیون کرده و می توانند ساختار سلولها را تغییرداده و یا حتی آنها را از بین ببرند.

مرجع: کتب طب سنتی

توت فرنگی

طریقه مصرف:

خوراکی میباشد و قسمتهای مختلف آن خواص درمانی دارند که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

توت فرنگی، میوه ای شبیه توت است ولی کمی درشت تر، رنگش قرمز و طعم آن ترش و مطبوع است.

بوته اش کوتاه و دارای برگهایی درشت و ساقه هایی باریک و خزنده است که روی زمین می خوابد و ریشه می دواند.

قسمت هایی که از بوته توت فرنگی مورد استفاده قرار می گیرند، عبارتند از: میوه ، برگ و ریشه .

توت فرنگی به صورت های گوناگون مورد استفاده قرار می گیرد: خام، جوشانده، مربا، شربت و بستنی.

خواص تغذیه ای توت فرنگی و اثر آن در سلامتی انسان :

توت فرنگی منبع خوبی از فیبر، ویتامین C، فولات، پتاسیم و آنتی اکسیدان ها می باشد .

که این مواد مغذی باعث می شوند توت فرنگی بعنوان یک جایگزین شیرین، باعث افزایش سلامت قلب، کاهش خطر ابتلا به انواع سرطان و در کل ارتقاء سلامتی بدن شود.

همچنین دارای املاح کلسیم، آهن و فسفر می باشد. از مواد موثر مهم آن می توان تانن، موسیلاژ، قندهای مختلف، سالیسیلات ها و به خصوص اسیدهای میوه را نام برد.

توت فرنگی سرشار از ویتامین و فاقد چربی اشباع است و کالری کمی دارد.

یک واحد توت فرنگی معادل ۸ عدد است که ۵۰ کالری انرژی دارد.

توت فرنگی مانند سایر توت ها مثل شاه توت، توت سفید، تمشک و... پاک کننده روده و مثانه است.

تحقیقات اخیر نشان داده است، دریافت روزانه یک واحد توت فرنگی باعث افزایش قابل توجهی در مقدار فولات خون شده و نیز فشار خون بالا را کاهش می دهد .

از دیگر خواص توت فرنگی می توان به موارد زیر اشاره کرد :

- مصرف این میوه علاوه بر وجود انواع ویتامین، املاح و آب که هر کدام اثرات خود را بر بدن اعمال می کنند دارای خاصیت تقویت کننده، ملین و خنک کننده نیز می باشد.
- توت فرنگی از تصلب شرائین جلوگیری می نماید.
- توت فرنگی اشتها آور است و ادرار را زیاد می کند.
- دم کرده برگ توت فرنگی در زیاد کردن ادرار و شیر بانوان مفید است.
- دم کرده برگ توت فرنگی یا میوه توت فرنگی می تواند نقرس و سنگ های مثانه را معالجه کند.
- املاح معدنی موجود در توت فرنگی خاصیت مسهلی به آن بخشیده است، زیرا این املاح عضلات روده را به انبساط و انقباض وادار می کند و به همین جهت توت فرنگی برای درمان یبوست مؤثر است.
- اگر توت فرنگی را له کنید و در آب بریزید، نوشابه ای به دست می آید که برای درمان تب هایی که با بیماریهای التهابی همراه

می باشد، بسیار مفید است.

- توت فرنگی به علت داشتن آهن و ویتامین C در خونسازی بدن مؤثر است.

- توت فرنگی به علت دارابودن مقادیر کافی کلسیم و فسفر، در رشد و نمو کودکان و نوجوانان ، استحکام دندان ها و ترمیم شکستگی استخوان ها بسیار مؤثر است.

- توت فرنگی حاوی موادی چون فسفر، کلسیم، منیزم، پتاسیم و مقداری آهن و هیدرات ۲ کربن بوده و در بدن تولید انرژی کرده و خستگی را برطرف می کند.

- توت فرنگی به دلیل داشتن ویتامین C ، در درمان بیماری لثه مؤثر بوده و به هضم غذا کمک زیادی می کند.

- دانشجویان و افرادی که تمرینات فکری می‌کنند، بهتر است حتما توت فرنگی میل کنند چرا که خوردن این میوه باعث تامین فسفر مورد نیاز مغزشان میشود.

- همچنین، توت فرنگی به علت داشتن ویتامین B در کاهش و رفع ترس، عصبانیت، خمودی، اضطراب، هیجان و سستی مؤثرست.

- توت فرنگی نقش مهمی در خونسازی بدن دارد و از خاصیت ضدعفونی کننده‌ای برخوردارست. علاوه بر اینها خوردن توت فرنگی باعث پاک شدن خون از مواد مضر و زاید مثل اوره، اسیداوریک و چربی می‌شود و نیز درمان کننده نقرس است.

- ویتامین A موجود در توت باعث رشد ناخن‌ها و تقویت چشم می‌شود.

برای بیماریهای سنگ مثانه و نقرس مفید است ، همچنین باعث رفع تب می شود. با آنکه دارای قند است اما برای بیماران دیابتی مضر نیست ، باعث طول عمر می شود از سکته جلوگیری می کند و دارای ویتامینهای C، B فسفر ، آهک،منیزیم ، پتاسیم ،سدیم ، قند آهن ، ید و... است .

مرجع: کتب طب سنتی

کیوی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کیوی

ارزش غذایی

کیوی حلقه شده

کیوی سرشار از ویتامین ث می باشد. مقدار پتاسیم آن از نظر وزنی تاحدی کمتر از موز است. همچنین دارای ویتامینA ، ویتامین E ، کلسیم ، آهن و فولیک اسید می باشد.

کیوی خام نیز دارای مقادیر زیادی آنزیم حل کننده پتاسیم به نام پاپایین است که ازنظر تجاری برای نرم کردن گوشت مفید است اما احتمال دارد برای بعضی از افراد آلرژی زا باشد. بویژه افرادی که به پاپایاس یاآناناس حساسیت دارند مستعد حساسیت به این میوه هم هستند.

این آنزیم که براثر پختن میوه به سرعت از بین می رود استفاده از کیوی خام را در دسرهای حاوی شیر یا هر محصول لبنی دیگرنامناسب می کند.این آنزیم در عرض چند دقیقه درحالیکه بوی بسیار بدی تولید می نماید شروع به حل کردن پروتئین شیر می کند.

کیوی ، سیستم حفاظتی بدن را تقویت می کند و از بروز سرطان جلوگیری می نماید.

پادزهر سیگار

سیگاری ها نیاز به ویتامین C بیشتری دارند. زیرا مواد سمی ، مخصوصاً رادیکال های آزاد موجود در دود سیگار ویتامین ها را از بین می برد . بنابراین سیگاری ها حدوداً باید ، ۴۰٪ ویتامین C بیشتری ، مصرف کنند.

این مقدار با خوردن دو عدد کیوی تأمین می شود.

کیوی با داشتن ویتامین C و اسید قهوه، دو ماده اساسی ضد سرطان را در اختیار می گذارد .

کیوی دارای آنزیمهائی است که پروتئین ها را تجزیه می کنند

متأسفانه این آنزیم ها در معده به وسیله اسید معده از بین می روند، طوریکه در معده و روده اثری ندارد.

ولی اسید معده بعد از خوردن غذاهای گوشتی و لبنی زیاد، مقداری خنثی می شود و آنزیم های کیوی می توانند مدت کوتاهی فعالیت کنند و این زمان کافی است که مواد پروتئینی به وسیله این آنزیم ها به قطعات کوچکتری تجزیه شوند و این امر عمل هضم غذاهای سنگین در معده و روده را آسانتر می کند.

چهار مرتبه خوردن کیوی در روز توصیه می شود

چهارعدد کیوی را در طول روز تقسیم کنید. مثلاً صبح، ظهر، بعدازظهر، و عصر. چون بدن انسان نمی تواند ویتامین C را ذخیره کند ، بنابراین به جای خوردن تنقلات مثل چیپس بهتر است کیوی میل نمائید !

مرجع: کتب طب سنتی

نارنگی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

نارنگی

ارزش تغذیه ای:

نارنگی دارای ویتامین های C، B۲ ، B۱ ، A پروتئین ، چربی ، قند، حاوی مقدار زیادی فسفر، کلسیم می باشد.

تاثیر در سلامتی :

این میوه خون را تصفیه و زیاد می کند.

به خاطر داشتن مقدار فسفر و کلسیم بالا، نارنگی یکی از میوه هایی است که در تشکیل استخوان و اسکلت بدن موثر است.

حاوی مقدار زیادی منیزیم است و از این طریق در فعالیت عضلانی، دستگاه گوارش و سیستم عصبی موثر است.

سرد و تر ، مفرح قلب ،رافع خفقان، صفرا بر و فرونشاننده لهیب معده و کبد است .

نارنگی مسکن اعصاب است و برای کلیه بیماران مفید است .

اگر می خواهید شب راحت بخوابید چند دانه نارنگی بخورید .

مرجع: کتب طب سنتی

لیمو شیرین

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

خواص تغذیه ای:

-غنی از عناصر قلیایی است.

- لیمو حاوی مقدار زیادی اسیدسیتریک و ویتامین C می باشد.

- مقدار زیادی فسفر، منیزیم، پتاسیم، سدیم و کلسیم دارد.

- حالت تازه کنندگی داشته و در صورتی که در چای ریخته شود، طعم مطبوعی پیدا می کند.

- عامل ضدعفونی کننده بدن است و به طور طبیعی از تخمیر در معده جلوگیری می کند.

- لیمو یک ماده شدیدا قلیایی است.

- مصرف لیموشیرین در آنفلوانزا و افرادی که دچار تب ناشی از بیماری شده اند، توصیه می شود. چرا که این میوه خاصیت سم زدایی داخل بدن را از خود نشان داده است.

-لیمو باعث حفظ کلسیم بدن می شود.

- مصرف لیمو در زمان زکام و گلودرد بسیار موثر است.

- در طب سنتی از لیمو شیرین به عنوان میوه‌ای خنک کننده یاد می‌کنند که برای رفع التهاب و عطش بیماران تب‌دار توصیه می‌شود.

ـ حجم زیادی از لیمو شیرین را آب تشکیل می‌دهد و به همین دلیل این میوه خاصیت ادرار آور و همین طور ملین دارد.

- مرکبات و از جمله لیموشیرین، سرگیجه را بر طرف می‌کند.

مرجع: کتب طب سنتی

چای سبز (چای)

طریقه مصرف:

به صورت دم کرده مصرف میگردد

توضیحات:

چای سبز خطر مرگ قلبی را کاهش می‌دهد

چای سبز خطر مرگ در اثر بیماری قلبی را بیش از بیست و پنج درصد کاهش می‌دهد.

از فواید بسیار چای سبز صحبت های زیادی می شود و حتی چای را بهترین نوشیدنی پس از آب می دانند . چای محتوی میزان کمی از رنگدانه ها ، مثل کافئین و ... است .

چای سیاه و چای سبز هر دو از گیاه واحدی به دست می آیند.

تفاوت در این است که برای تهیه چای سبز برگها را بخار داده ، گرد می کنند و سپس آنرا خشک می نمایند . ولی برای تهیه چای سیاه برگها ، خشک شده ، تخمیر شده،در برخی اوقات مواد و رنگهای شیمیائی به آن اضافه میگردد و برشته می شود یعنی فرآیند بیشتری به روی چای صورت می گیرد.

هم چای سیاه و هم چای سبز دارای رنگدانه هایی می باشند که اثر کاهش ابتلا به سرطان های مختلف در آنها دیده شده است .

زمانی که چای با غلظتی مناسب دم بکشد ، تنها محتوی نیمی از کافئین یک فنجان قهوه است . با این حال چای بدون کافئین هم وجود دارد .

ترکیب شیمیایی برگ چای

مواد متشکله برگ چای عبارتند از مواد سلولزی ، مواد صمغی ، دکسترین ، پکتین ، مواد چربی ، مواد مومی ، نشاسته ، قند ، اسید گالیک ، اسید اگزالیک ، کورستین ، مواد پروتئینی ، الیاف ، مواد معدنی ، تانن ، کافئین یا تئین ، ترکیبات معطر و بالاخره دیاستاز.

مصرف دم‌کرده ?چای باعث تسریع حرکات تنفسی، سرعت در گردش خون، رفع خواب‌آلودگی، احساس تجدید نیرو، تقویت نیروی فکری، گوارش بهتر غذا و تعریق می‌شود از اینرو چای را هنگام خستگی، ضعف عصبی، میگرن، بیماری‌های قلبی و آسم می‌توان تجویز نمود.

در پژوهشهای امروزه مشخص شده چای ممکن است در کاهش خطر برخی بیماریهای مزمن عمده مثل سکته، حمله قلبی و بعضی سرطانها مفید باشد،

نوشیدن چای می‌تواند از پوسیدگی دندانها جلوگیری کند؛ اینها اخبار بسیار خوبی برای مردم تمام دنیاست چون چای پس از آب پر مصرفترین نوشیدنی در دنیاست .

مصرف چای تأمین کننده رنگدانه هایی است که شما به طریق دیگر دریافت نمی کنید، پس با مصرف متعادل این نوشیدنی مفید زمینه های سلامتی را درخود فراهم آورید .

صرفنظر از آب، چای پرمصرف ترین نوشیدنی در جهان است و هرساله سه میلیارد کیلوگرم چای در جهان تولید می‌شود.

بررسی‌های آماری نشان می‌دهد در حدود ۸۰ درصد مردم ژاپن چای سبز می‌نوشند به طوری که بیش از نیمی از آنها روزانه سه فنجان یا بیشتر از آن مصرف می کنند.

پژوهشگران همچنین از این مطالعات دریافتند فواید چای سبز ظاهرا برای زنان بیشتر بود.

زنانی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می‌نوشیدند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر مصرف می کردند ۳۱ درصد کمتر باخطر مرگ در اثر بیماری قلبی روبرو بودند.

چای سبز طول عمر را می‌افزاید

نتایج یک بررسی جدید در ژاپن نشان می‌دهد که اگر به طور مرتب چای سبز بنوشید، احتمال مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی-عروقی ۲۵ درصد کاهش پیدا می کند.

تجزیه و تحلیل اطلاعات ثبت شده نشان داد که افرادی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می‌نوشیدند نسبت به افرادی که چای سبز نمی‌نوشیدند، ۱۶ درصد کمتر در معرض مرگ به هر علت بودند. هنگامی که مرگ به علت بیماری قلبی در نظر گرفته می‌شد، نوشیدن چای سبز ۲۶ درصد خطر مرگ را کاهش می‌داد، اما در مورد مرگ ناشی از سرطان نوشیدن چای سبز تاثیری نداشت.

مرجع: کتب طب سنتی

فلفل (فلفل سبز)

طریقه مصرف:

در غذاها به عنوان چاشنی از آن استفتده میگردد و مصارف دیگر هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

فلفل گیاهی است که در آب و هوای نیمه گرمسیری و گرمسیری می روید.

میوه آن در پوششهای غلافی بلند که به موازات رسیدن، رنگ قرمز، نارنجی یا زرد به خود می گیرد، می روید.
میوه این گیاه به صورت خام، پخته شده، خشک یا در قالب چاشنی پودری در صنایع غذایی و دارویی، مصرف میشود.
ترکیبات گیاه
تحقیقات نشان داده است که اسید بیرنگ کپساسین به عنوان فعالترین عنصر موجود در فلفل میباشد.
کپساسین، سبب کاهش میزان کلسترول خون و کاهش شدت سیگنالهای درد در بدن میشود. این ماده همچنین خاصیت ضد اکسیدی (که سلولهای شما ار از آسیب دیدن محافظت می کند) و ضد باکتری دارد.
"کپساسین "ماده ای در فلفل است که سبب گرم بودن این گیاه میشود. هر چند که فلفل گیاهی گرم است، اما کپساسین موجود در آن در واقع سبب کاهش درجه حرارت بدن میشود که یکی از دلایل اصلی تمایل مردم مناطق آب و هوایی گرم به مصرف زیاد فلفل محسوب میشود.
این ماده همچنین به بسیاری از خواص درمانی فلفل کمک می کند تا سیستم قلبی - عروقی را تحریک، سیستم هاضمه را تقویت، درد موجود روی پوست یا مفاصل بدن را تسکین بخشد، و به مثابه" داروی ضد احتقاق و ضد باکتری "عمل می کند.
فلفل میزان کلسترول خون را پایین می آورد. که این امر باعث پایین آمدن فشارخون میشود.
این گیاه همچنین از انعقاد خون در رگهای خونی جلوگیری می کند، این خواص فلفل به پیشگیری از بیماریهای قلبی نظیر آرترواسکلروز (سخت شدن رگها) کمک می کند.
هر چند فلفل سبب سوزش زبان میشود، اما این گیاه واقعاً مسکنی قوی است.
این گیاه ابتدا سبب تحریک درد میشود، اما سپس شدت علایم درد را در بدن کاهش می دهد.
این حالت، آنرا برای افرادی که از درد مزمن رنج می برند به طرز خاصی مؤثر کرده است چون چندین روز طول می کشد که نتایج قابل توجه آن معلوم گردد.
آنهایی که از زونا، درد ناشی از دیابت، درد پس از برداشتن پستان (ماستکتومی) و سایر دردهای پس از عمل جراحی رنج می برند، می توانند به ویژه از چندین نوع فلفل یا انواع" کرمهای کپساسین "که قابل دسترسی است، بهره ببرند.
کپساسین موجود درفلفل نه تنها درد آرتروز و آرتریت روماتیسمی را تسکین می دهد، بلکه به کاهش میزان ورم ناشی از این حالات وقتی که به عنوان پماد موضعی مورد استفاده قرار گیرد، کمک می کند.
فلفل با تحریک تولید مایعات هاضمه در معده و نابودی باکتریهایی که می توانند عامل عفونت باشند، قدرت هضم را تقویت می کند.
خاصیت ضد باکتری فلفل همچنین از اسهال ناشی از عفونت جلوگیری می کند.
این گیاه به عنوان داروی ضد احتقان، سبب رقیق و نازک شدن خلط و خارج شدن آن از ریه ها میشود. از آنجا که این گیاه بافت ریه را تقویت می کند، در نتیجه برای آنهایی که مبتلا به آمفیزم هستند نیز مفید است.
اشکال موجود
فلفل را می توان با خوردن فلفل قرمز خام یا پخته شده مصرف کرد. پودر فلفل قرمز خشک نیز موجود است که می توان آنرا به غذا اضافه کرد، در مایعات، چای یا شیر مخلوط کرد یا کپسول آنرا مصرف کرد.
نحوه مصرف
چون فلفل برای قلب خیلی مفید است، اضافه کردن مرتب ان به غذا یا مصرف کپسول آن می تواند از بیماری قلبی پیشگیری کند.
هر چند فلفل یک چاشنی محسوب می شود، اما این ماده واقعاً به هضم بدن کمک می کند و برای اغلب زخم ها تحریک آور

نیست. این مـاده حتی در میزان مصـرف پـایین نیز قوی است، لـذا بهتر است که بیشتر از مقـداری بـا غـذا میـل می کنیـد از این ماده استفاده نکنید.

کرم یـا پودر فلفل به عنوان نوعی مسـکن می توانـد در تسـکین درد دنـدان، زونا، آرتریت، پسوریازیس و سایر انواع دردهای مزمن مفید باشد، هر چند ممکن است مصـرف این ماده سبب سوزش یا خارش نسبی گردد، اما این عارضه به زودی از بین می رود. چون فلفل ابتـدا با تحریک و سـپس کاهش شـدت سـیگنالهای درد در بدن مؤثر واقع میشود، لذا ممکن است درد کمی شدت پیدا کند، سپس باید ظرف چند روز اول مصرف، این اثر تا حد زیادی از بین برود.

مرجع: کتب طب سنتی

گندم

طریقه مصرف:

در نان مصرف میشود و مصارف دیگری هم دارد که در ذیل به آن اشاره خواهد گردید :

توضیحات:

گنـدم پر از املاح معـدنی است. اگر طالب کسب ویتامین های گوناگون هستیـد، به سـراغ گندم بروید.حریره گندم با شـکر و بادام برای خونریزی سینه مفید است.گندم، جلوی سرطان روده را می گیرد.

ترکیبات شیمیایی

هر چند مواد متشکله گندم در انواع مختلف فرق می کند، ولی بطور متوسط

در صد قسمت گندم، مواد زیر دیده می شود:

- آب ۱۳.۶۵ درصد
- سلولز ۲.۵۳ درصد
- نشاسته و دکسترین ۶۶.۷۷ درصد
- مواد قندی ۱.۴۵ درصد
- مواد معطر ۱.۸۵ درصد
- مواد سفیده ای و گلوتن ۱۲.۵۸ درصد
- چربی ۱.۷۵ درصد
- ضـمنا مقدار کافی املاح معدنی و ویتامین های گوناگون داشـته و برای انسان غذای نسـبتا کاملی است. علاوه بر مصـرف تغذیه ، گندم دارای اثر درمانی بسیار می باشد .

اگر آرد گنـدم بر روی پوست مالش دهید، التهاب و ورم آنرا از بین می بردو به همین منظور، از قدیم گندم را در تسـکین التهاب ، باد سرخ بکار می بردند و برای این منظور با مقداری مواد ضد عفونی کننده همراه می نمودند تا میکرب آنرا نیز از بین ببرد .

در صـنعت از آرد گنـدم نشاسـته می گیرند. ضـماد سوخته ی گندم با موم و روغن جهت جلای رخسار بی نظیر است - گندم چاق کننده و مقوی غرایز جنسـی است و بین غذاهایی که با گندم ساخته می شود، سمنو از همه قوی تر است، پخته گندم با شکر و بادام به صورت حریره ،

چنانکه کم کم خورده شود، درمان خونریزی سینه است .

ضمـاد پخته گنـدم بـا روغن زیتون جهت فروبردن ورمهای گرم و آب پیاز جهت ورمهای سـرد مفیـد است ، و با آب گشـنیز جهت

تحلیل ورمهای گرم و خنازیر و غدد مجرب است .
پخته گندم با سکنجبین جهت بثورات آبکی سودمند می باشد.
روغن گنـدم که از جوشانـدن و پختن گنـدم در روغن زیتون بـدست می آیـد. جهت رفع قوبـا (زخم های جلـدی که منشاء عصبی دارد) مخصوصا قوبای اطفال و همچنین پاک شدن کک و مک و معالجه کچلی و ریزش طبقات شاخی پوست مفید است .
جوشانده سـبوس گندم درمان سـرفه و زکام های سـخت است . جوشانده ی سـبوس گندم که با عسل شیرین شده باشد، بعد از غذا یبوست هایی را که منشاء آنها تنبلی کبـد و تحریکات روده باشـد درمان می کند. از سـبوس گندم می توان نان سـیاه هم تهیه کرد، ولی سنگین بوده ترشی معده را زیاد
می کند.
مبتلایان به زخم معده –سرطان دستگاه هاضمه و آپاندیس بایستی از سبوس گندم پرهیز نمایند.
به زنان حامله توصیه کنید که از سوپ گندم که دارای املاح کلسیم – فلوئور و سیلیس و ویتامین های ((ب و پ)) می باشد حتما استفاده کنند.
مرجع: کتب طب سنتی

جوانه گندم

طریقه مصرف:
هم مصرف خوراکی دارد و هم از ماسک آن استفاده میگردد.
توضیحات:
پودر جوانه گندم یک مکمل غذایی پر ارزش و سرشار از ویتامینE و ویتامین های گروه B است.
ویتامین E امروز به عنوان معجزه گر و اکسیر جوانی معرفی می شود.
سلنیوم و منیزیوم وجود در جوانه گندم ، در پیشگیری از ابتلا به انواع سـرطان موثر شناخته شده است. به اعتقاد برخی از متخصصان پوست ، مو و زیبـایی ، جوانه گنـدم در درمـان ریزش مو، رفع شوره سـر و رفع انواع جوش صورت و نـاراحتی پوسـتی موثر است و بـدین منظور میتوانیـد از ماسک جوانه گندم اسـتفاده نمائید به این صورت که پودر جوانه گندم را با ماست تازه خمیر کرده و روی پوست صورت بگذارید.
همچنین کسـانی که از یبوست ، خسـتگی و بی حـالی ، کلسترول بالاـو دردهـای عضـلانی رنـج می برنـد، بایـد از این ماده غـذایی کمک بگیرند. اگر می خواهید لاغر شوید، پودر جوانه گندم را همراه با ماست یا سالاد کاهو ۱۰ دقیقه قبل از صرف غذا و اگر می خواهید چاق شوید، آن را ۱۰ دقیقه بعد از غذا میل کنید.
در واقع جوانه هـا موادغـذایی هسـتند که بـا رونـد طبیعی رشـد و تولیـدشان، در گروه سبزی هـا، آن هم با ارزش غـذایی بالا از نظر ویتامین ها و املاح محسوب می شوند.
در سنین مختلف، مردان بین ۱۰ تا ۳۰ درصـد بیشتر از زنان به پروتئین و ویتامین های B۱۲، A، B۶ و اسید فولیک و املاح کلسیم، فسفر، روی و ید نیاز دارند. اما در خصوص زنان باردار و خانم های شـیرده، بالاترین نیازهای غذایی، در نظر گرفته شده و حتی در مواردی از مقدار مصرف مردان نیز به مراتب بیشتر است
در سـنین بالاـ به علت تحرک کمتر، نیـاز بـدن به انرژی کاسـته شـده، ولی درمقابـل نیاز به ویتامین ها ، املاح و پروتئین افزایش می یابد. با مصرف جوانه های مختلف می توانید مقدار قابل توجهی از ویتامین های B را به بدن برسانید. توجه به این موضوع که تامین

ویتامین های C و E، بتاکاروتن و سلنیوم می تواند از اکسیداسیون چربی ها در بدن جلوگیری کند و نیز تأمین منیزیم می تواند فشار خون را کنترل نماید، به نقش مهم جوانه ها و گنجاندن آنها در برنامه غذایی روزانه بیشتر پی می بریم.

مرجع: کتب طب سنتی

کشمش

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کشمش برای تقویت طبیعی انرژی فوق العاده است.

۱۰۰گرم کشمش شامل بیش از ۲۵٪مواد لازم توصیه شونده است .

همچنین فیبر زیادی در آن وجود دارد که به کاهش کلسترول و بهبود عملکرد روده ها کمک می کند .در کنار آن پتاسیم را می توان نام برد که موجب کاهش فشار خون و جلوگیری از دفع مایعات بدن می شود . همچنین سلنیوم در کشمش وجود دارد که برای پوست عالی است .

به علاوه در کشمش مقادیر کمی از ویتامین A و مقادیر مناسبی ویتامین B یافت می شود.

چون این ماده غنی از کالری است، برای کسانی که مبتلا به افسردگی -دلشوره - تشویش و مشکلات عصبی هستند بسیار مناسب است .

مرجع: کتب طب سنتی

کنگر

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

کنگر

در عربی به این گیاه عکوب، سلبین، خربع میگویند.

این گیاه خود رو بوده و در صحراهای ایران به عمل میآید

۱- دارای ویتامینهای A ,B ,E, میباشد

۲- دارای هورمونهای گیاهی بوده و ترشحات غده را تقویت مینماید

۳- محرك شهوت است و آنرا لذتبخشتر مینماید.

۴-باد شکن و پیشاب آور است.

۵- از اسهال جلوگیری مینماید.

۶- برای درمان مرض قند مفید است.

۷- در هضم غذا موثر است.

۸- کلیه و مثانه را گرم میکند.

۹- برای زخم ریه و جراحات روده مفید است.

۱۰- ضماد آن جهت خوشبو کردن عرق بدن توصیه شده است.

۱۱- مرهم آن برای درمان ورمهای سخت و خارشهای پوستی توصیه شده است.

۱۲- ضماد ریشه آن برای سوختگی آتش و پیچیدگی عصب مفید میباشد.

۱۳- صمغ بوته ی آن ایجاد قی میکند و همراه با آن بلغم و صفرای اضافی بدن را دفع میکند.

مرجع: کتب طب سنتی

اکالیپتوس

طریقه مصرف:

برای انواع بخورهای سر استفاده می شود و مصارف دیگری هم دارد که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

از برگهای اکالیپتوس برای درمان جراحات و پایین آوردن تب استفاده می گردد. مردمان استرالیا می دانستند اگر در منطقه بیابانی استرالیا به نام" آتبک ("Outpack) با بی آبی مواجه شوند، می توانند ریشه های اکالیپتوس را، که آکنده از آب است، از زمین برای رفع تشنگی بیرون بیاورند.

برگهای اکالیپتوس و روغنی که آنها تولید می کنند سبب کشتن باکتریها و رفع ناراحتیهای تنفسی افراد مبتلا به خناق، آسم و برونشیت میشود. اگر سابقه مصرف ویکس دارید، آنگاه احتمالاً خنکی و احساس سوزش ناشی از مرهم روی پوست و پاک شدن سینوس ها در اثر رایحهٔ نعناعی و معطر را به یاد خواهید آورد. در واقع این اثرات روغن اصیل اکالیپتوس است. اکالیپتوس به انواع عطر، صابون و برخی از مواد غذایی و نوشیدنیها اضافه میشود. از این گیاه همچنین به عنوان عامل دفع حشرات نیز استفاده و به روغن شمع و افشانه های حشره کش نیز اضافه میشود. اگر به هیره ها (حشرات) و گرد و غبار آلرژی دارید، می توانید اضافه کردن چند قطره روغن اصلی اکالیپتوس به مایع شستشوی لباسهایتان را مورد توجه قرار دهید. تحقیقات اخیر مؤید این است که این گیاه دارویی تعداد هیره ها (حشرات)ی گرد و خاک را تا حد زیادی کاهش می دهد و راه تنفس شما را بازتر می کند.

اگر در خانهٔ خود شاهد سوسک هستید، اضافه کردن چندین قطره روغن اصیل اکالیپتوس بر لباسهای مندرس و گذاشتن آنها را در کمد لباسهایتان امتحان کنید (دقت کنید لباسهای مزبور را از مواد غذایی یا ظروف دور نگهدارید). به خاطر داشته باشید که روغن اکالیپتوس فوق العاده برای انسان سمی است و در مصرف آن باید دقت کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

گردو (جوز)

طریقه مصرف:

به طرق مختلف مصرف میشود که در زیر به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

گردو WALNUT

نام علمی Juglans regia

گیاه شناسی

گردو درختی است زیبا و سایه افکن که بعنوان درخت زینتی بکار می رود . این درخت در مناطق معتدل دنیا رشد و پرورش می یابد .

گلهای نر و ماده روی یک پایه قرار دارند سنبله گلهای نر بصورت آویخته است ولی گلهای ماده آن بوضع قائم روی شاخه قرار دارد .

میوه گردو ، گرد و در درون مغز قرار دارد و در فاصله های پدره های نازکی قرار گرفته است . قشری که روی مغز گردو است سبز رنگ و کمی گوشتی می باشد

درخت گردو هنگامیکه به سن بیست سالگی می رسد شروع به میوه دادن می کند و بالاترین باروری خود را در سنین پنجاه سالگی دارد .

از تمام قسمتهای درخت گردو استفاده طبی به عمل می آید .

خواص داروئی:

گردو از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است روغن گردو که از قدیم برای پختن غذاها از آن استفاده می شد است روغنی است به رنگ زرد روشن که دارای طعم مطبوع و ملایم است و باسانی تند (اکسیده) می شود.

۱)گردو خون ساز و تصفیه کننده خون است

۲)گردو درمان کننده بیماریهای ریوی است

۳)گردو مسکن دل پیچه است

۴)اگر از گردو و عسل و مربا درست کنید برای اشخاص لاغر وتقویت و تحریک نیروی جنسی مفید است.

۵)مربای گردو ملین بوده و آپاندیس را تقویت می کند

۶)خوردن گردو از تشکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا جلوگیری می کند

۷)پوست درخت گردو و پوست سبز گردو قابض است

۸)خوردن گردو برای تقویت جنسی مفید است

۹)گردو را با انجیر و موز بخورید مقوی حواس و مغز است

۱۰)اگر پوست تاز گردو را به دندان و لثه بمالید لثه و دندان را تقویت می کند

۱۱)دم کرده برگ درخت گردو برای درمان ورم مفاصل مفید است

۱۲) ۵۰ گرم برگ گردو را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت چند دقیقه بجوشانید این جوشانده برای شست و شوی زخم ها و التیام انها بسیار مفید است .

۱۳) دم کرده برگ درخت گردو برای درمان ترشحات زنانه و بیماری سل مفید است

۱۴)جوشانده برگ درخت گردو درمان کننده سر درد ، سرمازدگی و بیماریهای پوستی است

۱۵)شیره قسمت سبز میوه را اگر چند بار روی زگیل بمالید آنرا از بین می برد

۱۶)قسمت سبز و تازه میوه گردو را اگر با آب بجوشانید و موهای خود را با آن رنگ کنید رنگ قهو ه ای به مو می دهد .

۱۷)برگ تازه درخت گردو حشرات موذی مانند بید و ساس را از بین می برد.

۱۸)اگر زن حامله روزی یک عدد گردو بخورد پس از زایمان پوست شکمش زیبایی خود را حفظ خواهد کرد

۱۹)چون گردو دارای مس می باشد بنابراین به جذب آهن در بدن کمک می کند

مضرات :

گردو با داشتن مواد مغذی زیاد غذای بسیار خوبی است ولی نباید در خوردن آن اسراف کرد زیرا زیاده روی آن باعث ورم لوزه و زخم دهـان می شود . مخصوصـا گردو برای گرم مزاج ها خوب نیست و معمولا بهتر است اینگونه افراد بعـد از خوردن گردو دهان خود را بشویند و یا انار ترش و یا کمی سـکنجبین یا سرکه بخورند . مغز گردو لطیف است و در اثر ماندن کهنه می شود ورنگ آن زرد یا قهو ه ای و طعمش تند می شود و باعث مسمومیت خواهد شد و نباید از آن استفاده شود .

مرجع: کتب طب سنتی

اسفناج(اسفاناج)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

اسفناج Spinach

نام علمی Spinacia oleracea

گیاه شناسی

اسـفناج گیـاه بومی ایران است و از اوائـل قرن اول میلادی کم کم به نقـاط دیگر دنیا راه یافت . بطوریکه در تاریـخ مسـطور اسـت اسفناج در قرن هفتم در چین و در قرن دوازدهم در اسپانیا کشت میشده است . کشت اسفناج در سال ۱۸۰۶ در آمریکا شروع شد . اسـفناج گیـاهی است یکسـاله دارای سـاقه ای راست به ارتفاع نیم متر که برگهای آن پهن و نرم مثلثی شـکل برنگ سبز می باشـد . اسفناج نسبت به سرمای زمستان مقاوم است .

دو نوع اسـفناج وجود دارد که بنام پائیزه و بهاره نامیده می شود . اسـفناج بهاره در فصل بهار کاشـته می شود و به اسـفناج انگلیسی معروف است . نوع پائیزه آن که به خاک بسـیار غنی احتیاج دارد در پائیز کاشـته می شود . گلهای اسـفناج برنگ سبز کمرنگ می باشد .

اسفناج چون دارای مواد غذایی فراوانی است کشت آن امروز در تمام نقاط دنیا معمول است .

خواص داروئی:

برگ اسفناج از نظر طب قدیم ایران کمی سرد و تر است و برخی عقیده دارند که متعادل است یعنی نه سرد است و نه گرم .

۱) برگ اسفناج منبع غنی ویتامین C ، B۳ ، A و آهن و پتاسیم می باشد .

۲) بدن را قلیایی می کند .

۳) خنک کننده است و برای پائین آوردن تب مفید است .

۴) ورم روده کوچک را رفع می کند .

۵)برای ورم ریه مفید است .

۶)ملین است و یبوست را برطرف می کند .

۷)برای لاغر شدن و وزن کم کردن مفید است .

۸) اسفناج بدلیل داشتن ماده ای بنام اسپیناسین هضم غذا را تسریع می کند . این ماده باعث تحریک معده و ازدیاد ترشحات آن می شود .

۹) خوردن اسفناج در رفع تشنگی موثر است .

۱۰)برای از بین بردن ورم و درد گلو مفید است .

۱۱) برای رفع سرفه های خشک برگ اسفناج را با جو پوست کنده و روغن بادام بپزید و بخورید .

۱۲)آش اسفناج با گشنیز برای سردردهایی که ناشی از سوء هاضمه و اختلال دستگاه گوارشی است مفید می باشد .

۱۳)اگر آش اسفناج را با آب لیمو و سماق و یا آب غوره بخورید سردردهای ناشی از اختلال کیسه صفرا را برطرف می کند .

۱۴) خوردن اسفناج از سرطان جلوگیری می کند مخصوصا در افرادی که به مصرف سیگار دست دارند .

۱۵)حقیقات دانشمندان نشان داده است که اسفناج در پیشگیری سرطان روده بزرگ ، معده ، پروستات حنجره و رحم موثر است .

۱۶)اسفناج کلسترول خون را پائین می آورد .

۱۷)بهترین دارو برای کسانی است که مبتلا به کم خونی هستند .

۱۸) اسفناج مانند جارو روده بزرگ را تمیز می کند .

۱۹)ترشحات لوزالمعده را افزایش می دهد .

۲۰)اسفناح سبزی مفید برای تقویت اعصاب است .

۲۱)اسفناج پته برای رفع بیماری آسم و گرفتگی صدا بسیار موثر است .

۲۲)روماتیسم و نقرس را درمان می کند .

۲۳)برای زیاد کردن شیر در مادران شیر ده موثر است .

۲۴) سابقا نوعی شربت از اسفناج تهیه شد که در معالجه خونریزیها و کم خونی از آن استفاده می کردند .

۲۵) تخم اسفناج ملین و خنک کننده است .

۲۶)تخم اسفناج برای برطرف کردن ورم کبد و یرقان مفید است .

۲۷)اسفناج تعداد گلبولهای قرمز خون را افزایش می دهد .

۲۸) اسفناج چون دارای کلروفیل است عضلات روده را تحریک کرده و تخلیه مدفوع را آسان می کند .

۲۹) اگر کسی مبتلا به حبس البول یعنی بند آمدن ادرار است می تواند با مخلوط نصف فنجان آب اسفناج این ناراحتی را درمان کند . با همان مقدر روغن بادام یا روغن زیتون مخلوط کرده و باو بدهید .

۳۰)اسفناج را در سالاد خود بریزید و میل کنید .

مرجع: کتب طب سنتی

میخک

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد :

توضیحات:

میخک Clove

نام علمی caryophillium aromaticus

گیاه شناسی

درخت میخک بومی جزائر اندونزی و اقیانوسیه است و بعلت زیبایی خاصی که دارد امروز در بیشتر نقاط دینا بعنوان درخت زینتی پرورش داده می شود . البته در مناطق سردسیر این گیاه در گلخانه و گرم خانه نگهداری می شود .در قدیم الایام میخک ادویه ای

گران قیمت بوده که تنها پادشاهان و ثروتمندان مکی می توانستند از آن استفاده کنند

میخک درختی است کوچک و مخروطی شکل که برگهای آن هیچ وقت زرد نمی شود ودر تمام طول سال سبز است . ارتفاع این درخت تا ۱۰ متر می رسد . برگهای آن نوک تیز و بیضوی و دم برگهای آن قرمز رنگ است و به درخت زیبایی مخصوصی می دهد

گلهای میخک کوچک و مجتمع بصورت خوش هایی شامل ۱۰ تا ۲۵ گل می باشد .

وجه تسمیه این درخت بدین دلیل است که غنچه های خشک شده آن که کوچک و بطول یک سانتی متر است بشکل میخ کوچک می باشد .

خواص داروئی:

میخک یعنی خشک شده غنچه درخت میخک از دو هزار سال پیش بعوان ادویه بکار می رفته است . میخک از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است .

۱)برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آنرا روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید .

۲)میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانیکه حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند.

۳)میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد .

۴)برای رفع سردرد مفید است

۵)در برطرف کردن فلج و لقوه موثر است

۶)ضعف اعصاب را درمان می کند

۷)برای رفع تنگی نفس مفید است

۸)کسانیکه مبتلا به بیماری وسواس هستند برای درمان آن باید میخک بخورند

۹)مقوی معده و جهاز هاضمه است

۱۰)کبد و کلیه را تقویت می کند

۱۱)سکسکه را برطرف می کند

۱۲)برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان مفید است بدین منظور باید ۲ گرم از پودر میخک را با شیر مخلوط کرده و هر روز بمدت یک هفته از آن استفاده کرد

۱۳)کسانیکه قطره قطره ادرار می کنند برای درمان آن باید چای میخک بنوشند

۱۴)میخک اشتهاآرو است

۱۵)بدن را تقویت می کند

۱۶)برای ترمیم قرنیه چشم و برطرف کردن لکه در چشم ، می توان چند قطره از محلول آبی میخک در چشم بچکانید .

۱۷)میخک تب بر است

۱۸)میخک کرم کش است و داروهای کرم کش دارای میخک می باشند

۱۹)برای گردش خون و قلب مفید است

۲۰)اسهال و دل درد را تقویت می کند

۲۱)برای درمان کمردرد ، چای میخک و یا دو قطره اسانس میخک را با آب گرم و یا چای مخلوط کرده و بنوشید .

۲۲)نوشیدن یک فنجان چای میخک بعد از غذا گاز و درد معده را از بین می برد

۲۳)استفاده از میخک گرفتگی عضله را از بین می برد

مرجع: کتب طب سنتی

صبر زرد

طریقه مصرف:

درذیل به آن اشاره خواهد شد :

توضیحات:

صبرزرد Aloe

نام علمی Aloe vera

گیاه شناسی

صبر زرد یکی از گیاهانی است که قبل از میلاد مورد مصرف مردم بوده است . کلئوپاترا ملکه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ می داد که از شر آتاب مصر در امان باشد وحتی مصریان آنرا برای مومیائی مدرگان خود بکار می بردند . .

صبر زرد فاقد ساقه بوده ولی برگهای آن دراز و تا ارتفاع ۳۰ سانتیمتر می رسد . گلهای این گیاه برنگ زرد می باشد که در انتهای ساقه ای که از وسط برگها خارج می شود می روید .

خواص داروئی:

صبر زرد از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است شیرابه آن به مصرف طبی می رسد .

۱)تقویت کننده بدن است

۲)یبوست را برطرف می کند و روده ها را تمیز می کند

۳)برای معالجه آسم مفید است

۴)سوء هاضمه را برطرف می کند

۵)در معالجه صرع مفید است

۶)اثر ضد کرم دارد

۷)خون را تصفیه می کند

۸)برای برطرف کردن خارش ناشی از گزیدگی حشرات شیرابه آنرا روی پوست بمالید

۹)اگزما را درمان می کند

۱۰)برای معالجه اسهال خونی مفید است

۱۱)برای رفع ریزش مو ، شیرابه آنرا به سر مالیده و موها را با آن ماساژ دهید

۱۲)گرفتگی کبدی را برطرف می کند

۱۳)برای التیام زخم ها شیرابه آنرا روی زخم بمالید

۱۴)صبر زرد بهترین کرم مرطوب کننده است برگها را بشکنید و ژله آنرا به پوست بمالید

۱۵)مبتلایان به بیماری قند می توانند با مصرف این گیاه قند خون خود را کنترل کنند اما باید توجه داشته باشید که این گیاه بسیار تلخ میباشد.

۱۶)برای شستن چشم و زخم ها شیرابه صبر زرد را با آب مخلوط کرده و استفاده کنید

مضرات :

صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطری ندارد ولی مقدر زیاد آن باعث اسهال خونی می شود ضمنا زنان شیدره نباید از آن استفاده کنند زیرا صبر زرد از طریق شیر وارد بدن طفل می شود و ایجاد اسهال می کند . این گیاه نیز برای زنان حامله خوب نیست زیرا ممکن است باعث سقط جنین شود.

مرجع: کتب طب سنتی

شیرین بیان

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

شیرین بیان Liquorice - Licorice

نام علمی Glycyrrhiza globra

گیاه شناسی

شیرین بیان گیاه بومی ناطق مدیترانه است و در ایران در اکثر نقاط کشور می روید . شیرین بیان گیاهی است چند ساله و دارای ساقه ای بطول یک متر که در نواحی معتدل تا ارتفاع دو متر می رسد . برگهای آن مرکب از تعدادی برگچه های فدر و سبزرنگ می باشد . گلهای آن برنگ بنفش ، سفید . زرد است میوه آن مانند نیام و محتوی ۵ تا ۶ دانه می باشد .

ریشه شیرین بیان بطور خیلی عمیق در زمین فرو می رود . پوست ریشه قهوه ای سیر وسیاه است . مغز ریشه زرد رنگ بوده و طعم آن بسته بانواع مختلف تغییر می کند . مثلا شیرین بیان اسپانیا طعم ملایم دارد در حالیکه شیرین بیان یونان دارای طعم تلخ است .

خواص داروئی:

شیرین بیان از منظر طب قدیم ایران معتدل است .

شیرین بیان را بصورت قطعات کوچک به قطر ۰/۵ سانتیمتر و طول ۱/۵ سانتیمتر بفروش می رسانند .

۱)مهمترین خاصیت شرین بیان که جدیدا کشف شده است و در آلمان و اروپا و آمریکا استفاده می شود درمان کننده زخم معده و سرطان معده است برای این منظور شربت شیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدار یک قاشق غذا خوری قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تا ۴ ماه تکرار کنید شخص معالجه خواهد شد .

۲)برای تقویت عمومی بدن مفید است

۳)خوردن آن از پیری جلوگیری می کند

۴)برای نرم کردن سینه موثر است

۵)زخم ها و تاول های پوست را با چای شیرین بیان شستشو دهید تا زود خوب شود .

۶)ملین است و معمولا آنرا با گیاهان دیگر مخلوط می کنند که انقباضات را کم می کند

۷)مدر و عرق آور است

۸)برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکید .

۹)سرفه را برطرف می کند

۱۰)ورم معده را برطرف می کند

۱۱)تنگی نفس را تسکین می دهد

۱۲)برای درمان سوء هاضمه مفید است

۱۳)برای از بین بردن نفخ شکم مفید است

۱۴)چشم را تقویت کرده و رفع سردرد می کند برای این منظو از فرمول زیر استفاده کنید :

۲ گرم ریشه شیرین بیان را پودر کرده و با یک گرم شکر و یک گرم رازیانه مخلوط کنید سپس آنرا در آب خیس کرده و هر روز بخورید.

۱۵)برای درمان موخوره چای شیرین بیان را به سر بمالید .

۱۶)برای رفع بوی بد زیر بغل و پا از برگ های شیرین بیان پماد درست کرده و در این قسمت ها بگذارید .

۱۷)شیرین بیان را اگر قبل از غذا مصرف کنید برای لاغری موثر است.

مرجع: کتب طب سنتی

تمبر هندی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

تمبر هندی Tamarind

نام علمی Tamarindus indica

گیاه شناسی

تمبر هندی که از Tamaria Hindi مشتق شده و به معنای میوه هندی می باشد . تمبر هندی درختی است بلند که منشا آن از هند و آفریقای شمالی بوده است ولی امروزه در بیشتر مناطق گرمسیر دنیا پرورش می یابد .

برگهای آن متناوب و مرکب شامل ۱۰ تا ۲۰ جفت برگچه فشرده و نزدیک بهم است . گلهای آن به رنگ زرد مایل به قرمز و به شکل خوشه در انتهای ساقه ظاهر می شود .

میوه آن شبیه باقلا به شکل غلاف و نیام و با کمی خمیدگی است . این غلاف به طول ۱۰ سانتیمتر می باشد که در آن بین ۳ تا ۱۰ دانه قرار دارد .

برای تهیه تمبر هندی ها میوه ها را شکافته و قسمت گوشتدار آنها را با هسته بیرون آورده و خشک می کنند .

خشک کردن تمبر هندی طرق مختلفی دارد و در هر منطقه فرق می کند . مثلاـ در جزایر آنتیل قسمت گوشتدار آنرا در ظرف بزرگی که دارای شربت غلیظی در حال جوش است وارد می کنند تا شربت در منافذ میوه نفوذ کرده و آنرا حل کند .

. خواص داروئی:

تمبر هندی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است .

۱)خوردن تمبر هندی باعث پائین آمدن تب می شود .

۲) به هضم غذا کمک می کند .

۳)تمبر هندی خنک کننده بدن است .

۴)برای رفع تشنگی مفید است .

۵)دل بهم خوردگی و تهوع را برطرف می کند .

۶)پوست تمبر هندی قابض و رفع کننده اسهال است .

۷)پوست تمبر هندی قابض و رفع کننده اسهال است .

۸)بهترین طریقه استفاده از تمبر هندی این است که این ماده را درآب خیس کنید و سپس آنرا صاف کرده و با نبات بخورید .

۹)دم کرده تمبر هندی نیز اثر ملین دارد . برای تهیه دم کرده یک قاشق غذا خوری تمبر هندی را با نیم لیتر آب جوش مخلوط کرده و به مدت یک ساعت بگذارید بماند سپس این دم کرده را در طول روز مصرف کنید .

۱۰)تمبر هندی را بپزید و ضماد از آن درست کنید . این ضماد را روی ورم و قسمتهای دردناک بدن بگذارید .

مضرات :

تمبر هندی برای ریه و طحال خوب نیست و در اشخاصی که ریه و طحال ضعیف دارند ممکن است تولید اشکال کند . اینگونه اشخاص بهتر است که تمبر هندی را با کتیرا و یا خشخاش بخورند .

مرجع: کتب طب سنتی

زرد آلو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

زردآلو Apricot

نام علمی Armeniaca bulgar

گیاه شناسی

درخت زرد آلو بومی نواحی چین می باشد و هنوز هم بصورت وحشی در این مناطق می روید این درخت در اوائل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت .

درخت زردآلو تا ارتفاع ۶ متر می رسد برگهای آن مانند قلب نوک تیز و برنگ سبز روشن مایل به زرد می باشد . گلهای زردآلو درشت و برنگ سفید متمایل به قرمز است .

میوه آن گوشتی و زرد رنگ با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابستان میرسد.

هسته زردآلو صاف ، قهو های و بیضی شکل است، مغز آن در داخل هسته قرار دارد که طعم آن شیرین و گاهی تلخ می باشد .

خواص داروئی:

خواص درمانی زردآلو

زردآلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است

۱)تصفیه کننده خون است

۲)عروق را باز می کند

۳)ملین است

۴)بوی بد دهان را رفع می کند

۵)تب بر است

۶)بعلت داشتن کبالت برای کم خونی مفید است

۷) ورم مفاصل را برطرف می کند

۸) ضد نرمی استخوان است

۹)برای قلیایی کردن بدن مفید است

خواص درمانی هسته وبرگ زردآلو

مغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است .

۱- مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است

۲-روغن مغز هسته زرد آلو را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می کند .

۳-روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است

۴-روغن مغز هسته اگر تلخ باشد کشنده کرم معده و روده است

۵-روغن تلخ هسته ورم مقعد را از بین برده و سنگ مثانه را خرد می کند.

۶-دم کرده برگ زردآلو برای قطع اسهال مفید است

۷-برای تسکین گوش درد چند قطره از دم کرده برگ زردآلو را در گوش بچکانید .

مضرات :

زردآلو بطور کلی دیر هضم ، ثقیل و نفاخ است . اشخاص سالخورده و کودکان باید از زیاد خوردن آن احتراز کنند . همیشه باید زردآلو را قبل از غذا خورد و همراه با آن هسته آنرا نیز تناول نمود زیرا هسته زردآلو ضد نفخ بوده و هضم آنرا آن آسان می سازد

مرجع: کتب طب سنتی

گریپ فروت

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

گریپ فروت

فواید : سرشار از ویتامین «ث» و پتاسیم است.

منبعی غنی از فولات، آهن، کلسیم و سایر مواد معدنی می باشد انواع سرخ و صورتی آن انباشته از کاروتن یعنی زمینه ساز ویتامین «آ» است.

فیبر گیاهی اش فراوان ولی مقدار کالری اش جزئی است. دارای بیوفلاونوید و شماری دیگر از مواد گیاهی است که از انسان در مقابل بروز سرطان و بیماری های قلبی مراقبت می کنند.

- میوه ی گریپ فروت ، اشتها را تقویت می کند .

- گریپ فروت ، عمل هضم را آسان می کند و جریان عصیر معدی و ترشح کیسه ی صفرا را سرعت می بخشد .

- گریپ فروت دارای ویتامین های «ث» و «پ» است . این دو ویتامین در حفظ سلامت قلب و عروق بدن مؤثرند .

- گریپ فروت به تولید قند و مواد حیاتی دستگاه بدن کمک می کند .

- گل های گریپ فروت ، خاصیت ضد تشنج و لرز را دارد و دم کرده ی آن را موقع تشنج زکام و تب می نوشند .

ـ اگر گریپ فروت را صبح ناشتا بخورند ، خواص ادرارآور آن زیاد می شود و سموم را از بدن خارج می کند.

ـ گریپ فروت ، خون را تصفیه می کند و کلیه و کبد را پاک می سازد .

ـ گریپ فروت ، ضد خون ریزی بواسیر است .

ـ گریپ فروت ، میوه ای خنک است و عطش را رفع می کند .

ـ گریپ فروت ، اختلالات مفصلی را درمان می کند .

ـ گریپ فروت ، برای کسانی که موهای سرشان می شکنند ، تجویز می شود .

ـ گریپ فروت ، برای کسانی که عفونت های ریوی و تب خیز دارند مفید است .

– گریپ فروت ، علاوه بر مواد معدنی (آهن و کلسیم) دارای ویتامین های « آ»، « ب ـ۱» ، « ب ـ۲» ، « ث » و « پ پ » است .

– گریپ فروت، میوه ای توپر، خوش طعم و مغذی است.

– هم چنین ۳۲۵ گرم پتاسیم، ۲۵ میکروگرم فولات، ۴۰ میلی گرم کلسیم و۱ میلی گرم آهن دارد.

یک فنجان حاوی گریپ فروت شیرین نشده(بدون شکر) به مقدار ۹۵ میلی گرم ویتامین «ث».

درگذشته، بسیاری از مردم، ازخوردن گریپ فروت بدون شکر، به خاطره عصاره ی تلخ و ترش آن، خودداری می کرده اند، ولی به طور معمول با آمیختن آب گریپ فروت سرخ یا صورتی با سفید، مزه ی شیرین حاصل می شود.

اگر آب پرتقال یا گریپ فروت را با هم در آمیزیم، نوشابه ای نیروبخشی پدید می آید که نیاز به شیرین کردن ندارد.

– گریپ فروت از قدرت بی نظیری برای سوزاندن و از بین بردن چربی ها برخوردار است.

چنان چه می خواهید از وزن تان بکاهید، روزانه پیش ازهرخوراکی، آن را بخورید تا جلوی پرخوری تان را بگیرد، در ضمن میان وعده ی ایده آلی به شمار می رود.

جالب این که گریپ فروت سرشار از پکتین (الیاف گیاهی حل شدنی) است که به کاهش کلسترول خون کمک می کند.

به عنوان مثال، گریپ فروت های سرخ وصورتی، سرشار از لیکوپن هستند واین ماده، یک ماده ی ضد اکسید کننده است که به نظر می آید خطر بزرگ شدن پروستات را تقلیل می دهد.

مضرات : امکان دارد در افراد حساس به مرکبات، واکنش حساسیت زا ایجاد کند.

افرادی که به مرکبات حساسیت دارند ، احتمالا در برابر گریپ فروت نیز از خود حساسیت نشان می دهند . این حالت ممکن است به خاطر خود میوه یا روغن موجود در پوست آن باشد.

مرجع: کتب طب سنتی

سیر

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

سیر Garlic

نام علمی Allium sativum

گیاه شناسی

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد . قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می باشد . برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گلهای آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود .

سیر وپیاز رابطه ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می باشد .

در مصر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار می رفته است . هومر شعر باستان در نوشته های خود از آن یاد برده است .

مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می شناختند و از آن استفاده می کردند .

بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است .

سه نوع سیر وجود دارد :

۱–سیر آمریکایی بنام Greole نامیده می شود . این نوع سیر دارای پوست سفید بوده و از انواع دیگر قوی تر است .

۲–سیر تاهیتی که از بقیه درشت تر است و گاهی قطر آن به ۸ سانتیمتر می رسد .

حضرت محمد (ص) برای سیر ۷۰ خاصیت مختلف قائل شده اند و می فرمایند :

از سبزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دوای هفتاد درد است اما آنکس که سیر وپیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود .(به علت بوی بد دهان)

خواص داروئی:

سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می شود برای تغییر طعم غذا مصرف می شود .

۱)سیر بادشکن وضد عفونی کننده است .

۲)خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می دهد .

۳)سیر کرم کش است .

۴)سیر محرک و تقویت کننده بدن است .

، برای درد گلو میتوانید یک حبه از سیر را رنده کرده و یک قاشق مربا خوری آبلیمو به آن اضافه نمایید سپس میل کنید، اگر این کار را چند بار انجام دهید برای درد گلو داروی مفیدی میباشد. سیر داروی سرماخوردگی و زکام است .

۶)سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد

۷)سیر خون را رقیق می کند

۸)سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد

۹)خوردن مداوم سیر لقوه و رعشه را از بین می برد .

۱۰)سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را خوب می کند.

۱۱)سیر درمان کننده دردهای مفاصل ، سیاتیک و نقرس می باشد .

۱۲)سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است .

۱۳)آنهائی که قطره قطره ادرار می کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود .

۱۴)سیر زخم های ریه و درد معده را از بین می برد .

۱۵)سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد .

۱۶)سیر را با زیره بپزید برای تقویت دندان مفید است .

۱۷)مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد .

۱۸)سیر را بسوزانید وبا عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است .

۱۹)سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است .

۲۰)برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید .

۲۱)جهت رفع دردهای رماتیمسی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است .

۲۲)جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید :

مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود . مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است .

۲۳)جدیدا در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضدعفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده میکنند .

۲۴)پاستور پزشک معروف فرانسوی آزمایشات زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تائید کرده است .

۲۵)سیر ضد انعقاد و لخته شدن خون است .

۲۶) در شوروی سیر بنام پنی سیلین معروف است و معمولا هنگامیکه آنفولانزا شیوع دارد، مصرف آن بالا می رود درچندسال پیش که آنفلوانزا شیوع پیدا کرد مردم شوروی ۵۰۰ تن سیر مصرف کردند .

۲۷)خوردن سیر سلولهای سرطانی را از بین می برد .

۲۸)یکی از دانشمندان آمریکایی که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحققی می کند معتقد است که سیر روی مرض ایدز اثر مثبت دارد .

۲۹)مصرف سیر مقدر کلسترول خون را پائین می آورد . مقدار LDH را کاهش می دهد . مقدر مصرف سیر برای این منظور ۳۰ گرم در روز است . جالب است که با مصرف سیر در چند ماه اول مقدر کلسترول ممکن است بالا رود و این بدین علت است که کلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون می شود که از آنجا دفع گردد بعد از اینکه کلسترول بحالت نرمال رسید باید برای نگهداری آن روزی نصف سیر خام مصرف کرد . گ

۳۰)خوردن سیر از سرطان جهاز هاضمه جلوگیری می کند .

۳۱)چینی ها قرن هاست که برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند .

مضرات :

سیر با آنکه خواص بسیاری دارد باید بحد اعتدال مصرف شود زیرا استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد ، ضعف نیروی جنسی ، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود . سیر برای آنهائیکه اسهال دارند مضر است .

آنهائیکه معده ضعیف دارند و بطور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند .

کسانیکه یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی به آن روغن بادام یا کره اضافه کنید تا مضر نباشد .

مرجع: کتب طب سنتی

هندوانه

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

هندوانه Watermelon

نام علمی Citrullus vulgaris

گیاه شناسی

هندوانه گیاهی است یکساله و یک پایه ساقه آن خزنده و پیچک دارد و برگهای آن پهن با بریدگیهای عمیق می باشد . گلهای آن کوچک و زردرنگ است . میوه آن رگدار یا دراز . پوست آن سبز رنگ و داخل آن قرمز می باشد . تخمه هندوانه بر حسب انواع مختلف آن ممکن است سیاه ، قرمز ، سفید و یا زرد باشد .

خواص داروئی:

هندوانه از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است . گرما را برطرف می کند و بهترین میوه تابستان است .

۱)هندوانه مدر است و به پائین آوردن فشار خون کمک می کند

۲)هندوانه معده را تقویت می کند

۳)پوست سفید داخل هندوانه برای زخم گلو و دهان بسیار موثر است

۴)مغز تخمه هندوانه کرم های معده و روده را از بین می برد

۵)هندوانه برای ورم مثانه مفید است

۶)هندوانه بدن را تازه شاداب می کند

۷)هندوانه برای اشخاص گرم مزاج بسیار خوب است

۸)آب هندوانه مخلوط با سکنجبین علاج کننده یرقان و دفع کننده سنگ کلیه است

۹)برای خنک کردن بدن در روزهای گرم تابستان هندوانه را با شکر بخورید

۱۰)برای برطرف کردن تب و اخلاط بدن هندوانه را با شیر خشت بخورید

۱۱)برای رفع خارش بدن هندوانه را با تمبر هندی بخورید

۱۲)هندوانه را باید همیشه بین دو غذا خورد یعنی تقریبا سه ساعت بعد از غذا و یکساعت قبل از غذا . زیرا اگر بلافاصله بعد از غذا خورده شود در هضم غذا اختلال ایجاد می کند همچنین نباید آنرا با میوه های دیگر مخلوط کرد زیرا تولید نفخ شکم می کند

مرجع: کتب طب سنتی

سمنو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

سمنو را از عصاره جوانه گندم تازه و آرد کامل گندم تهیه می کنند. سمنو خوشمزه وشیرین است و این در حالی است که به آن هیچ نوع ماده شیرین کننده اضافه نمی کنند. علت شیرینی آن ترکیب عصاره جوانه گندم با آرد کامل است که طعم شیرین به آن

می دهد. مواد و ویتامین های موجود در گندم و جوانه آن ارزش غذایی فراوانی دارد. سمنو به سلامت افراد و پیشگیری از پاره ای از بیماریها کمک می کند. جدول زیر به بررسی مواد مفید آرد و عصاره و مقایسه آن با آرد تصفیه شده نشان می پردازد.

سمنو دارای ویتامین های K-E-A و گروه ویتامین های B۱, B۳, B۵, B۸,B۱۲ و مواد مهم دیگر مانند: فسفر، کرومیوم، روی، سلنیوم، آهن و مس است.

سمنو مغذی و انرژی زا است و بویژه برای ورزشکاران پرورش اندام بسیار مفید است.

سمنو داروی طول عمر و آرامش اعصاب است. سمنو شیرافزا است از این رو هم برای مادران شیرده و هم به علت مقوی بودن برای زنان باردار بسیار مفید است. از دیگر موارد مفید درمانی سمنو می توان به اثرات شفابخش آن در درمان سوءهاضمه، نازایی، سختی زایمان، سنگ کیسه صفرا و اختلال صفرا، پادرد، کندی ضربان قلب، ریزش مو، لاغری، یبوست، واریس، قندخون و دیابت، رشد قد، بی خوابی عصبی، احتلام، تصلب شرائین و کلسترول، ضعف حافظه، بیماران دوره نقاهت، S.M، بهت زدگی، پرکاری تیروئید، اسکیزوفرنیا، سایکوز، فسفات در ادرار، خون ادراری، ترمیم زخم ها، فلج مغزی، مقاومت در برابر عفونت، بهبودی زخم های قرنیه، بیماری رینود، اکرودینی، کولی باسیلوز، بری بری، شارکو، هوابلعی، مخملک، کوریزای مزمن، پیستوریازیس، ورم دستگاه تناسلی، تب برفکی، ورم میزراه، سرگیجه های منی پر، کم خونی هیپوکروم، آرتروز، ورم زبان همراه بار، آرتریت پا و شبیکه، پارکینسون، عوراض یائسگی، پورپورا، اسپرو، اسکروفولوس، هپاتیت، یرقان، یرقان نوزادی، کمک به ترمیم شکستگی استخوان و عقیم بودن، به عنوان غذا و کمک درمانی مفید و مؤثر است. در داخل این غذای بهشت که تزئین بخش سفره هفت سین است، بادام های شیرین (سنگی) می ریزند که نماد و مایه برکت است. این بادام ها را پس از پختن از سمنو خارج می کنند، تعدادی از آنها را به عنوان برکت کیف پول در داخل کیف پول قرار می دهند تا باعث فراوانی پول و ثروت گردد.

بادام، حاوی ویتامین E و B? و مقدار فراوانی از فسفر، پتاسیم، منیزیم، کلسیم، گوگرد، سدیم، آهن، قند، مواد ازته و چربی است که به هنگام طبخ سمنو، جذب آن شده و باعث مقوی شدن بیشتر این غذا می گردد. مصرف سمنو باعث تقویت عمومی بدن بویژه استخوان ها می گردد و غذای بسیار مفیدی برای زنان بویژه زنان باردار، بچه شیرده و یائسه محسوب می شود.

مرجع: کتب طب سنتی

جوز هندی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

منشا جوز هندی از از شرق اندونزی و شرق هند در جزایر ملوک است و در آن مناطق یکی از پایـــه های اقتصاد به شمار می رود. از جوز هندی در این مناطق به صورت خشک شده و بیشتر برای چاشنی غذا استفاده می شود. در واقع باید گفت پوسته ی خشک شده ی اطراف دانه در جوز هندی لذیذترین چاشنی برای غذا به کار می رود که البته مقادیر زیاد آن موجب ایجاد حالت رخوت و سستی و سپس اعتیاد به ماده ی آلکالوئیدی آن می شود.

جوز هندی درختی است دوپایه، به ارتفاع ۸ تا۱۰ متر و دارای برگهای دائمی که در جزائر ملوک به صورت وحشی می روید. شکل ظاهری آن بی شباهت به درخت نارنج نیست زیرا بر روی شاخه های متعدد آن برگهایی متناوب، ساده، کامل، موجدار، بیضوی، نوک تیز، بدون استیبول و چرمی شبیه برگ درخت نارنج به وجود می آید. سطح فوقانی پهنک برگ به رنگ سبز تیره ولی سطح تحتانی آن روشن تر و به رنگ سبز مایل به سفید است. در طول شاخه های آن گلهای نر و ماده بر روی دو پایه به وجود

می آید.

گلهای نر آن دارای پوششی ضخیم، گوشتدار و منقسم به سه قسمت نوک تیز اند و به صورت مجتمع بر روی شاخه قرار می گیرند. در گلهای ماده نیز پوششی شبیه گلهای نر وجود داردو دارای یک تخمدان تک خانه است که از لقاح آن یک میوه ی سته شبیه هلو و محتوی دانه های بیضوی محصور در یک پوشش گوشتی و قرمز رنگ تبدیل می شود.

قسمت مورد استفاده ی این درخت دانه و پوشش اطراف آن است. بهره برداری از این درخت معمولاً از پایه های ۷ ساله شروع می شود و در سن ۲۵ سالگی نیز حداکثر مقدار میوه از آن به دست می آید و چون در تمام سال میوه بر روی درخت وجود دارد در هر فصلی می توان از درخت بهره برداری به عمل آورد. ولی بهترین موقع زمانی است که هنوز میوه ها در حال باز شدن باشند. میوه ی رسیده ی گیاه پس از باز شدن دانه هایی خارج می سازد که درون محفظه ای به رنگ قرمز نهفته می باشند. دقت در وضع دانه ی گیاه نشان می دهد که ارتباط دانه با محفظه ی مذکور منحصراً از راه قاعده ی آن است. هر دانه را نیز از خارج پوسته ی سختی به رنگ قهوه ای که دارای شیارهای عمیق منشعب از قاعده است، در بر می گیرد.

اگر پوسته ی سخت دانه از آن جدا شود، مغز آن ظاهر می گردد که سطحی چین خورده دارد و وجموعاً به رنگ خاکستری جلوه می نماید. بوی آن مخصوص و طعمش تند روغنی معطر و بسیار مطبوع است.

پس از چیدن میوه ها دانه های محصور در پوشش خارجی را در آب نمک می خیسانند و پس از آن که با این عمل پوشش خارجی دانه (Macis) از آن جدا گردید، دانه ها را بر روی شاسی ها تحت اثر گرمای ملایم به نحوی که به خوبی تهویه گردند قرار می دهند و مرتباً هر دو روز یک بار آنها را زیر و رو می کنند. با این روش در طی مدت دو ماه مغز درون دانه از پوسته ی آن ازاد می گردد (بر اثر خشک شدن و از دست دادن آب). در این هنگام با قطعه چوب سبک وزنی ضربات ملایم بر روی پوسته ی آن وارد می آورند و مغز دانه را از پوسته جدا می سازند.

ترکیبات شیمیایی- دانه ی گیاه که موسکاد نامیده می شود دارای آمیدون، مواد آلبومینوئیدی، مواد چرب جامد به مقدار ۳۵ تا ۴۰ درصد، اسانس ۸ تا ۱۵ درصد و رزین است.

اسانس موسکاد مایعی بیرنگ با کمی تمایل به زردی دارای بوی معطر و طعم گرم و سوزاننده است. در ترکیب آن نیز مخلوطی از پنین، کامفن راست (۸۰درصد)، دیپانتن، الکلهای ترپنی، کمی اوژنول، سافرانین، میریستین و... یافت می شود.

بوردو موسکاد ماده ی چرب مغز دانه ی گیاه است که برای تهیه آن مغز دانه ها را به صورت گرد در آورده بر روی غربال مویی می گسترانند و تحت اثر بخار آب قرار می دهند تا مواد چرب آن به حالت مایع و قابل استخراج در آید. سپس آن را به سرعت تحت اثر فشار صفحات آهنی سفید که قبلاً به علت قرار گرفتن در آب جوش کاملاً داغ شده است قرار می دهند. چون ماده ی روغنی که تحت اثر فشار صفحات آهنی گرم از گرد دانه خارج می شود مقداری آب همراه دارد. برای خارج شدن آب از روغن ظرف محتوی آنها را خنک می نمایند به حدی که آب درون آن سرد شده و جدا شدن روغن از آب میسر می شود. صاف کردن روغن به دست آمده نیز باید در دمای ۱۰۰ درجه صورت گیرد.

خواص درمانی- دانه ی این گیاه و همچنین پوشش خارجی آن (Masic) از مواد محرک و مؤثر است. ولی ادامه ی مصرف آن خطرناک می باشد و مصرف ۷ تا ۱۲ گرم آن موجب مسمومیت می شود. مصرف بی رویه ی اسانس موسکاد ایجاد رخوت و خواب عمیق همراه با کاهش عمل رفلکس ها می کند. سمی بودن آن برای انسان بیشتر از حیوانات است. با توجه به موارد مسمومیت که غالباً از مصرف موسکاد و اسانس آن پیش می آید، باید همواره این نکان مورد دقت قرار گیرد که اولاً اگر مصرف آنها بی رویه و بیشتر از مقادیر درمانی نباشد و ثانیاً ادامه پیدا نکند بی خطر است.

موسکاد و پوشش خارجی آن علاوه بر مصارف درمانی در فرمول عده ای از فراورده های دارویی وارد می شود و به علاوه از ان

در تهیه ی بعضی لیکورهای مقوی قلب و هضم کننده استفاده می شود. بوردوموسکاد در استعمال خارج به صورت مالیدن بر روی عضو برای درمان رماتیسم به کار می رود.

شکلهای دارویی– موسکاد در فرمول الکلای گاروس و همچنین آب ملیس ده کارمس و الکلای فیورواونتی وارد می شود.

بوردوموسکاد در تهیه ی بم نروال و لینیمال دوروزن و یا به طور خالص برای مالش دادن بر روی عضو در رماتیسم به کار برده می شود.

محفظه ی بیرون دانه به مصارف درمانی نمی رسد ولی از آن برای تهیه ی نوعی شراب استفاده می شود.

اسانی موسکاد به عنوان مقوی و به مقدار ۲۵ قطره یا نصف قاشق چایخوری در یک فنجان آب گرم مصرف می شود مشروط بر آن که به طور مداوم به کار نرود.

تولید ادویه جوز هندی در اندونزی به عنوان یک حرفه محسوب می شود و در تمام سال عده ی خاصی به خشک کردن و تولید آن مشغولند. همان طور که گفته شد جوز هندی از طعم بسیار لذیذی برخوردار است و در کشورهای گرمسیری به خصوص طرفداران خاص خود را دارد. جوز هندی به دلیل دارا بودن آلکالوئیدهای خاص تسکین دهنده ی دردهای مفصلی و روماتیسمی است ولی افراط در مصرف آن بر روی بخش کنترل احساسات در مغز تأثیر گذاشته و در واقع آن را تحریک می کند و پس از مصرف آن احساس نشاط و رضایت به همراه سستی و رخوت در انسان پدید می آید.البته مصرف ان بستگی به طبع اشخاص دارد.(برای افراد سرد مزاج بسیار مفید است.) .برای تهیه این میوه دارویی با ما تماس بگیرید.

مرجع: کتب طب سنتی

جینسنگ (jingseng)

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

هزاران سال است که گیاهان برای کسب انرژی ، دور کردن ارواح خبیثه و تقویت ارگان های خاصی از بدن به کار رفته اند ، امروزه نیروبخش های رایج در شرق چون جینسینگ و دانگ گویی (Dang gui) از نیروبخش های غربی چون رزماری و مریم گلی رایج تر و محبوب تر هستند. گیاهان نیروبخش می توانند به روش های متفاوتی طبقه بندی شوند. به عنوان افزایش دهنده انرژی یا کی (Qi) تغذیه کننده خون یا مایعات بدنی ، تنظیم بین اخلاط در پزشکی ایورودایی و منبع انرژی تولید مثل و زاد و ولد می باشد.

یکی از گیاهان نیروبخش و مقوی که مشهوریت زیادی در جهان دارد جینسینگ می باشد که بهتر است آن را گیاه جوانی یا نوشدارو بنامیم. در کتب سنتی و به عربی ریشه گیاه را «جنسه» و «جنسا» می نامند. به فرانسوی و انگلیسی Ginseng و Asiatie ginseng وChinsese ginseng گفته می شود. گیاهی است از خانواد ?عشقه Araliaceae می باشد که نام علمی آن Panax ginseng می باشد.

این گیاه Panax ginseng که بیش از ۵۰۰۰ سال است در چین به کار می رود. برای پزشکان عرب قرن نهم میلادی شناخته شده بود. مارکوپولو در مورد این گیاه شگفت کمیاب نوشته است : «هنگامی که هیئتی از سوی پادشاه سیام بالوئی چهاردهم دیدار کرد گیاه جینسینگ را به او معرفی کردند. از آن پس ثروتمندان اروپایی برای رفع خستگی و ناتوانی از جینسینگ استفاده می کردند. همچنین این گیاه در قرن هجدهم ، در آمریکا هم شهرت یافت ، مخصوصاً وقتی کشف شد که گیاه پاناکس کینکفولیوس

(Panax quonquefolius) در آن قاره بومی است.

مشخصات :

گیاهی است چند ساله ، برگ های آن مرکب دارای ۷-۵ برگچه که به طور گروهی با دمبرگ های خود از یک نقطه خارج و تشکیل یک برگ مرکب را می دهند. هر برگچه ، بیضی با کنار ?دندانه دار منظم ، نوک تیز و با گلبرگ های مشخص می باشد. ریشه گیاه که در قسمت مستعمل آن می باشد دراز، ضخیم یک شاخه یا منشعب و دو شاخه ، طول آن یک متر و بیشتر و قطر آن در ناحیه یقه گیاه تا ۱۰ سانتی متر می رسد. پوست خارجی ریشه گیاه به رنگ زرد ، طعم آن کمی شیرین ، شبیه مغز ریشه شیرین بیان است. البته در بعضی گونه ها اندکی تلخ می باشد. این گیاه در کوهستان های چین و منچوری می روید و از داروهای شفابخش معروف چینی است که هم اکنون در تمام داروخانه های چین و اغلب داروفروشی های اروپا و آمریکا عرضه می شود.

ترکیبات شیمیایی :

از نظر ترکیبات شیمیایی برای اینکه به اسرار خواص شفابخش این ریشه پی برده شود ، مطالعات وسیعی صورت گرفته است و آنچه که تا به حال گزارش شده است این است که این گیاه دارای گلوکوزیدهای استروئیدی به نام پاناکیلون ، یک ساپونین به نام پاناکسوزید یا پاناکسین ، مواد صابونی ، یک اساس روغنی فرار به نام پاناسین و یک هورمون و ویتامین B و ویتامین D ، ترکیبات استیلنی ، استرول ها و سرانجام یک گلوکوزید به نام جینسنگ می باشد.

این دارو تونیک ، محرک ، بازساز و مقوی است. مرکز سیستم اعصاب و تنفس را تحریک می کند و این اثر دارو مربوط به وجود دو گلوکوزید به نام های پانوکسید آ و پانوکسید ب از آن جدا شده اند. از ریشه گیاه ۲-۱ درصد کولین برحسب وزن و بتاسیتوسترول به دست می آید. از این دارو برای تهی ?داروهای جوانی که در ترکیبات داروهای به کار می رود استفاده می شود.

از گزارش دیگری آمده است که در سال ۱۹۷۴ ریشه این گیاه و سایر اعضای اندام گیاه برای یافتن اسرار شگفت انگیز شفابخش آن تحت بررسی دانشمندان قرار دارد و تاکنون چندین ماده عامل فیزیولوژیک از آن جدا شده است، از آن جمله عمده ترین آن عبارتند از پانکسین که مقاومت عضلات را در برابر بی نظمی ها و ناراحتی ها افزایش می دهد و پانکس اسید که متابولیسم و سیستم عروقی را اصلاح می کند و پاناکولین یا پانکس ویلون که روی سیستم غدد مترشحه داخلی یا آندوکرین اثر می گذارد و پاناسن که مرکز اعصاب را تحریک می کند و در آخر جینسنگ برای بیماری قند اثر مثبت دارد.

خواص و کاربرد:

ریشه جینسنگ شاید معروفترین داروهای چینی باشد که از دوران کهن تاریخ تا حال همواره آثار شفابخش آن مورد توجه حکمای طب سنتی قرار داشته است و دارد. از نظر خواص به طور کلی ، نیروبخش ، مقوی ، محرک ، بادشکن و نرم کننده می باشد. بررسی های زیادی روی این ریشه به عمل آمده که به اسرار شفابخش آن در موارد معالجه قطعی بی نظمی های عصبی ، کم خونی ، ضعف ، کمبود تعرق و بی نظمی تنفس ، فراموشی و نسیان ، تشنگی مداوم ، بی میلی جنسی ، خستگی شدید ، سوء هاضمه ، دردهای ناحیه قلب و تهوع و ... پی برده شود. خوردن آن به صورت جوشانده یا عصاره یا به صورت اسانس و یا مستقیماً از جرم گرد ریشه به صورت خام صورت می گیرد. خوراک آن نیرو و توانایی ایجاد می کند تا در دوران نقاهت پس از بیماری ، بی نظمی های غده های بدن و ضعف اعصاب از بین رود و کار طبیعی و شفادهنده آنها اعاده گردد. متابولیسم قندها و هیدراتهای کربن در بدن را منظم می کند و موجب می شود که مصرف اکسیژن به طور مداوم و عادی انجام گیرد و برای آرام کردن اشخاصی که ناراحتی های روانی دارند ، بسیار نافع است و یک نوع مسکن موثر برای مغز می باشد. چند نوع از Panax در بازار دنیا عرضه می شود که از نظر خواص و مرغوبیت در ردیف های متفاوتی قرار می گیرند.

انواع جینسنگ :

۱- جینسنگ کره ای یا چینی(Pnax ginseng) :

در برخی مناطق کوهستانی هند و چین کاشته می شود و از نظر ریشه غده ای آن مورد توجه می باشد. در چین و ژاپن از جوشانده یا دم کرده غد ?زیرزمینی خشک آن برای نرم کردن سینه و به عنوان مقوی معده و تب بر استفاده می شود. در هندوچین جوشانده ساقه ضخیم زیرزمینی به عنوان تقویت و تجدید قوا در دوره نقاهت بیماران و زنان پس از وضع حمل داده می شود. این دارو به عنوان نوشدارو در آن مناطق برای انواع بیماری ها تجویز می شود و اختصاص به یک بیماری خاص ندارد. جینسنگ چینی یا کره ای یکی از نادرترین و گرانترین گیاهان می باشد. یک تونیک تجدید کننده انرژی ، مخصوصاً در طحال و ریه . پژوهش های جدید ، وجود ترکیبات استروئیدی شبیه هورمون های جنسی انسان را در آن نشان داده است. این گیاه باعث تقویت سیستم ایمنی و کاهش خستگی هم می شود. نحوه مصرف به صورت جوشانده و تنتور می باشد که در جوشانده به عنوان تونیک عمومی ۳ تا ۱۰ گرم آن را در ۵۰۰ میلی لیتر آب می جوشانیم و در حالت تنتور که در درمان اسهال ناشی از ضعف دستگاه گوارش مصرف می شود و همچنین در درمان آسم و سرفه مزمن نیز استفاده می شود.

می توان از کپسول حاوی ۵۰۰ میلی گرم تا ۴ گرم از پودر ریشه نیز به عنوان تقویت کننده استفاده نمود.

اگرچه پاناکس جینسنگ عموماً بی خطر است اما عوارض جانبی هم دارد. در دوران بارداری یا در صورت بالا بودن فشارخون از مصرف مقدار زیاد یا به مدت طولانی باید پرهیز کرد. همچنین از مصرف سایر محرک ها مانند چای ، قهوه و نوشابه های کولادار همراه با پاناکس جینسنگ باید خودداری نمود.

۲- پاناکس نوتو جینسنگ (Panax noto ginsing) :

که دارای ساقه زیرزمینی ضخیم است و برای تقویت و جلوگیری از خونریزی ، بندآوری خونریزی خارجی یا داخلی، تف کردن با اخلاط خونی ، خونریزی از بینی ، عادات ماهیانه بیش از حد متعارف و وجود خون در ادرار و مدفوع به کار می رود. عده ای از دانشمندان خواص آن را شبیه خواص گیاه .Cynura pinnatifida Dc می دانند و از نظر قابض بودن و بندآوردن خونریزی و جوش دادن زخمها مانند آن گیاه تلقی می شود. استوارت معتقد است که برای جوش دادن زخمهای پوست بسیار مؤثر است. دانشمند دیگری به نام چیو اصولاً ـ این دو گیاه را تحت یک نام چینی آنها ذکر کرده است ولی به هر حال در عین حال که شبیه هستند ولی دو گیاه مختلف می باشند و مؤثرترین آنها جنسه می باشد که نوشدارو به معنای واقعی می باشد و در موقع خرید باید دقت کرد که ریشه گیاه اصیل خریداری گردد. این جینسنگ که جینسنگ کاذب هم نامیده می شود به عنوان ضد درد و برای قطع خونریزی (داخلی و خارجی) به کار می رود. همچنین به داروهای مربوط به بیماری های عروقی و قلبی و آنژین صدری اضافه می شود. در دوران جنگ ویتنام سربازان ویت کنگ از این گیاه برای افزایش سرعت بهبودی زخم های گلوله استفاده می کردند. قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن می باشد که بصورت پودر می باشد که در کپسول ها و یا قرص های ۲-۱ گرمی برای درمان زخم و خونریزی ها و یا درد به کار می رود و برای درد ناشی از زخم معده آن را با پوست درخت نارون مخلوط می کنند. در دوران بارداری از پاناکس نوتو جینسنگ نباید استفاده کرد ، زیرا ممکن است روی جنین اثر بدی داشته باشد.

۳- پاناکس کینکفولیوس(Panax quinquefolius) :

در عده ای از مدارک علمی نیز این گونه که اصولاً بومی آمریکای شمالی می باشد و سابقاً از آنجا به چین برده و کاشته می شده نام برده می شود که در حال حاضر تقریباً در بازار معروفیتی ندارد. این جینسنگ آمریکایی هم یک تونیک می باشد که در چین برای تب و خستگی ناشی از بیماری های مزمن لاغر کننده ، مانند سل بکار میرود و همچنین در درمان سرفه های ناشی از ضعف ریه هم مفید است. قسمت مورد استفاده این گیاه نیز ریشه می باشد که به دو صورت تنتور و پودر می باشد که در تنتور به عنوان تونیک یا همراه گیاهانی مثل زنجبیل شامی و پوست درخت توت برای سرفه مزمن و ضعف ریه استفاده می شود. پودر ریشه

پاناکس کینکفولیوس در کمبود انرژی به صورت قرص یا کپسول در دوزهای ۲-۱ گرمی استفاده می شود.

۴- جینسنگ سیبری (Eleutherococcus Senticosus) :

بخش مورد استفاده این گیاه ریشه می باشد (مانند بقیه گونه های جینسنگ) و بعنوان داروی ضد اسپاسم و ضد روماتوئید است و توان انسان را در برابر استرس افزایش می دهد و هیجان زایی آن کمتر از جینسنگ چینی و کره ای می باشد و برای کسانی که به دنبال تحریک کننده قوی تری هستند روش مصرف آن به صورت تنتور یا کپسول حاوی ۵۰۰ میلی گرم پودر ریشه می باشد ، البته بصورت قرص های دارویی نیز کاربرد دارد.

نظری به تحقیقات جدید علمی در مورد خواص درمانی جینسنگ :

درباره جینسنگ تحقیقات علمی گسترده ای در جهان به عمل آمده است. تنها دانشمندان روسی بیش از ۴۰۰ طرح تحقیقاتی در مورد آثار شفابخش جینسنگ سیبری انجام داده اند. نتایج تمام تحقیقات نشان داده است اشخاصی که از دم کرده جینسنگ استفاده می کنند معمولاً ـ سالمتر و شادابترند و در برخورد با ناملایمات زندگی استقامت بیشتری از خود نشان می دهند ، انرژی بیشتری برای کار دارند و تمرکز حواس آنها خیلی بهتر و بیشتر است.

دکتر فرانسورت(Dr.Norman Franworth) که یکی از دانشمندان معروف گیاهان دارویی است تجربیات روسها را در مورد جینسنگ کاملاً ـ تأیید می نماید. نظریه دکتر فرانسورت در مورد خواص جینسنگ این است که جینسنگ یک آداپتوژن است. آداپتوژن یک اصطلاح فنی و پزشکی می باشد که آن را اولین بار پزشک معروف روسی به نام برخمان (Dr.I.I.Berkhman) ، از آکادمی علمی شوروی ، تعریف کرده است و این لقب را برای توضیح خواص شفابخش جین سنگ به کار برده است.

یک آداپتوژن ماده ای است بی ضرر که نقش تعدیل کننده در بدن را دارد ، یعنی ورود آداپتوژن به بدن موجب می شود هرچیزی که در بدن در حالت عدم تعادل یا غیر نرمال است عادی و نرمال شود. مثلاً اگر فشارخون خیلی زیاد است تا حد عادی آن را کاهش می دهد و اگر فشارخون پایین افتاده و کم است ؛ آن را تا حد عادی و طبیعی ، متناسب با فیزیولوژیی بدن افزایش می دهد. به این ترتیب وجود آداپتوژن در یک ماده غذایی و ورود آن به بدن آثار فیزیولوژیکی گسترده ای شبیه ضداکسیدکننده ها دارد. البته در جینسنگ مواد ضداکسیدکننده نیز وجود دارد که خاصیت مفید آداپتوژن جینسنگ را تشدید و تحریک می کند.

تحقیقات علمی جدید دیگری نشان می دهد که فرایند تعدیل کردن نه فقط در جینسنگ بلکه در اغلب مواد خوراکی نیز وجود دارد. مثلاً محققان وزارت کشاورزی آمریکا اخیراً کشف کرده اند که عنصر کروم که به مقدار خیلی کم برای بدن لازم است از عوامل آداپتوژن می باشد و آثار دو بعدی دارد و در دو جهت مخالف برای تعدیل اختلالات و عدم تعادل های فیزیولوژیکی بدن اثر می گذارد. مثلاً قند خون را تعدیل می کند ، یعنی اگر زاید برحد نرمال باشد تا حد نرمال کاهش می دهد و اگر کمتر از حد نرمال شده است آن را تا حد نرمال و طبیعی بدن افزایش می دهد. به نظر می رسد این خاصیت برقراری تعادل بیوشیمی در بدن که اصل Yin-Yang معروف چینی ها را به خاطر می آورد در اغلب گیاهان شفابخش و مواد خوراکی طبیعی یافت می شود.

از نظرمقدار و مدت مصرف ، عده ای از دانشمندان توصیه می کنند که روزانه ۲/۱-۱ قاشق مربا خوری از گرد ریشه جینسنگ ۶ ساله در مدت یک ماه خورده شود و سپس دو ماه بعد از آن خورده نشود ، ولی عده ای نیز معتقدند که تا مدت ها هر روز از پودر جینسنگ می توان خورد. جینسنگ را بصورت جوشانده نیز می توان خورد. برای این کار ۲/۱ قاشق مربا خوری گرد جینسنگ را در یک پیمانه آب جوش (۲۲۰ گرم) ریخته و بگذارند ۱۰ دقیقه ریزریز بجوشد و ۲ پیمانه در روز از این جوشانده بخورند.

مقدار خوراک از گونه P.ginseng :

این دارو بصورت عصاره آبی در شیشه های کوچک یا در کپسول عرضه می شود.

۱- شیشه ها به ظرفیت ۵۰ سانتی متر مکعب است که در آن ۴۰ گرم از جرم ریشه گیاه وجود دارد. از این عصاره سه بار در روز و

در هر بار ۲۰–۱۰ قطره باید خورد.

۲- کپسول ، در هر کپسول ۷۰۰ میلی گرم جرم ریشه گیاه وجود دارد که از این کپسول ها روزی یک بار و دو کپسول باید خورده شود.

۳- آمپول ، در هر آمپول ۲-۱ گرم از جرم ریشه گیـاه موجود است و ظرفیت هر آمپول از نظر مـایع و جرم ریشه گیاه ۱۰ سانتی متر مکعب می باشد و آمپول ها در بسـته بندی هایی که در هر بسـته ۱۰ آمپول می باشـد ، عرضه می شود که حاوی ۱۲۰۰۰ میلی گرم جرم ریشه گیاه جینسینگ است ، از این آمپول ها روزی بایـد یک عـدد خورد (این آمپول ها برای تزریق نیست و فقط باید خورده شود).

به طور کلی مقـدار خوراک از جرم ریشه گیاه در حدود ۵/۱-۱ گرم در روز می باشـد که علاـوه بر موارد فوق می توان به صورت جوشانده نیز تهیه کرد و خورد.

به طور کلی می توان گفت که جینسـینگ گیاهی است گرم ، خنک ، تمام گونه های آن شـیرین و تا حدی اشتهاآور است و باعث ترشح شیره گوارشـی می شود و به عنوان تقویت کننـده ، محرک ، کاهنـده قنـد خون و کلسترول خون ، تقویت کننـده و محرک دسـتگاه ایمنی بـدن به کـار برده می شود. این گیـاه داروی خوبی برای ریه هـا می باشـد و مشـکلات و بیماری های مزمن ریه را به سرعت بهبود می بخشد.

قرن هاست که چینی ها سالمند از جینسـینگ به عنوان داروی تقویتی اسـتفاده می کنند. سابقه استفاده چینی ها از این گیاه به ۵۰۰۰ سـال پیش می رسـد. گرچه غربی هـا جینسـینگ را در زمان مارکوپولو شـناختند ، اما اسـتفاده وسـیع آن را از قرن هیجـدهم شـروع کردند. امروزه از جینسنگ به عنوان بخش اصلی بسیاری از داروهای ترکیبی گیاهی استفاده می کنند.

مرجع: کتب طب سنتی

خواص بادام زمینی

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

اسـمش، بـادام زمینی یک دانه روغنی مثل بادام یا گردو نیست، بلکه جزو گروه حبوبات مثل عـدس و لوبیا قرمز است. رزوراترول (resveratrol)مـاده مفیـدی برای سـلامت قلب که در انگـور وجود دارد، در پوست قرمز بـادام زمینی نیز یـافت می‌شود.چون هر ۳۰گرم بـادام زمینی حاوی ۱۴گرم چربی است، آن را می‌تـوان جزو گروه چربی در رژیم غـذایی قرار داد. یـک وعـده بـادام زمینی حـدود ٪ ۲۰از نیـاز روزانه ویتامین Eرا تـأمین می‌کنـد. بـادام زمینی همچنین منبع خوبی از فولاـت است. یـک تحقیق انجام شـده بر ۳۰/۰۰۰خانم نشان داده است که خانمهایی که بادام زمینی و دیگر دانه‌های روغنی را چهار بار در هفته مصـرف می‌کردنـد، نصـف ریسک ابتلا به سکته قلبی را نسبت به خانمهایی که بادام زمینی و دیگر دانه‌های روغنی را مصرف نمی‌کردند داشتند.

مرجع: کتب طب سنتی

رزماری

طریقه مصرف:

گیاه آن خوراکی است و روغن آن مالیده می شود

توضیحات:

رزماری، برگ و سرشاخه‌های گلدار خشک شد ?گیاه Rosmarinus officinalis از خانواد ?نعناعیان (Lamiaceae) است که حداقل دارای ۱ درصد (حجم/وزن) روغن فرار می‌باشد (۱و۲).

نامهای گیاه:

لاتین: Rosmarinus officinalis

فارسی: رزماری، رومارن

عربی: اکلیل الجبل، حصالبان، حصالبان اکسیر

انگلیسی: Rosemary, Common Rosemary, Moorwort, Herb of memory

آلمانی: Echter Rosmarin, Anthoskraut, krankrautblatter, kranzenkrautblatter

فرانسه: Romarin, Rose marine, Herbe aux couronnes, Feuilles de Rosmarin

ریخت شناسی: گیاه معطر بوته‌ای و پایا، با شاخه‌های بالارونده، که ارتفاع آن به ۲ متر می‌رسد. برگها باریک با انتهائی بدون نوک و سوزنی‌شکل (نازک)، گلها به رنگ سبز تیره و به ندرت صورتی یا سفیدرنگ می‌باشد (۶و۵).

اندام داروئی: برگ و سرشاخه‌های گلدار گیاه، اندام داروئی رزماری را تشکیل می‌دهد (۱و۲).

زمان جمع‌آوری: برگ و سرشاخه‌های گلدار گیاه رزماری هنگام شروع باز شدن گلها و در فصول بهار و تابستان جمع‌آوری می‌گردد (۷).

دامن ?انتشار: پرورش گیاه رزماری در بیشتر نواحی ایران معمول می‌باشد (۱). پرورش‌دهندگان عمد ?گیاه رزماری را در دنیا کشورهای شمال آفریقا خصوصاً مراکش و تونس و کشورهای جنوب اروپا خصوصاً اسپانیا، فرانسه، ایتالیا، یوگسلاوی و آمریکا تشکیل می‌دهند.

مواد متشکله: ماد ?متشکل ?اصلی برگ و سرشاخه‌های گیاه رزماری را روغن فرار تشکیل می‌دهد فارماکوپ ?گیاهی بریتانیا میزان روغن فرار رزماری را ۱٪ حجم در وزن ذکر کرده است، ولی میزان روغن فرار این گیاه در نقاط مختلف دنیا بین ۵/۰ تا ۵/۲ درصد گزارش شده است (۲و۸).

عمده‌ترین ترکیبات موجود در روغن فرار گیاه را ۱و۸ ـ سینئول (۱,۸ - cineol)، بورنئول (Borneol)، کامفر (Campher)، بورنیل استات (Bornyl acetate)، آلفاپی‌نن - ? (pinene) و B — پینن تشکیل می‌دهند که بسته به شرایط جغرافیائی محل کشت گیاه، میزان و درصد هریک از این مواد متغیر می‌باشد (۲و۸).

سایر ترکیبات طبیعی موجود در برگ و سرشاخه‌های گلدار رزماری شامل این دسته‌ها می‌شود:

فلاونوئیدها مانند جنکوانین (Genkwanin) و لوتئولین (Luteolin)، اسیدهای فنلی مانند اسید رزمارینیک (Rosmarinic acid)، دی‌ترپن‌ها، تری‌ترپن‌ها، تانن‌ها، مواد تلخ، رزین، ساپونین، پروتئین، چربی، کربوهیدرات، فیبر، برخی املاح و ویتامینها.

موارد استعمال: از رزماری به صورت خوراکی در درمان اضطراب، سردرد، میگرن، فشار خون، نفخ و بی‌اشتهائی و به صورت موضعی بعنوان مسکن موضعی در درمان دردهای عضلانی و بیماریهای روماتیسمی استفاده می‌شود. همچنین بعلت عطر و طعم مناسب در صنایع آرایشی ـ بهداشتی مورد استفاده قرار می‌گیرد (۲و۹). روغن رزماری یک روغن محرک است و از نظر رایحه و اثر، گرم و نافذ می‌باشد. اثر محرک رزماری روی سیستم اعصاب مرکزی بسیار برجسته است. مصرف رزماری چون موجب سهولت ترشح و دفع صفرا می‌شود از این جهت از آن در بیماریهای یرقان و نارسائی اعمال کبد استفاده بعمل می‌آورند. مصرف رومارن در موارد ضعف عمومی، خستگی مفرط و بیحالی بیمار در دوران نقاهت مفید تشخیص داده شده است.

عوارض جانبی: مصرف داروئی موضعی گیاه و یا کاربرد فرآورده‌های آرایشی ـ بهداشتی حاوی رزماری در برخی از افراد حساس، گهگاه ایجاد قرمزی پوست، درماتیت، حساسیت پوستی و حساسیت به نور ایجاد می کند (۱۱و۱۰).

موارد احتیاط: رزماری در دوران بارداری، شیردهی و در بیماران صرعی و فشار خون بالا ـ بهتر است بکار نرود (۲و۱۱). روغن رزماری دارای ۲۰ـ۱۰ درصد کافور می‌باشد که اگر به مقدار زیاد مصرف شود می‌تواند موجب تشنجات صرع‌مانند شود.

موارد استعمال در پزشکی گذشته: در طب گذشته از رزماری به صورت خوراکی بعنوان مدر و ضدنفخ و به صورت موضعی بعنوان ضد التهاب و ضد درد استفاده می کرده‌اند (۱).

طی صدها سال از رزماری در مراقبت از پوست و مو استفاده شده و یکی از اجزاء ادکلن real و جزء اصلی آب تقطیری تهیه‌شده از الکل رقیق و گلهای رزماری است که نوعی مخلوط قابض گیاهی در حامل سرکه ?سیب می‌باشد و به پاکسازی، تقویت و سم‌زدائی پوست بویژه پوست‌های چرب و مستعد آکنه کمک نموده و به داشتن اثرات فوق‌العاده در ایجاد جوانی مشهور است. رزماری برای آبکشی موهای تیره و مالش‌دادن پوست سر مورد استفاده قرار می گیرد که برای تأمین سلامت موها و جلوگیری از ریزش بیش از حد آنها بویژه متعاقب بیماریها واقعاً ارزشمند است. رزماری به برگرداندن رنگ به موهای خاکستری و حتی درمان طاسی مشهور است.

آثار فارماکولوژیکی: آثار ضد میکروبی گیاه و روغن فرار رزماری و تعدادی از مواد مؤثره این گیاه علیه میکروبهای زیر تأیید گردیده است (۱۱).

استافیلوکوکوس اورئوس، استافیلوکوکوس آلبوس، ویبریوکلرا، اشرشیاکلی، لاکتوباسیلوس برویس، پسودوموناس فلورسنس، رودوتورولا گلوتینیس، کورینه باکتریا.

آثار آنتی‌اکسیدانی فراکسیون‌های مختلفی از گیاه رزماری نیز در شرایط برون‌تنی و درون‌تنی بررسی و تأیید شده است. در برخی از این موارد، آثار فوق با آثار آنتی‌اکسیدان‌های شناخته شده‌ای نظیر BHA (Botylated Hydroxyanisole) و BHT (Botylated Hydroxytoluene) برابری می‌نماید (۱۲و۱۵).

روغن فرار رزماری اثر مشخصی بر روی عضل ?صاف ایلئوم خوکچه هندی دارد که این اثر مربوط به بورنئول موجود در روغن فرار بوده که در شرایط آزمایشگاهی بعنوان یک آنتاگونیست استیل‌کولین عمل می‌نماید. همچنین در مطالع ?دیگری اثر شل‌کنندگی روغن فرار رزماری بر روی اسفنکتر اودی (oddis sphincter) خوکچ ?هندی که قبلاً با مورفین منقبض شده بخوبی مشهود بوده است (۱۳و۱۱). آثار ضد التهاب، ضد کمپلمانی، آنتی‌اکسیدانی و آنتی گونادوتروپیک اسید رزمارینیک که یکی از مواد متشکل ?اصلی گیاه رزماری می‌باشد نیز به اثبات رسیده است (۱۱و۴).

بر اثر مصرف خوراکی و یا استنشاق روغن فرار گیاه رزماری در موش، تحریک فعالیت لکوموتور دیده شده است که این اثر را به ۱و۸ـ سینئول مربوط می‌دانند. اثر مهارکنندگی عصار ?گیاه رزماری علیه فعالیت آنزیم اوره آز و اثر فلاونوئید دیوسمین موجود در رزماری در کاهش شکنندگی مویرگی از سایر خصوصیات مهم فارماکولوژیک گیاه محسوب می‌شوند (۱۱).

مـراجع:

۱. زرگری ع. گیاهان داروئی. تهران، انتشارات دانشگاه، ۱۳۶۹ (ج ۴): ۶ ـ ۷۱.

۳. زاهدی.ا. واژه‌نام ?گیاهی. تهران: انتشارات دانشگاه ۱۳۷۳ : ۱۵۸.

۴ـ مظفریان و.ا. فرهنگ نامهای گیاهان ایران. تهران: نشر فرهنگ معاصر، ۱۳۷۵ : ۱۵۸.

مرجع: کتب طب سنتی

اسارون

طریقه مصرف:

در ذیل به آن اشاره خواهد گردید :

توضیحات:

بیـخ گیاهی است که غلاف تخم آن ماننـد غلاف بذرالنبـج است و بعضـی گویند بیخ سـنبل رومی است ، اگر آنرا بکوبند و با شـیر تازه بیامیزند و بر زیر خصیه بمالند نعوظ عجب آرد. (برهان).

بیـخ گیـاهی است برگ آن ماننـد برگ نبـات لادن خُردتر و شـکوفه وی ارغوانی رنـگ بود و تخم وی ماننـد خسک دانه بود. در کوههـای روم و در مصـر و در همـدان نیز میباشـد و آن دو نوع بود غلیظ و دقیق و از یک بیـخ ریشه ها بسیار بودبشکل ناردین اما ریشه ناردین باریکتر میباشد و رنگناردین زرد بود مانند ماميران اما اسارون آنچه در میان باریکی و سـتبری بود نیکوتر بود و طبیعت آن گرم و خشک است در درجه دویم و گویند اسارون بیخ سنبل رومیست و این خلاف است .

ناردین بیخ سنبل رومیست و گفته شود. اما منفعت اسارون ، سودمند بود جهت دردهای اندرون و ملطف و مسخن بود.

مقوی معـده بود و نسـیان و امراض دمـاغی را سود دهـد و شـربتی از وی سه مثقال بود با ماءالعسل نافع بود جهت استسـقاء و حیض براند و سودمند بود جهت صـلابت سپرز و مثانه را قوت دهد و سـنگ گرده بریزاند. و در خواص او آورده اند که چون بکوبند و با شیر تازه بسرشـند و ضـماد کننـد میان هر دو ورک ، باه را برانگیزانـد و انعاظی تمام آورد و مجربست و گویند مضـر است بشـش و مجفف اعصاب بود و مصلح وی مویزج است و گویند مصلح آن مویز است که در روغن بادام جوشانیده باشند. بدل آن یک وزن و نیم وج و دانگی وزن آن حماما و جالینوس گوید بدل آن زنجبیل است . (اختیارات بدیعی)

بلغت سـریانی بیخ گیاهی است پرگره و دراز و باریک و کج و از زردچوبه باریکتر وبا اندک عطریهٔ و تندی و سفید مایل به زردی و بعضـی اغبر مایـل به زردی و منبت او جنگلها و گیاه او منبسط بر روی زمین و برگش شبیه به برگ نبل و لبلاب و از آن کوچکتر و مایل به اسـتداره و گلش بنفش و در زیر برگ شبیه به گل بنـج و تخمش مثل تخم کاجیره که قرطم عبارت از اوست و قسـمی از آنرا ساق بقدر ذرعی و مدور و برگش مثل برگ قنطوریون دقیق و اعلاء ساق پرشعبه بعضی بر بالای بعضی و در اطراف شعبها مثل دانه گندم و در جوف آن چیزی زغبی و بیخش بسـطبری خنصـر و کم گره و خوشبو و خوش طعم و قسمی را برگ مثل قسم اول و اغبر و صـلب و شاخهای او پراکنده و باریک و گلش بزرگ و بنفش و ثمرش مثل ثمر کبر و در جوف او تخمی مثل تخم خطمی و بر اشـجار می پیچد و بیخش ساری در تحت ارض و پرگره و قوی الرایحه و تلخ و لذاع و این قسم مخصوص است در رفع سـموم و گزیدن مارها و قسـمی را برگ از همه اقسام ریزه تر و شاخهای او منبسط بر روی زمین و گلش بنفش و بیخش نرم و بی گره و زرد و تلـخ و بـا عطریـهٔ و منبت او کوههـای سـاده و این قسم ضـعیف ترین اقسـام اربعه است و مجموع او در آخر دوم گرم و خشـک و بهترین او قسم اول است که از فرنگ و افریقیه و شام خیزد و ملطف و محلل و مـدر و مفتـح و منقی معـده و جگر و سپرز و گرده از اخلاط بارده و با ماءالعسل مسـهل قوی بلغم و جهت حصاهٔ و عسـر بول و احتباس حیض و درد ورک و مفاصل و عرقالنساء و نقرس نافع، خصوصاً که دو ماه در آب انگور خیسانیـده باشـند و بایـد به ازاء هر سه مثقال او آب انگور چهار رطل و نصف باشد و با شـیر شتر و گوسـفند مبهی قوی مبرود و مرطوب است و جهت تسـکین دردهای باطنی و استسقا و یرقان سددی و ورم رخو جگر و تنقیه آلاـت بول از رطوبـات لزجـهٔ و امراض بـارده دمـاغی و سـدّه جگر و صـلابت سپرز و اکتحـال او جهت امراض طبقه قرنیه و دود آن جهت گریزاندن عقرب و ضماد او با شیر تازه بر کنج ران و پشت زهار جهت نعوظ بسیار موثر و مضرّ ریه و مصلحش مویزج و قدر شربتش از یـک مثقـال تا سه مثقال و بـدلش وج مثل وزن او یا زنجبیل است یا نصف او خولنجان و نصف او وج و حکمای هنـد را اعتقاد آنست که چون قبل از آبله نیم درهم او را با نبیذ برنج بنوشند آبله بسیار کم برآید و مجرب میدانند. (تحفه حکیم مومن).

حشیشهٔ ذات بزور کثیرهٔ عقد الاصول معوجهٔ یشبه الثیل ، طیبهٔالرائحهٔ، لذّاعهٔاللسان و لها زهر بین الورق عند اصولها، لونها فرفیری شبیههٔ بزهرالبنج . (مفردات قانون ص ۱۵۷ س ۲). گیاهی است با تخمهای بسیار با ریشه پرگره و پیچ پیچ ، شبیه به ثیل ، خوشبوی زبان گز، رنگ گلش ارغوانی ماننده گل بنگ، بهندی تگر. (موید الفضلاء). ناردین برّی . حرف بابلی . حرف السطوح . تلسفی .

مرجع: کتب طب سنتی

سیب

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در زیر خواهد آمد.

توضیحات:

در طب چینی اعتقاد بر این است که سیب حرارت را می زداید و اثر خنک کننده در ریه ها دارد ". اسید مالیک " و "تار تاریک" در سیب سبب مهار رشد باکتریهای بیماریزا در لوله گوارش می شود.

در هندوستان ، خوردن میوه سیب برای جلوگیری از یبوست ، متداول می باشد. سیب مانع تشکیل اسید اوریک در بدن می شود و خوردن آن برای نقرس، روماتیسم و تصلب شریانها مفید است. ویتامینهای سیب ، بیشتر در پوست آن قرار دارد ، بنابراین اگر سیب با پوست خورده شود (البته برای اشخاصی که از لحاظ وضع معده، اجازه خوردن پوست سیب خام را داشته باشند) مفیدتر است. در مناطق خاور دور در جوشانده های برگ سیب از پوست میوه سیب به صورت خشک شده یا تازه نیز می ریزند تا آنرا مطبوع سازد.

مصرف سیب رسیده آبدار تازه برای ورم حاد روده اطفال، اسهال خونی و تبهای حصبه ای مفید است.

پوست سیب خشک شده به صورت جوشانده برای رفع ورم مفاصل، روماتیسم و ناراحتیهای کلیه که منجر به کاهش ادرار می شود بسیار مفید است ، زیرا مدر بوده و دفع اسید اوریک را تسهیل نموده و فعالیت دستگاه گوارش را تنظیم می کند .

برای تهیه جوشانده پوست خشک میوه سیب ، ۱۰گرم پوست برای ۱۰۰ گرم آب که در ۱۵ دقیقه جوشیده شود، مصرف می شود.

خوردن سیب پس از صرف غذا، برای تقویت لثه ها مفید است.

– مصارف ویژه:

– بیماری قلبی: تعداد زیادی از مطالعات نشان داده است که غذاهای حاوی مقادیر زیاد (کوئرستین) از قبیل سیب ، سبب بهبود فالعیت آنتی اکسیدانی خون و کاهش میزان تخریب کلسترول LDL به علت اکسیداسیون می گردند. این تحقیقات همچنین ثابت نموده اند که افراد دارای مصرف بالای کوئرستین، کمتر در خطر ابتلا به بیماری قلبی و سکته مغزی قرار دارند. این مشاهدات به اثرات ضد تصلب شرایین و ضد لختگی خون در کوئرستین سیب تصریح نموده است.

– بالاـ بودن کسترول خون: سیب حاوی مقادیر خوبی از نوعی فیبر به نام (پکتین) است پکتین از دسته فیبرهای محلول است. یعنی زمانی که مرطوب می شود، چسبنده و غلیظ می گردد. مطالعات کنترل شده مختلف نشان داده است که افزودن پکتین به رژیم غذایی منجر به کاهش متوسطی در سطح کلسترول خون می شود. علت این امر ممکن است اتصال یافتن پکتین سیب به اسیدهای صفراوی باشد که به کاهش کلسترول خون کمک می کند.

البته باید توجه شود که تنها پکتین نمایانگر قدرت کاهش کلسترول سیب نیست و سیب صرف نظر از داشتن پکتین، با سایر موادی که دارد، خود یک کاهنده نیرومند کلسترول است و حتی نیروی کلسترول زدایی آن ، از تمام پکتینی که از یک سیب خارج می شود بیشتر است.

– سرطان: مطالعات تجربی بر روی نمونه های سلول تومور انسانی چنین پیشنهاد می کند که مقادیر نسبتا "زیاد کوئرستین می تواند

برخی از سرطانها را متوقف نمایـد. مطالعات جمعیتی در دنیا، با این وجود ، تاکنون تأثیر حفاظتی رژیمهای غنی از این ماده را برابر سرطانهـا نشـان نـداده است . در عین حال ، برخی تحقیقات چنین نشان می دهـد که کوئرستین به طور خاصـی می توانـد برای افراد سیگاری مفید باشد مواد سـرطان زای تنباکو سـبب تخریب دیواره مثانه می شوند و بدین ترتیب موجب رشد سـلولهای سـرطانی می گردنـد. چنین کشف شده است که افراد سـیگاری که مصـرف کننده مقدار زیادی فلاونوئیدها از جمله کوئرستین موجود در سـیب هستند ، از تخریب دیواره مثانه ناشی از تنباکو حفاظت می شوند .

– دیابت: پکتین موجود در سیب می توانـد کمک به حفظ سـطح قنـد خون به طور ثابت نمایـد. قندهای طبیعی موجود در سـیب به آهستگی هضم و جذب می شوند، بخشی از این امر می تواند ناشی از تأثیر پکتین باشد که در دستگاه گوارش تشکیل ژل می دهد. افزایش آهسته در سطوح قند خون پس از مصرف سیب ، به این معناست که سیب" شاخص گلیسمیک "پایینی دارد. بنابراین برای افراد مبتلا به بیماری دیابت ، سیب به طور خاص مفید است.

لازم به توضیح است که شاخص گلیسـمیک اندازه ای است که تعیین می کند، پس از خوردن غذا قند خون با چه سرعتی بالا می رود. این امر نشان می دهد که به رغم وجود قند طبیعی در سیب، خوردن سیب در افزایش سریع قند خون اثر نمی گذارد.

– فشار خون بالا: سیب در کاهش فشار خون نیز موثر است . یکی از مطالعات علمی جالب که در این زمینه به عمل آمـده نشان می دهد که حتی بوییدن آن نیز فشار خون را کاهش می دهد.

– سرماخوردگی: بررسیهای علمی نشان داده است که ویروسـها نمی توانند در عصاره سیب مدت زیادی زنده بمانند. برای مقایسه قدرت ویروس کشی سیب با عصاره ۱۸ نوع میوه دیگر در آزمایشی معلوم شد که عصاره سیب، انگور و چای دارای قویترین امکان نابودی ویروسـها هستند. پژوهشـگران متوجه شـده انـد اشخاصـی که بیشتر از دیگران سیب می خورند ، کمتر به سـرماخوردگی و ناراحتیهای قسمت فوقانی دستگاه تنفسی شامل عفونتهای مربوط به بینی، حنجره و نای مبتلا می شوند.

– چاقی: خوردن سـیب با پوست ، سـطح قند خون را به آهسـتگی و برای مدتی بالا نگه می دارد ، لذا پس از خوردن سـیب کامل ، شخص احساس سیری بیشتری می کند ، بنابراین برای کاهش وزن بهتر است خود سیب به طور کامل و طبیعی خورده شود .

مرجع: کتب طب سنتی

نارگیل

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

شیر نارگیل سنگ کلیه را دفع می‌کند و برای پایین آوردن تب بسیار مفید است.

نارگیـل با نام علمی (Coeos nucifera) گیـاهی است که در حـدود سه هزار سال پیش در جنوب آسـیا کشت می‌شـد در حال حاضـر به صورت درخت نارگیـل در تمـام منـاطق اسـتوایی وجود دارد. مردم اقیانوس آرام از تمام قسـمت‌های این درخت اسـتفاده می‌کنند و آن را به عنوان یک غذای اصلی مصرف می‌کنند.

میوه نارگیل کروی شـکل است که قسـمت خارجی آن ضـخیم و سـفت و متشـکل از الیاف نباتی و داخل آن صاف و سخت است. درخت آن در هر سال حدود پنجاه عدد نارگیل می‌دهد. نارگیل هنگامی که نارس است مقدار بیشتری شـیر دارد ولی به تدریج که میوه می‌رسد مقدار شیر آن کمتر می شود.

گوشت این میوه دارای آنزیم‌های مختلف انورتین، اکسیداز و کاتالاز است و در شیر آن اسیدهای آمینه مختلف موجود است.

گوشت سفید نارگیل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و شیر آن کمی گرم و مرطوب است.

نارگیل به دلیل داشتن چربی زیاد و مواد مغذی چاق کننده است و حرارت داخلی بدن را افزایش می‌دهد همچنین برای خوشبو کردن دهان نیز مفید است.

این میوه ضعف کبد را درمان می‌کند، ادرار را زیاد کرده، درد مثانه را رفع می‌کند و مداوا کننده زخم‌های بدن است.

ریشه درخت نارگیل برای ناراحتی‌های کبدی همانند یرقان مفید است و دم کرده آن اسهال خونی را برطرف می‌سازد.

شیر این میوه ضد سم است و برای برطرف کردن آب آوردگی از آن استفاده می‌شود همچنین برای معالجه پوستی مفید است.

روغن نارگیل که از تقطیر گوشت سفید آن به دست می‌آید حافظه و هوش را تقویت می‌کند و در درمان کمر درد نیز موثر است.

نارگیل دیر هضم است و در بدن تولید خلط می‌کند بنابراین بهتر است با شکر خورده شود.

این میوه به دلیل گرم بودن ممکن است در گرم مزاجان اشکالاتی تولید کند از این نظر این گونه افراد باید آن را با میوه‌های ترش، لیمو و یا هندوانه بخورند، خوردن آن برای سرد مزاجان و سالمندان بسیار مفید است و اشکالی تولید نمی‌کند

مرجع: کتب طب سنتی

راوند (ریوند چینی)

طریقه مصرف:

مصارف دارویی و خوراکی دارد

توضیحات:

یک گیاه علفی است که در فصل بهارو اوایل تابستان میروید .به ساقه زیر زمینی گیاه ریواس راوند میگویند.

بهترین نوع ریواس آن است که از کشور چین می آورند و رنگ آن قرمز است و میانه آن زرد رنگ است و به آن ریوند چینی میگویند.

ترکیبات غذایی:

ریوند غنی از فیبر و ویتامین C بوده در آن آب-پروتئین-قند-کربو هیدرات-کلسیم-ویتامین های A و B سدیم و پتاسیم وجود دارد.

خواص دارویی:

طبیعت آن سرد است

مقوی ملین و کرم کش است

لوز المعده را وادار به ترشح انسولین کرده و قند خون را کم میکند

برای رفع جوش بدن مفید است

برای بی اشتهایی-درد معده و بیماری های کبدی نافع است

باعث تقویت معده و روده شده و تنظیم کننده ترشحات و حرکات معده است

سستی و خماری را بر طرف میکند و مسرت بخش است

برای امراض وبایی و اسهال مفید است

خون را تصفیه میکند

چکاندن آب تازه ریواس در چشم سبب تقویت بینایی واز بین رفتن لکه های سفید چشم میگردد

ترکیب ریواس با آبلیمو و مالیدن آن به صورت باعث از بین رفتن جوش و لک میشود

برای تقویت موی سر نافع است

اگر با حنا مخلوط شود رنگ مو را شرابی میکند

جوشانده برگ های ریواس باعث تمییزی ظروف آلومینیومی میشود

شربت کاملا طبیعی که دارای ترکیباتی افزوده می باشد که در درمان بسیاری از بیماریها مفید می باشد

مرجع: کتب طب سنتی

چغندر

طریقه مصرف:

آن را پخته که به پخته آن لبو می گویند و می خورند.

توضیحات:

چغندر گیاهی است با فواید بسیار که پخته ی آن را لبو می گویند . بخش های خوراکی این گیاه هم برگ آن است و ،هم ریشه آن. در برگ های این گیاه در طول روز قند تولید می شود و هنگام عصر اگر برگ آن را خام بخورید کاملاً شیرین است.

مصرف شیره ی چغندر نیز از قدیم رواج داشته است و رنگ زیبای آن موجب می شده که آن را مانند خون انسان بدانند.

چغندر حاوی مقدار زیادی عنصر پتاسیم ، فسفر ، کلسیم ، گوگرد ، ید ، آهن و مس است و همچنین عناصر بسیار کمیابی مثل روبیدیوم (RUBIDIUM) و کاسیوم (CAESIUM) در آن وجود دارد. کربوهیدرات ، کمی پروتئین و ویتامین هایی چون B۱ و B۲ ، نیاسین، B۱۲ ، B۶ و C در آن موجود است.

چغندر به دلیل دار بودن مقدار زیادی آنتی اکسیدان برای درد مفاصل و نقرس مفید است.

شیره ی چغندر سیستم گردش خون را بهبود می بخشد و به عملکرد سیستم ایمنی کمک می کند.

از جمله خواص دیگر شیره ی چغندر :

* کمک به جذب آهن و تولید گلبول های قرمز خون (برای زنانی که از کم خونی رنج می برند مفید است)

* کمک به حفظ سلامت سلول ها

* کمک به حفظ سلامت کل بدن با کمک آنتی اکسیدان های موجود در آن

* کمک به جذب بهتر بسیاری از مواد مغذی

* کمک به حفظ سلامت کبد(۱) (پاک کننده ی عالی صفراست)

* افزایش باروری

خواص دارویی چغندر :

?خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه می کند و بسیار آرام بخش است.

?لبو به علت دارا بودن عناصر کمیاب از بیماری جذام جلوگیری می کند. فسفر دارد ، پس برای مغز و اعصاب مفید است.

?برای استحکام استخوان ها مفید است.

?لبو با اینکه ۱۷ درصد قند دارد، ولی خنک است و این خاصیت خنکی در برگ آن بیشتر است . از این رو آب لبو برای التهاب مثانه، رفع یبوست و بیماری های پوست مفید است.

?لبو ویتامین های B ، A و C دارد از این رو اشتها آور است و بهتر است همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.

مصرف چغندر لکه های سفیدی که در پوست بدن پدید آمده و موجب مرض پیسی می شود را از بین می برد. از این رو امام محمد باقر (ع) فرمودند : قوم بنی اسرائیل از لکه های سفیدی که در بدن خود مشاهده می کردند ، به حضرت موسی شکایت نمودند. حضرت موسی این مطلب را به خداوند عرضه کرد. به موسی وحی شد که به بنی اسرائیل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا یابند.

حتی برگ چغندر نیز خواص بسیاری زیادی دارد که از آن جمله؛

?برگ خام چغندر آرام بخش و خنک است و اگر پخته شود موجب نفخ نمی شود.

?برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود می بخشد.

?جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زیادی آنتی اکسیدان دارد).

?شستشوی سر با جوشانده ی برگ چغندر شوره و چربی مو را از بین می برد و ضد شپش است.

?قرار دادن دست و پای ترک خورده در آب گرم شده ی برگ چغندر موجب بر طرف شدن عارضه می شود.

?جوشانده ی برگ چغندر کلاً برای پوست و مو بسیار مفید است و ضد جوش ، ضد ورم ، ضد ریزش مو ، ضد کک و مک و سوختگی با آفتاب است.

امام رضا (ع) فرمودند : به بیماران خود برگ چغندر بخورانید ، زیرا در برگ چغندر شفاست و ضرری در آن نیست و موجب آرامش است.

مرجع: کتب طب سنتی

پنج انگشت

طریقه مصرف:

به صورت جوشانده مصرف می شود.

توضیحات:

این گیاه را فلفل بیابانی نیز می نامند و در بسیاری از مناطق ایران می روید. درختچه زیبایی به ارتفاع یک متر و نیم است که به علت گل های زیبایی که دارد گاه به عنوان گیاه تزئینی کاشته می شود. بدین علت به آن پنج انگشت گویند که برگ های آن پنجه ای و پنج تایی است. گل های آن برنگ آبی و شبیه سنبله ای دراز است که سپس تبدیل به گل می شود.

میوه این گیاه قابض است و به بهبود عملکرد دستگاه گوارش کمک می کند. افرادی که دچار بواسیر یا شقاق باشند می توانند از اثرات درمانی آن سود بجویند و در جوشانده این گیاه بنشینند تا عارضه برطرف شود.

میوه این گیاه اثرات درمانی زیادی برای رحم دارد. قاعدگی را تنظیم می کند و برگ این گیاه ورم های رحمی را بهبود می بخشد و عفونت را پاک می سازد. فواید آن به قدری زیاد است که از این گیاه در قرص های گیاهی مورداستفاده برای تنظیم قاعدگی و کاهش خونریزی استفاده می شود.

برگ این گیاه اثر کاهنده ای بر شهوت دارد و در قدیم و پارسایان در فصل بهار این گیاه را زیر خود فرش می کردند تا شهوت بر آنها غلبه نکند.

ضماد میوه و برگ آن ادرار را افزایش می دهد و مقدار زیاد آن برای کلیه مضر است.

این گیاه در درمان سر درد هم مفید است.

پنج انگشت، گیاه بسیار مؤثری برای درمان اختلالات قاعدگی است

از گیاه پنج انگشت، دارویی به نام ویتاگنوس (VITAGNUS) تهیه کرده اند که حاوی ۹۰ ـ ۸۰ میلی گرم عصاره خشک این گیاه می‌باشد.

این دارو جهت رفع اختلالات قاعدگی و یائسگی به کار می‌رود.

مکانیسم اثر دقیق این فرآورده به اثبات نرسیده است ، ولی به نظرمی‌رسد گیاه پنج انگشت با اثر بر محور هیپوتالاموس ـ هیپوفیز اثر خود را اعمال می‌کند. این گیاه باعث کاهش آزاد شدن FSH* و افزایش آزاد شدن LH** و پرولا-کتین از هیپوفیز می گردد.

هورمون های FSH و LH در تولید استروژن (هورمون جنسی زنانه) از تخمدان ها و دوره تخمک گذاری در خانم ها موثرند.

مطالعات نشان داده است که گیاه پنج‌انگشت حاوی ترکیبات استروژنیک نمی‌باشد و مستقیماً بر روی تخمدان ها تاثیر نمی گذارد.

با توجه به اثرات هورمونی این دارو، مصرف آن در دوران بارداری ممنوع است .

در اکثر مطالعات انجام شده با مصرف این دارو عوارض جانبی مشاهده نگردیده است ولی به طور نادر گزارشاتی مبنی بر بروز واکنش های آلرژیک ، سردرد و افزایش خونریزی دردوران قاعدگی وجود دارد.

این دارو ممکن است با داروهای ضد بارداری خوراکی وهورمونی تداخل نماید.

برای مصرف این دارو ، روزانه ۴۰ قطره از آن را در کمی آب یا آبمیوه بریزید و نیم ساعت قبل از صبحانه (با معده خالی) مصرف کنید.

البته یادآوری می کنم که دارو را حتماً حتماً باید تحت نظر پزشک و با تجویز ایشان مصرف کنید و از مصرف خودسرانه آن خودداری کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

بامیه

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

بامیه سرشار از اسید فولیک، ویتامین های A و C است. همچنین منبع خوبی از ویتامین های گروه B ، منیزیوم ، پتاسیم و فیبر غذایی می باشد.

ارزش غذایی نصف لیوان بامیه پخته:

۲۵کالری دارد؛ پس کم کالری است.

۲ گرم فیبر دارد؛ منبع خوبی از فیبر است.

۴۶۰ واحد ویتامین A دارد؛ منبع خوبی از ویتامینA است.

۱۳۰ میلی گرم ویتامین C دارد.

۵۰ میلی گرم کلسیم دارد؛ منبع خوب کلسیم که ضد پوکی استخوان است.

۲۵۶میلی گرم پتاسیم دارد؛ که ضد فشار خون است.

اثرات مواد مغذی موجود در بامیه بر سلامتی بدن:

۱) فیبر موجود در بامیه به حفظ قند خون کمک می کند؛ بدین ترتیب که سرعت جذب قند را کاهش می دهد، پس برای افراد مبتلا به دیابت مفید است.

۲) موسیلاژ(یک نوع فیبر) موجود در بامیه به کلسترول غـذا متصل شده و جذب آنرا کاهش می دهد. همچنین باعث دفع سـموم از بـدن می شـود. اثر بـامیه درکـاهش کلسـترول خون، یکی از خصوصـیات بسـیار مفیـد این سـبزی است زیرا مثـل داروهـای کاهنـده کلسترول اثرات جانبی ندارد.

۳) بسـیاری از متخصـصان معتقدنـد که بیشتر بیماری ها از روده شـروع می شونـد. فیبر موجود در بامیه با جـذب آب کافی، از بروز یبوست جلوگیری کرده و ابتلا به بیماری هایی چون بواسیر و دیورتیکولیت* را بشدت کاهش می دهد.

معمولاً برای افزایش حجم مدفوع و رفع یبوست،مصـرف سـبوس گندم توصـیه می شود که امکان دارد دیواره روده را حساس کند. ولی موسیلاژ موجود در بامیه روده را نرم کرده و خروج مدفوع را آسان می سازد.

۴) اسید فولیک باعث کاهش هموسیستئین خون می شود که این ماده رگهای خونی را مسدود می کند. ویتامین C نیز یکی از آنتی اکسیدان های مهم می باشد. در مجموع به علت دارا بودن این مواد مغذی و نیز فیبرهای محلول و املاح باعث پیشگیری از بیماری های قلبی نیز می شود.

۵) برای حفظ اثرات مفیـد بامیه و آنزیمهای هضـمی آن، بایـد آن را خیلی کم بپزید یعنی با حرارت کم یا با بخار ملایم پخته شود. بعضـی افراد بامیه را خام مصـرف می کننـد. ولی اگر خواستیـد آن را سـرخ کنید، از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن گیاهی برای سرخ کردن آن استفاده کنید.

* دیورتیکولیت : التهـاب دیورتیکول ها(کیسه های گرد فتقماننـد در دیواره مخاط روده بزرگ) است که در اثر تجمع باکتری ها و سایر محرک های داخل دیورتیکول ها ایجاد می شود و باعث درد، نفخ، تهوع، یبوست، اسهال و تب می شود.

بامیه سرشار از اسید فولیک، ویتامین های A و C است. همچنین منبع خوبی از ویتامین های گروه B ، منیزیوم ، پتاسیم و فیبر غذایی می باشد.

ارزش غذایی نصف لیوان بامیه پخته:

۲۵کالری دارد؛ پس کم کالری است.

۲ گرم فیبر دارد؛ منبع خوبی از فیبر است.

۴۶۰ واحد ویتامین A دارد؛ منبع خوبی از ویتامینA است.

۱۳۰ میلی گرم ویتامین C دارد.

۵۰ میلی گرم کلسیم دارد؛ منبع خوب کلسیم که ضد پوکی استخوان است.

۲۵۶میلی گرم پتاسیم دارد؛ که ضد فشار خون است.

اثرات مواد مغذی موجود در بامیه بر سلامتی بدن:

۱) فیبر موجود در بامیه به حفظ قنـد خون کمک می کنـد؛ بـدین ترتیب که سـرعت جـذب قنـد را کاهش می دهد، پس برای افراد مبتلا به دیابت مفید است.

۲) موسیلاژ(یک نوع فیبر) موجود در بامیه به کلسترول غـذا متصل شده و جذب آنرا کاهش می دهد. همچنین باعث دفع سـموم از بـدن می شـود. اثر بـامیه درکـاهش کلسـترول خون، یکی از خصوصـیات بسـیار مفیـد این سـبزی است زیرا مثـل داروهـای کاهنـده کلسترول اثرات جانبی ندارد.

۳) بسـیاری از متخصـصان معتقدنـد که بیشتر بیماری ها از روده شـروع می شونـد. فیبر موجود در بامیه با جـذب آب کافی، از بروز یبوست جلوگیری کرده و ابتلا به بیماری هایی چون بواسیر و دیورتیکولیت* را بشدت کاهش می دهد.

معمولاً برای افزایش حجم مدفوع و رفع یبوست،مصـرف سـبوس گندم توصـیه می شود که امکان دارد دیواره روده را حساس کند.

ولی موسیلاژ موجود در بامیه روده را نرم کرده و خروج مدفوع را آسان می سازد.

۴) اسید فولیک باعث کاهش هموسیستئین خون می شود که این ماده رگهای خونی را مسدود می کند. ویتامین C نیز یکی از آنتی اکسیدان های مهم می باشد. در مجموع به علت دارا بودن این مواد مغذی و نیز فیبرهای محلول و املاح باعث پیشگیری از بیماری های قلبی نیز می شود.

۵) برای حفظ اثرات مفید بامیه و آنزیمهای هضمی آن، باید آن را خیلی کم بپزید یعنی با حرارت کم یا با بخار ملایم پخته شود. بعضی افراد بامیه را خام مصرف می کنند. ولی اگر خواستید آن را سرخ کنید، از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن گیاهی برای سرخ کردن آن استفاده کنید.

* دیورتیکولیت : التهاب دیورتیکول ها(کیسه های گرد فتق مانند در دیواره مخاط روده بزرگ) است که در اثر تجمع باکتری ها و سایر محرک های داخل دیورتیکول ها ایجاد می شود و باعث درد، نفخ، تهوع، یبوست، اسهال و تب می شود.

بامیه سرشار از اسید فولیک، ویتامین های A و C است. همچنین منبع خوبی از ویتامین های گروه B ، منیزیوم ، پتاسیم و فیبر غذایی می باشد.

ارزش غذایی نصف لیوان بامیه پخته:

۲۵کالری دارد؛ پس کم کالری است.

۲ گرم فیبر دارد؛ منبع خوبی از فیبر است.

۴۶۰ واحد ویتامین A دارد؛ منبع خوبی از ویتامینA است.

۱۳۰ میلی گرم ویتامین C دارد.

۵۰ میلی گرم کلسیم دارد؛ منبع خوب کلسیم که ضد پوکی استخوان است.

۲۵۶میلی گرم پتاسیم دارد؛ که ضد فشار خون است.

اثرات مواد مغذی موجود در بامیه بر سلامتی بدن:

۱) فیبر موجود در بامیه به حفظ قند خون کمک می کند؛ بدین ترتیب که سرعت جذب قند را کاهش می دهد، پس برای افراد مبتلا به دیابت مفید است.

۲) موسیلاژ(یک نوع فیبر) موجود در بامیه به کلسترول غذا متصل شده و جذب آنرا کاهش می دهد. همچنین باعث دفع سموم از بدن می شود. اثر بامیه درکاهش کلسترول خون، یکی از خصوصیات بسیار مفید این سبزی است زیرا مثل داروهای کاهنده کلسترول اثرات جانبی ندارد.

۳) بسیاری از متخصصان معتقدند که بیشتر بیماری ها از روده شروع می شوند. فیبر موجود در بامیه با جذب آب کافی، از بروز یبوست جلوگیری کرده و ابتلا به بیماری هایی چون بواسیر و دیورتیکولیت* را بشدت کاهش می دهد.

معمولاً برای افزایش حجم مدفوع و رفع یبوست،مصرف سبوس گندم توصیه می شود که امکان دارد دیواره روده را حساس کند.

ولی موسیلاژ موجود در بامیه روده را نرم کرده و خروج مدفوع را آسان می سازد.

۴) اسید فولیک باعث کاهش هموسیستئین خون می شود که این ماده رگهای خونی را مسدود می کند. ویتامین C نیز یکی از آنتی اکسیدان های مهم می باشد. در مجموع به علت دارا بودن این مواد مغذی و نیز فیبرهای محلول و املاح باعث پیشگیری از بیماری های قلبی نیز می شود.

۵) برای حفظ اثرات مفید بامیه و آنزیمهای هضمی آن، باید آن را خیلی کم بپزید یعنی با حرارت کم یا با بخار ملایم پخته شود. بعضی افراد بامیه را خام مصرف می کنند. ولی اگر خواستید آن را سرخ کنید، از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن گیاهی برای

سرخ کردن آن استفاده کنید.

* دیورتیکولیت : التهاب دیورتیکول ها(کیسه های گرد فتق مانند در دیواره مخاط روده بزرگ) است که در اثر تجمع باکتری ها و سایر محرك های داخل دیورتیکول ها ایجاد می شود و باعث درد، نفخ، تهوع، یبوست، اسهال و تب می شود.

مرجع: کتب طب سنتی

لیمو ترش

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

لیمو ترش بعلت داشتن خواص اسیدی ضد عفونی کننده قوی است . حتی اگر در مسافرتها به آب آشامیدنی مشکوک هستید و می ترسید از آن بنوشید کافی است چند قطره آب لیمو ترش را در آن بریزید . آب ر ا کاملا استرلیزه کرده و میکربهای موجود در آب را از بین می برد

کسانیکه می خواهند خود را لاغر کنند اگر صبح ناشتا آب لیمو ترش را با یک لیوان آب مخلوط کنند و مقدر کمی عسل بآن اضافه نمایند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدین ترتیب از شر چربیهای اضافی راحت خواهند شد .

بهترین کلسیم آن است که از پوست تخم مرغ و آب لیمو تهیه می کنند . برای تهیه کلسیم طبیعی یک تخم مرغ را تمیز شسته و در یك لیوان بگذارید و روی آن آً یك لیمو ترش را بریزید و آنرا مدت دو سه ساعت در جای خنکی بگذارید سپس تخم مرغ را در آورده و آب لیمو را که دارای مقدار زیادی کلسیم است می توانید روی سالاد ریخته و یا با عسل یا شکر شیرین کرده بنوشید از تخم مرغ هم که پوست آن نرم شده می توانید هنوز استفاده کنید .

برای گلو درد بهترین دارو لیمو ترش است . یك قاشق چایخوری آب لیمو ترش را در آب نیم گرم بریزید و با آن غرغره کنید ورم گلو و گلو درد را بر طرف خواهد کرد .

برای گرفتگی بینی و زکام کافی است چند قطرع آب لیمو را با یك قاشق چایخوری آب مخلوط کرده و در بینی بچکانید . برای رفع ورم معده و روده باید یك لیمو ترش را با پوست و هسته له کنید و آنرا با یك لیوان آب سرد و یك قاشق عسل مخلوط کده و بمدت یك ساعت قبل از خواب نوشید .

برای جلوگیری از خونریزی بینی کافی است که یك تکه پنبه را آغشته به آ ب لیمو کرده و در سوراخ بینی بگذارید خون دماغ را برطرف خواهد کرد .

اگر در صورت شما لکه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب لیمو و نمك است . بدین ترتیب که در مقداری آب لیمو نمك بزنید و آنرا با پنبه روی صورت خود بمالید لکه ها و جوشها را برطرف می کند .

بهترین دارو برای پوست دست شما مخلوط گلیسیرین و آ ب لیمو است . آب لیمو و گلیسرین را به نسبت مساوی مخلوط کنید و بدستهای خود مبالید ببینید که چقدر پوست دستها صاف می شود . در زمستان برای جلوگیری از سرما زدگی دستهای خود را با آ ب لیمو ماساژ دهید . خوردن آب لیمو سنگهای کلیه را نیز دفع می کند.

مرجع: کتب طب سنتی

خرما

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

به گفته یک کارشناس تغذیه؛ آهن موجود در خرما در پیشگیری از بروز بیماری فقر آهن موثر است.

یوسف نقیایی با بیان این مطلب، افزود: خرما در گروه میوه‌ها قرار دارد و سرشار از انواع ویتامین‌ها و مواد مغذی مورد نیاز بدن است.

وی با بیان این که هر یکصد گرم خرمای تازه حاوی ۲۵۰ کیلوکالری انرژی است، افزود: عمده‌ترین مواد تشکیل دهنده خرما را کربوهیدراتها تشکیل می‌دهند؛ به طوری که ۶۷ درصد از اجزای تشکیل دهنده خرما را کربوهیدرات‌ها به ویژه ساکاروز و فروکتوز تشکیل می‌دهد.

نقیایی همچنین ۵/۲ درصد پروتئین، ۵/۷ گرم فیبر خوراکی، یک میلی‌گرم آهن، پتاسیم، ویتامین A ، بتاکاروتن، ۴۱ میلیگرم کلسیم، ۵۷ میلیگرم فسفر را از دیگر اجزای تشکیل دهنده خرما عنوان کرد و یادآور شد: خرما با توجه به داشتن مقدار قابل توجه فیبر خوراکی در پیشگیری از سرطان‌های دستگاه گوارش به خصوص سرطان کولون و نیز کاهش چربی‌های خون موثر است.

وی تصریح کرد: امروزه خرما در پیشگیری از فقر آهن موثر شناخته شده است، چرا که میزان آهن موجود در خرما در هر یکصد گرم به یک میلیگرم می‌رسد که این مقدار نسبت به سایر مواد غذایی مقدار قابل توجهی محسوب می‌شود.

نقیایی با اشاره به مقدار پتاسیم موجود در خرما اظهار کرد: به همین دلیل مصرف خرما، بیماری‌های قلبی-عروقی را نیز بهبود می‌بخشد.

وی با بیان این که خرما دارای مقدار قابل توجهی ویتامین A و بتاکاروتن است، افزود: ویتامین A موجود درخرما از بروز بیماری‌های عفونی پیشگیری می کند.

این کارشناس تغذیه در پایان با تاکید بر ارزش غذایی این ماده غذایی، خرما را بهترین ماده غذایی هنگام شروع افطار در ماه رمضان دانست و خاطرنشان کرد: از آنجایی که خرما دارای کالری زیادی است، مصرف بی رویه این ماده غذایی نیز توصیه نمی‌شود، چرا که می‌تواند منجر به افزایش وزن و چاقی شود

مرجع: کتب طب سنتی

مریم گلی

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در متن آمده است.

توضیحات:

گیاه مریم گلی گیاهی با قدمت بسیار طولانی است و در حدود؟ ۰۰۰ سال پیش به وجود این گیاه پی برده و از آن استفاده می کرده اند از جمله ابوعلی سینا در کتابهای خود به این گیاه اشاره کرده و خواص آن را برشمرده و تأکید بر مصرف آن کرده است.

این گیاه ضد درد، آرامش بخش و برای کاهش قند خون استفاده می شود. این گیاه در تمام مناطق معتدله رویش دارد. گلهای سفید زیبایی می دهد، بصورت خوشه ای است و جزء گیاهان معطر و خوشبو است که طعم بسیار تلخی دارد.

این گیاه آرام بخش و مقوی اعصاب است. همچنین یک داروی ضد عفونی کننده بسیار قوی است. اگر از جوشانده این گیاه بصورت قرقره استفاده شود، جوشهای داخل دهان و بعضاً آفت دهان را درمان می کند.

همچنین برای زخمهایی که بر اثر واریس به وجود می آید بسیار مؤثر است.

در آنژیم و انواع گلو درد نیز از این گیاه استفاده می شود. از جوشانده این گیاه برای ضماد و جوشهای بدن استفاده می شود. جوشانده غلیظ این گیاه اگر با آب مخلوط شود برای دردهای مفصلی، رماتیسم و حتی راشیتیسم کودکان بسیار مفید و مؤثر است.

مرجع: کتب طب سنتی

انار

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

پیامبر خدا (ص "):انار مهتر همه میوه هاست و هر کس یک انار بخورد ،چهل پگاه شیطان خویش را به خشم می آورد .

امام صادق (ع "):میوه صد وبیست گونه است و مهتر همه آنها انار است" .

خواص انار

پیامبر خدا (ص "):هر کس اناری را کامل بخورد ،خداوند قلب او را چهل شب نورانی می دارد .

پیامبر خدا (ص "):انار بخورید زیرا هیچ دانه ای از آن در معده جای نمی گیرد ،مگر این که چهل روز قلب را نورانی می سازد وشیطان را برون می راند .

امام علی (ع "):درهر دانه انار چون درمعده جای می گیرد ،حیاتی برای قلب و فروغی برای نفس است و شیطانی را که وسواس نام دارد چهل شب بیمار می کند .

امام صادق (ع "):چهار چیز ،طبع را اعتدال می بخشد انارسورانی ،خرمای نارس پخته شده ،بنفشه و کاسنی .

امام صادق (ع"):هرکس در هنگام خفتن یک انار بخورد ،تا صبح جانش در امان است .

امام صادق (ع") :برشما باد انار ؛چرا که هیچ گرسنه ای آن را نمی خورد ،مگر این که وی را بسنده است و هیچ سیری آن را نمی خورد ،مگر این که غذا را بروی گوارا می سازد .

امام صادق (ع "):هرکس انار بخورد انار شیطان وسوسه را از او دور می سازد . چ

امام صادق (ع "):هر کس یک دانه از انار بخورد ،آن یک دانه شیطان وسوسه را تا چهل روز زمینگیر می کند .

امام کاظم (ع "):هرکس روز جمعه یک انار بخورد آن انار ،دل اورا تا چهل پگاه نورانی می دارد اگر دو انار بخورد تا هشتاد روز و اگر سه انار بخورد تا صد و بیست روز و نیز وسوسه شیطان ازاو دور می شود و هرکس وسوسه شیطان از اودور شود ،خداوند را نافرمانی نمی کند و هر کس خداوند را نافرمانی نکند خدای اورا به بهشت در می آورد .

امام کاظم (ع "):از جمله چیزهایی که آدم به فرزندش سفارش کرد ،این بود که به وی فرمود" :برتوباد انار ،اگر گرسنه شدی و آن را بخوردی بسنده ات کند و اگر در حالی که سیر بودی آن را خوردی غذا رابرتو گوارا سازد" .

خواص انار شیرین

امام صادق (ع "):برشما باد انار شیرین آن را بخورید چرا که هیچ دانه ای از آن به معده مؤمنی در نمی آید مگر این که بیماری ای از آن ریشه کن می کند و شیطان وسوسه را از او دور می سازد .

امام عسکری (ع "):انار بخور چراکه خون را فرو می نشاند و آنرا در درون تصفیه می کند .

خواص انار ترش وشیرین (ملس)

امام صادق از انار شیرین یاد کرد و فرمود" :ترش و شیرین در شکم سازگارتر است."

امام رضا (ع"):انار شیرین و ترش بمک ؛چرا که انسان را نیرو می دهد و خون را زنده می سازد .

خواص خوردن انار با پیه آن

پیامبر خدا (ص"):انار را با پیه آن بخورید ؛چرا که شست و شو دهنده معده است" .

امام علی (ع"):اناررا با پیه بخور چرا که معده را پاک می کند و هیچ دانه ای د رمعده انسان مسلمان جای نمی گیرد مگر این که آن را روشن می سازد و تا چهل پگاه شیطان و وسوسه را از آن دور می سازد .

امام علی (ع"):انار راباپیه اش بخور چرا که زرد شدگی دندان و بدبویی دهان را از بین می برد و انسان را پاک می کند" .

امام صادق (ع "):انار را با پیه اش بخور چرا که معده را پاک می کند و ذهن را افزون می سازد" .

مرجع: کتب طب سنتی

فندق

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

فندق درختچه ای است به ارتفاع تقرباً ۲ متر که برگ های آن پهن و نوک تیز است. فندق دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدریجاً از آن جدا می گردد.

مغز فندق در حدود ۶۰ درصد روغن دارد که به رنگ رزد روشن بوده و دارای طعم ملایم و بوی مطبوعی می باشد.

از روغن فندق در تغذیه، عطر سازی و نقاشی استفاده می شود. مغز فندق مقدار زیادی فسفر دارد.

فندق دارای خواص زیادی است و دارای پروتئین، مواد چرب، کلسیم، فسفر و پتاسیم می باشد. فندق گرم و خشک است و برای بیماری قند مفید است.

این دانه روغنی برای تقویت بدن، روده و معده، سرفه، درد سینه و کبد مفید است. سموم را از بدن خارج کرده و برای ریزش مو و سوزش مجاری ادرار مفید می باشد ولی فشار خون را بالا می برد.

اگر شما فعالیت فکری زیادی دارید بهتر است فندق بخورید چون به دلیل فسفر زیاد مغز شما را تقویت می کند. ولی به خاطر داشته باشید افراط در خوردن این دانه روغنی باعث نفخ و گاز شکم و استفراغ می شود. اگر سرد مزاج هستید بهتر است فندق را با آب و عسل بخورید و اگر گرم مزاجید با سکنجبین میل کنید.

مرجع: کتب طب سنتی

زرشک

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

زرشک درختچه ای است که علاوه بر میوه آن از پوست و ریشه آن هم برای درمان برخی بیماری ها استفاده می شود.

زرشک فواید بسیار زیادی دارد و می توان آن را همراه ژله یا به صورت پخته با میوه های دیگر مصرف کرد.

مصرف آن در درمان تب، اسهال و اسهال خونی مؤثر است. از آب زرشک تازه به عنوان دهانشویه برای استحکام لثه ها استفاده می شود.پوست و ریشه آن تلخ مزه است و در دفع صفرا و ناراحتی های کبدی مؤثر است. زرشک ملین و مسهل بوده و به هضم غذا کمک کرده و سوء هاضمه را برطرف می کند و برای بیماری فشار خون نیز مفید است.

زرشک در درمان ورم مفاصل و ناراحتی های رماتیسمی تدثیر دارد و باعث کاهش ضربان قلب، تنگی نفس و تحریک حرکت روده ای و نلراحتی برونشیتی است.

زرشک باکتری های سطح پوست را از بین برده و به درمان زخمها، کوفتگی ها، سوختگی ها، انواع جوشها و آکنه و خارش کمک می کند (البته به یاد داشته باشید که در دوران بارداری از مصرف زیاد آن خودداری کنید.)

مرجع: کتب طب سنتی

زوفا

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

زوفا یکی از مهمترین گیاهان دارویی و ادویه ای به شمار می رود . از دم کرده پیکر رویشی این گیاه برای درمان بیماریهای مربوط به دستگاه تنفس مانند سرفه، سیاه سرفه، برونشیت و آسم استفاده میشود. مواد موثره این گیاه سبب افزایش فشارخون، هضم غذا و همچینین کاهش تورم می شود. زوفا اگر چه تلخ مزه است ولی به عنوان طعم دهنده مواد غذایی و همچنین در تهیه سس مورد استفاده قرار میگرد.

اسانس زوفا :

خاصیت ضد قارچی و باکتریایی دارد. این اسانس در صنایع کنسروسازی ، نوشابه سازی و همچنین در صنایع آرایشی و بهداشتی کاربرد فراوانی دارد. به علت نوش فراوانی که در گلهای این گیاه به وجود می آید در ردیف گیاهان مولد عسل قرار دارد. عسل حاصله از آن کیفیت بسیار مطلوبی دارد.

مشخصات گیاه :

زوفا گیاهی خشبی و چند ساله است. منشا این گیاه آسیای صغیر گزارش داده شده و همچنین زوفا در سطح وسیعی در مرکز و جنوب اروپا، عمدتا در روسیه، بلغارستان، مجارستان، ایتالیا و اسپانیا، فرانسه و کشمیر و هند کشت میشود. واز دریای خزر تا دریای سیاه همچنین درمناطق شنی نواحی مدیترانه می روید.

ریشه زوفا مستقیم است و انشعابات فراوانی دارد ساقه چهارگوش، مستقیم ارتفاع آن ۵۰ –cm۷۰ است. قسمت تحتانی (پای ساقه) چوبی و قهوه ای رنگ و از انشعابهای فراوانی برخوردار است ولی قسمت فوقانی آن نرم و سبز رنگ می باشد. برگهای صاف، فاقد دندانه، باریک، کشیده و کم و بیش نیزه ای شکل و رنگ آن سبز روشن است.

خواص دارویی :

نوشیدن زوفای جوشیده با عسل و گیاه سداب به کسانی کمک میکند که به سرفه های شدید، تنگی نفس، افراد مبتلا به رماتیسم وکسانی که نفسشان با خس خس همراه است کمک میکند . این گیاه همراه با عسل کرمهای داخل شکم را میکشد و کوبیده شده آن با انجیر تازه به از خشکی در آمدن مزاج کمک میکند اثر آن قویترهم می شود اگر گل زنبق یا سوسن یا شاهی به آن اضافه شود این گیاه دارویی عالی برای ورم یا آماس لوزه در گلو است و این تحت شرایطی است که به عنوان غرغره ازآن استقاده شود

مالیدن پماد آن به سر شپش را از بین می برد این گیاه برای کاهش بیماری خلط بسیار مناسب است و در تمام مشکلات ناشی از سرما یا بیماریهای قفسه سینه و یا ریه مناسب است و این تاثیر هنگامی است که مثل شربت استفاده شود

مرجع: کتب طب سنتی

اکلیل کوهی(رزماری)

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در زیر آمده است .

توضیحات:

اکلیل کوهی بومی منطقه ?مدیترانه و کشور اوروگوئه است. گل‌های آن در رنگ‌های گوناگون سفید، صورتی، بنفش یا آبی می رویند.

استفاده در آشپزی

از برگهای تازه و خرد شده اکلیل کوهی به دلیل وجود اسانس معطر و روغن فرار و همچنین تانن در سالاد و در تهیه خوراکهای مرغ و ماهی استفاده می شود. پودر برگهای خشک شده اکلیل کوهی به تنهایی یا همراه با سایر ادویه جات به عنوان چاشنی جهت خوش طعم نمودن غذاها به خصوص سس سالاد به کار می رود.

خواص دارویی

از نظر خواص طبی و دارویی اکلیل کوهی اثر ضدعفونی کننده و معرق داشته و جریان خون را در اندامهای شکمی افزایش می دهد و در تحریک میزان ترشح شیره های گوارشی و صفرا بسیار مفید است. این گیاه شفا بخش برای معالجه رماتیسم، فلج، سستی اعضاء، تشنج، اختلالات عصبی و تنفسی و همچنین نارسایی کبد و کیسه صفرا مفید و موثر است. این گیاه و سبزی در ایران کمتر مورد توجه طباخان و بانوان آشپز ایرانی قرار گرفته ولی در کشورها ارو.پایی جایگاه ممتازی در آشپزخانه داشته و در تهیه سسها و هنگام خوردن گوشت کباب وجود آن ضروری است.

مصرف اکلیل کوهی باعث گشادی رگ‌ها و تقویت گردش خون می شود و بنابراین برای جلوگیری از ریزش موها مفید است.

مرجع: کتب طب سنتی

سداب

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

سُداب (نام علمی: Ruta graveolens) از تیره مرکبات (سُدابیان) (rutaceae) گیاهی علفی پایا با ساقه‌های منشعب و چوبی، برگهای متناوب دو تا سه قسمتی صاف و بی پرز است.

از گونه‌های سداب می‌توان به سُداب کوهی (اسپند، wild rue) و سداب کهنه (wall rue) اشاره کرد.

خواص داروئی: خاصیت اصلی آن کم کردن فشار شهوت است (البته باید توجه داشت که مصرف زیاد سداب سمی است و باید پرهیز شود)، پائین آورنده فشار خون. تنظیم‌کننده کار قلب. ضدسردرد. ترشح صفرا را تحریک نموده و انگل‌های روده را دفع می کند.

مرجع: کتب طب سنتی

بادرنجبویه

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در متن آمده است.

توضیحات:

گیاه «بادرنجبویه» سالهاست که توسط پزشکان مشرق زمین، برای درمان مشکلات خلقی استفاده می‌شود؛ همچنین مصرف آن جهت سردرد با منشاء عصبی، ضعف حافظه و خستگی روحی مفیدست.

دکتر علی زرگری در خصوص فواید این گیاه می گوید: «وارنگ بو» یا «بادرنجبویه» در طب عوام برای مصارفی از قبیل رفع دل پیچه ناشی از نفخ و تقویت معده به کار می‌رود و از مصارف اصلی و ویژگی‌های خاص آن، آرام کردن اعصاب و تقویت قلب است.

او ادامه می‌دهد: این گیاه به اشکال مختلفی از قبیل اسانس، عصاره روغنی، روغن، پماد، کمپرس و دم کرده استفاده می شود. اسانس این گیاه در آرام کردن درد معده با منشاء عصبی، احساس چنگ زدگی در معده، تپش قلب، سردردهای یک طرفه، سرگیجه، عصبانیت، بی‌خوابی، استفراغهای دوران بارداری، کم خونی دختران جوان، درد عصبی دندان و رفع تندخویی در دختران جوان و زنان بسیار مؤثرست.

برگ این گیاه، بهترین دارو برای کسی است که هنگام نگرانی واضطراب ناراحتی معده پیدا می کند. دم کرده آن نیز جهت تهوع، مراحل اول سرماخوردگی، خستگی عصبی و افسردگی مفیدست.

گفتنی است کمپرس، پماد و روغن حاصل از این گیاه جهت دفع حشرات و درمان زخم نیش آنها و رفع تنش عصبی، از زمان ابن سینا تجویز شده است.

مرجع: کتب طب سنتی

زردآلو

طریقه مصرف:

خوراکی

توضیحات:

درخت زردآلو بومی نواحی چین می باشد و هنوز هم به صورت وحشی در این مناطق می روید، این درخت در اوایل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت.

میوه آن گوشتی و زرد رنگ با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابستان می رسد.

هسته زردآلو صاف، قهوه ای و بیضی شکل است. در داخل هسته مغز آن قرار دارد که طعم برخی از آن شیرین و برخی دیگر تلخ است.

خواص داروئی

خواص درمانی زردآلو

۱) تصفیه کننده خون است.

۲) عروق را باز می کند.

۳) ملین است.

۴) بوی بد دهان را رفع می کند.

۵) تب بر است.

۶) به دلیل داشتن کبالت برای کم خونی مفید است.

۷) ورم مفاصل را برطرف می کند.

۸) ضد نرمی استخوان است.

۹) برای قلیایی کردن بدن مفید است.

خواص درمانی هسته و برگ درخت زردآل

ومغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است.

۱) مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است.

۲) روغن مغز هسته را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می کند.

۳) روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است.

۴)روغن تلخ مغز هسته اگر تلخ باشد کشنده کرم معده و روده است

مرجع: کتب طب سنتی

کنف

طریقه مصرف:

در ذیل به آن اشاره خواهد گردید :

توضیحات:

گیاهی بوته مانند و دارای ساقه های پوشیده از خار است منشأ اصلی آن نواحی مختلف آفریقا ذکر شده است از دانه آن روغن خوراکی استخراج و از الیاف آن محصولات مختلف منجله کاغذ گونی و چتائی و ... تهیه می شود.

کنف گیاهی است دو لپه و گلدار یکساله با ریشه های متراکم و عمیق و سفید رنگ ، ساقه این گیاه نسبتاً علفی و اکثراً بدون انشعاب و ارتفاع آن از یک تا ۴ متر تغییر می کند. ارتفاع متوسط ساقه کنف بین ۴/۲ تا ۶/۳ متر است. برگهای کنف متناوب بادمبرگی نسبتاً بلند، رگبرگهای پنجه ای و برگها ساده یا پنجه ای است که هر دو نوع برگ ممکن است روی یک بوته وجود داشته باشد. برگها دارای لبه های دندانه دار بوده و در سطح برگ و ساقه کرکهای ریزی وجود دارد. گل بصورت منفرد نسبتاً بزرگ در روی ساقه در نقطه بین برگ و ساقه قرار دارد. گل کنف کامل و منظم میباشد. کاسه گل از ۵ کاسبرگ که در قاعده کم و بیش به یکدیگر چسبیده اند و جام گل از ۵ گلبرگ غالباً متقارن که در قاعده پیوسته هستند تشکیل یافته است. کاسه گل دارای کاسچه (کاسه فرعی) که باریک و معمولاً دارای ۸ لوب میباشند. جام گل زرد ولی در وسط بنفش رنگ است و گلبرگهاسه تاچهار برابر بلندتر از کاسبرگها می باشد. نافه که از تعداد بسیاری پرچم تشکیل یافته است. مادگی فوقانی از ۵ برچه پیوسته تشکیل یافته و تمکن آن محوری است. تخمدان ۵ خانه ای مجزا و در هر خانه دو ردیف تخمک واژگون (آناتروپ) قرار دارد. میوه کنف کپسول لوکولیسید، تخم مرغی شکل، نوک تیز کرک دار و اندازه آنها تقریباً برابر نصف کاسبرگ است. هر کپسول دارای ۵ برچه است. که در داخل هر برچه حداقل یک دانه وجود دارد. دانه ها به رنگ سیاه و خاکستری و در داخل هرکپسول حدود ۱۸ تا ۲۰

دانه وجود دارد.این گونه دارای چهار واریته به قرار زیر می باشد :

(۱) H.c.var.vulgaris (۲) Hici var. Viridis

(۳) H.c. var sinplox (۴) H.c. var purpurea

از ارقام مهم کنف می توان از کوبا ۱۰۸ و کوبا ۲۰۳۲ ، کوبانو ، مصری ، اورگلاید ، فلوریدا ، رودزین و سودان تر ادیف نام برد.

نیاز اکولوژیکی

آب و هوا : گیاه برای رشد و نمو و تولید الیاف بذر کافی باید در مناطق گرم و نیمه گرمسیری کشت گردد. کنف در برابر سرما حساس بوده و یخبندان عامل مهم محدود کننده کاشت ، تولید جوانه و رشد آن است. حداقل درجه حرارت برای تولید جوانه کنف حدود ۱۲ درجه سانتی گراد است مناسبترین درجه حرارت برای کنف در طول دوره رشد ۲۵ تا ۳۰ درجه سانتی گراد می باشد در فصل تابستان می تواند گرمای ۳۵ تا ۴۰ درجه را تحمل کرده به رشد خود ادامه دهد.هر گاه کنف در مناطق مرطوب و در زمین هایی که در نزدیکی دریا کاشته شود، رطوبت نسبی ۶۸ تا ۸۲ درصد را تحمل می کند.

کنف گیاهی روز بلند و در مناطقی که روزانه کمتر از ۵/۱۲ ساعت روشنایی وجود دارد، بخوبی رشد نکرده با رور نشده و کشت آن موفقیت آمیز نمی باشد. مناطق با ورزش باد شدید برای رشد کنف مناسب نیست زیرا باد شدید علاوه بر تبخیر سریع باعث خوابیدگی (و رس) ساقه ها میشود. کشت کتف بخصوص انواع وحشی آن در زمین های هم سطح دریا تا ارتفاع ۱۲۵۰ متری امکان پذیر است لکن مناسب ترین ارتفاع برای انواع اصلاح شده کنف از سطح دریا حدود ۶۰۰ متر می باشد.

خاک : خاک محل کشت کنف باید دارای عمق کافی و کاملاً قابل نفوذ و حاصلخیز باشد برای همین زمین های رسی برای کاشت این گیاه مناسب نمی باشند.بهترین خاک برای کاشت کنف زمین های رسی شنی ، شنی رسی لمونی شنی و یا لمونی با مواد ارگانیکی کافی میباشند.

زمین هایی که سفره آب زیرزمینی آنها بالا و بخوبی زه کشی نشده باشند و همچنین زمین های باتلاقی برای کاشت و رشد و نمو کنف مناسب نیستند. کنف نسبت به شوری کم و بیش مقاوم است.

pH مناسب برای رشد کامل کنف بین ۷/۴ تا ۸/۷ است لیکن در خاکهائی که pH آنها بین ۶ تا ۸/۶ و حداکثر ۷ باشد بهتر رشد می نماید.

تناوب : کنف گیاهی است که در دوره رشد مواد غذائی زیادی را جذب و زمین را از وجود مواد غذایی بویژه ماده ازته و فسفره نسبتاً ضعیف می نماید. کاشت مداوم یا چند ساله آن در یک زمین سبب بروز بیماریهای گیاهی بخصوص بوته میری شده و موجب نقصان محصول می شود. علاوه بر اینها در مناطقی که کاشت کنف و پنبه رواج دارد چون این دو گیاه از یک تیره هستند و دارای آفات و بیماریهای مشترک می باشند نباید آنها را در تناوب بدنبال هم قرار داد و حتی در یک مزرعه حتی المقدور باید این دو را با فاصله نسبتاً زیاد و دور از یکدیگر کاشت در صورتی که در گردش زراعی کنف بعد از گیاهان تیره حبوبات کاشته شود،تولید الیاف و بذر رضایت بخش خواهد بود.

کنف را می توان در تناوب همراه با گیاهانی مانند حبوبات ، بادام زمینی ، گندم ، ذرت و حتی برنج قرار داده، تناوب دو یا سه ساله بر قرار نمود. در شمال ایران برای تولید کنف اغلب تناوب سه ساله شرح زیر برقرار می گردد:

سال اول: ذرت

سال دوم: حبوبات

سال سوم: کنف.

آماده سازی خاک

زمین کشت کنف باید از لحاظ موادآلی غنی باشد. لذا اگر برای تقویت و اصلاح زمین در سال قبل کود سبز داشته شده باشد باید در اواسط پائیز زمین را شخم زد تا در اثر زیر خاک رفتن کود سبز و پوسیدن آن مواد آلی زمین (هوموس) افزایش یابد یا با اضافه کردن کود دامی پوسیده در پائیز به مقدار ۲۰ تا ۳۰ تن در هکتار آنها با شخم عمیق به زیر خاک برد. عمق این شخم بستگی به عمق خاک زراعتی دارد و حد متوسط آن ۲۰ سانتی متر است در بهار پس از یخبندان و سرما باید زمین را شخم سطحی و یا دیسک زد تا کلوخ ها کاملاً خرد شوند شخم و یا دیسک بهاره باید عمود بر شخم پائیزه باشد در صورت وجود بقایای محصول سال قبل از قبیل ریشه و ساقه یا علف های هرز در سطح زمین بایستی آنها را جمع آوری و از زمین خارج کرده و سپس به تسطیح زمین اقدام نمود.

مواد غذایی مورد نیاز کنف.

برای آنکه کنف محصول کافی تولید نماید با توجه به شرایط آب و هوایی و نوعی که کاشته می شود لازم است از کود های شیمیائی بویژه ازت و فسفر و پتاس به مقدار مورد نیاز استفاده شود.برای استفاده بیشتر گیاه از مواد فسفره و پتاس بهتر است این دوماده را قبل کاشت و به وسیله دیسک در عمق ۴ یا ۵ سانتی متری خاک قرارداد.لیکن اگر کود ازته (اوره) دردو مرحله و به صورت سرک به زمین اضافه شود نتیجه بهتر خواهد بود. مرحله اول پخش کود ازته همزمان با تنک کردن بوته های اضافی و مرحله دوم ۳۰ روز بعد از مرحله اول است. هر گاه کنف به منظور تولید بذر کاشته شود مصرف بیش از حد مورد نیاز ماده ازته سبب دیرسی گیاه و علفی شدن آن گردیده و به ورس ساقه کمک می کند.در شمال میزان کود شیمیائی به قرار زیر است ازت ۱۰۰ کیلوگرم در هکتار ، فسفر ۶۰ کیلوگرم در هکتار و پتاس ۳۰ کیلوگرم در هکتار.

کاشت

زمان کاشت باید طوری انتخاب شود که شرایط جوی و خاک از هر نظر برای کاشت و رویش بذر مناسب باشد و برای رسیدن به این هدف تعیین مقدار بذر در هکتار نیز عامل مهمی برای تولید محصول خواهد بود. لذا پس از رفع سرما و افزایش درجه حرارت خاک در بهار هر چه زودتر اقدام به کشت شود زیرا کاشت به موقع دارای مزایای زیر است :

(۱) کشت به موقع سبب می گردد که در موقع بارش باران های بهاری جوانه به سرعت از بذر خارج و رشد اولیه آن بهتر انجام می شود.

(۲) رشد گیاه تا زمان برداشت کامل شده و مقدار محصول نیز افزایش یابد در مورد ارقامی که نسبت به نور حساسیت کمتری دارند زمان کاشت آنها هر چه زودتر انجام گیرد مرحله تولید گل و رسیدن و در نتیجه برداشت محصول نیز زودتر انجام خواهد شد.

اگر موقع کاشت بذر رطوبت و حرارت خاک کافی و شرایط مناسب باشد بذر کاشته شده پس از ۵ تا ۶ و حداکثر ۸ روز جوانه تولید می نماید از تولید جوانه تا ظهور اولین گل حدود ۹۰ تا ۱۰۵ روز و از گل دادن تا رسیدن کامل حدود ۴۵ تا ۵۰ روز طول می کشد. زمان کاشت کنف در مازندران از حدود اواخر فروردین تا حدود اواخر اردیبهشت مطابق شرایط جوی تغییر می کند. بهترین زمان کشت کنف در خوزستان (دزفول) از اوایل اسفند تا اواسط اردیبهشت و در ایرانشهر از اواسط بهمن تا اواخر اسفند ماه است. در ورامین مناسب ترین زمان کاشت از حدود اوایل اردیبهشت تا اواخر خرداد ماه می‌باشد.

مقدار بذر :

مقدار بذر برای هر هکتار تابع عواملی نظیر درجه حرارت محیط در زمان کاشت،نوع زراعت(دیمی یا آبی)،هدف از تولید (تهیه بذر یا الیاف) و همچنین روش کاشت (خطی یا کرتی دستپاش) تغییر می کند.

در کاشت کنف به منظور تهیه الیاف در زراعت های خطی که با ماشین کاشته می‌شود مقدار بذر مورد نیاز حدود ۲۰ تا ۲۵

کیلوگرم در هکتار است و فاصله خطوط کاشت ۱۵ تا۲۰ و گاهی ۲۵ سانتی متر و بین بوته ها ۵ سانتی متر می باشد هرگاه منظور از کاشت کنف تولید بذر باشد مقدار بذر مصرفی ۱۰ تا ۱۵ کیلوگرم و فاصله خطوط را باید بین ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر و فاصله بوته ها را بین ۵ تا ۷سانتی متر انتخاب کرد. در زراعت‌های دستپاش مقدار بذر مورد نیاز بیشتر از زراعتهای خطی و حدود ۳۵ تا ۴۰ کیلوگرم در هکتار است.

در زراعتهای خطی که کاشت بوسیله بذر پاش انجام میشود معمولاً بذر را در وسط و یا کناره های خطوط کاشت میکارند. عمق کاشت بذر کنف در شرایط مختلف بین ۱ تا ۳ سانتی متر تغییر کرده و مناسب ترین آن حدود ۲ تا ۳ سانتی متر است.

هنگام کاشت برای پیشگیری و از بین بردن پاره ای از بیماریهای بذر زاد بهتر است قبل از کاشت بذر را با سموم سیستمیك و یا سمومی بر مبنای P.C.N.B ضدعفونی نمود.

داشت

داشت،آبیاری تنك کردن،وجین و مبارزه با آفات و بیماریها از ضروریات داغشت می باشد.

آبیاری :

مقدار آب مورد نیاز کنف از زمان کاشت تا رسیدن کامل بستگی به تراکم بوته ها،جنس خاك ، درجه حرارت و رطوبت نسبی محیط و مقدار ریزش باران دارد در مناطقی که حدود ۵۰۰ تا ۷۵۰ میلی متر بارندگی سالیانه داشته باشد می توان زراعت دیم کنف را انجام دهد در غیر این‌صورت آبیاری الزامی است. در جنوب ایران به علت شور بودن زمینها بهتر است از کاشت کنف به صورت کرتی اجتناب کرده و این گیاه را به صورت خطی کشت کرد.

تنك کردن و وجین : پس از آنکه رشد اولیه کنف کامل شد و ارتفاع بوته ها حدود ۱۰ تا ۱۲ سانتی متر گردید. بایستی بوته های اضافی را تنك و از بین خارج نمود عمل تنك کردن یا معمولاً با دست انجام میشود پس از پایان آن باید فاصله بوته ها در روی خطوط بین ۵ تا ۷ سانتی متر و فواصل خطوط در مورد کنف لیفی ۲۰ تا ۳۰ و در مورد کنف بذری ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر باشد.برای جلوگیری از رشد علفهای هرز لازم است در ۲ تا ۳ و حداکثر ۴ مرتبه مزرعه را وجین کرد. مناسب ترین وسیله مبارزه استفاده از کولتیواتور است.

آفات و بیماریها :

مهمترین آفات کنف عبارتند از : آفات کرم خاردار ، کارادرینا ، تریپس ، آگروتیس و شته . که سم مورد مصرف برای تریپس ، شته متاسیستوکس ۵/۱ در هزار میباشد و برای کرم خاردار وکارادرینا و آگروتیس می توان از سم سوین به نسبت ۲ کیلو در هکتار استفاده کرد. از دیگر آفات سر پولك (Padagrica mentriesi) میباشد که با سم تیودان می توان با آن مبارزه نمود. آفت دیگر کرم ریشه یا لارو پروانه (Agrotis segetum) که برای مبارزه با آن باید با علف های هرز مبارزه و با لیندین ۲۵ درصد طعمه پاشی نمود.

آفت دیگر کرم ساقه کنف(pyrausta nubilalis)می باشد که با قطع و سوزاندن علفهای هرز اطراف مزرعه در ماههای تیر و مرداد می توان با آن مبارزه نمود.

از بیماریهای مهم کنف عبار تند از :

(۱) بیماری پوسیدگی طوقه و ریشه کنف (Fusarium bucharicum) که عامل آن قارچ می باشد که برای مبارزه و پیشگیری آن کارهای زیر ضروری است:

(۱) تهیه ارقام مقاوم، (۲) رعایت اصول آیش و تناوب. (۳) خود داری از کشت در زمین های باتلاقی و یازمین هائی که دارای املاح کلسیم زیاد می باشند. (۴) مبارزه شیمیائی که تا حدودی مشکل می باشد.

۲- بیماری لکه ارغوانی برگ کنف

۳- بیماری لکه دودی کنف

۴- بیماری پوسیدگی خاکستری کنف می باشد.

برداشت

زمان برداشت کنف در گیلان و مازنـدران از حـدود اوایل مهر تا اواخر مهر و در خوزسـتان و فارس از اوایل تا اواخر آبان ماه و در ورامین اواسط آبان تا اواسط آذر می باشد.

برداشت کنف زمانی باید انجام شود که ساقه کاملاً خشک نشده باشـند در غیر اینصورت به علت چسبیدن الیاف به جدار ساقه جدا کردن آنها مشکل و از کیفیت آنها کاسـته می شود. جهت مصـرف در کارخانجات کاغـذسازی موقعی به برداشت کنف اقدام می شود که مقـدار محصول خشـک ساقه حـداکثر و کپسول ها رسـیده باشـد. اگر کشت کنف برای تهیه بـذر باشـد می توان در اواخر مرحله زنـدگی کنف بتدریـج که کپسولها می رسـند آنها را از ساقه جـدا و در محل مناسبی انبار نمود و یا زمان رسـیدن دانه ها که حدود ۲ ماه پس از ظهور اولین گل در گیاه می باشد ساقه ها را به وسـیله ماشین یا اره موتوری و با داس قطع کرده و در دسته های ۲۰ تا ۲۵ کیلوگرمی دسته بندی و در مزرعه در معرض جریان هوا قرار داده تا خشک شوند پس از ۲ تا ۳ و حداکثر ۷ روز آنها را با وسایل مختلف کوبیـده و دانه ها را از سایر مواد جـدا کرده و در داخل گونی های کنفی ریخته و انبار می کنند. عدم وجود رطوبت و جریان داشتن مناسب هوا در انبار باید رعایت شود.

اگر هـدف از کـاشت کنف تهیه الیاف باشـد معمولاً قبل از آنکه ساقه ها بطور کامل برسـند و قبل از چسبیـدن الیاف به جـدار ساقه برداشت بایـد انجام گیرد. هنگام برداشت ساقه ها را از ریشه از زمین خارج می کنند در صورتیکه ساقه ها را از نزدیک سـطح زمین کف بر نماینـد.کیفیت الیـاف بهتر می باشـد و ریشه هـا و گـل و لاـی اطراف ریشه داخل ساقه ها نمی شونـد. پس از برداشت برای کاهش رطوبت ساقه و افزایش سـرعت تبخیر،ساقه ها را در دسـته های کوچک به شـکل خاصی در مزرعه به حالت ایستاده قرار می دهند که به آن چاتمه کردن می گویند. پس از چند روز دسـته های ساقه را درون حوضچه هائی که در آن ها آب جریان دارد قرار می‌دهنـد و درجه حرارت آب داخـل حوضـچه ها بایـد حـدود ۳۰ تـا ۳۲ درجه سـانتی گراد باشـد. عمـل تخمیر پوست ساقه توسـط میکروارگانیسم های موجود در آب صورت می گیرد.

مـدت زمـان تخمیر بسـتگی به درجه حرارت آب داشـته و در شـرایط مساعـد بین ۱۰ تا ۲۰ روز است و در صـورت نامساعـد بودن شرایط ممکن است تا دو ماه به تعویق بیفتنـد. پس از پایان عمل تخمیر و جـدا کردن الیاف و شسـتشو دادن و تمیز کردن آنها الیاف را آویزان کرده تـا خشـک شونـد. حـدود یـک بیسـتم وزن سـاقه هـا را الیـاف خشـک تشـکیل می دهـد. رنگ معمولی ساقه کنف هیچگونه تاثیری در رنگ الیاف نداشـته و در صورتیکه تخمیر و شستشوی آنها دقیق انجام شود الیاف سفید و شفاف حاصل خواهد شد.

دامنه انتشار

مناطق کاشت کنف در گیلان و مازندران : قائم شـهر، بابل ، آمل ، محمود آباد ، بندپی ، سرخ رود ،نور ، لنگرود آستانه ، رشت– بندر انزلی

استان فارس : داراب ، کازرون. کرمان : بم، رفسنجان و جیرفت . تهران : ورامین. خوزستان : دزفول ایرانشهر ، بندرعباس ، میناب ، مهران

مرجع: کتب طب سنتی

ریواس

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در متن آمده است.

توضیحات:

ریواس یا ریباس یا ریواج یک گیاه علفی است که در فصل بهارو اوایل تابستان میروید .به ساقه زیر زمینی این گیاه راوند میگویند. بهترین نوع ریواس آن است که از کشور چین می آورند و رنگ آن قرمز است و میانه آن زرد رنگ است و به آن ریوند چینی میگویند.

ترکیبات غذایی:

ریواس غنی از فیبر و ویتامین C بوده در آن آب-پروتئین-قند-کربو هیدرات-کلسیم-ویتامین های A و B سدیم و پتاسیم وجود دارد.

خواص دارویی:

طبیعت آن سرد است

مقوی ملین و کرم کش است

لوز المعده را وادار به ترشح انسولین کرده و قند خون را کم میکند

برای رفع جوش بدن مفید است

برای بی اشتهایی-درد معده و بیماری های کبدی نافع است

باعث تقویت معده و روده شده و تنظیم کننده ترشحات و حرکات معده است

سستی و خماری را بر طرف میکند و مسرت بخش است

برای امراض وبایی و اسهال مفید است

خون را تصفیه میکند

چکاندن آب تازه ریواس در چشم سبب تقویت بینایی واز بین رفتن لکه های سفید چشم میگردد

ترکیب ریواس با آبلیمو و مالیدن آن به صورت باعث از بین رفتن جوش و لک میشود

برای تقویت موی سر نافع است

اگر با حنا مخلوط شود رنگ مو را شرابی میکند

جوشانده برگ های ریواس باعث تمییزی ظروف آلومینیومی میشود

مرجع: کتب طب سنتی

گوجه فرنگی

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در مقاله ذکر شده است.

توضیحات:

به گزارش سرویس بهداشت و درمان خبرگزاری دانشجویان ایران(ایسنا) منطقه مرکزی، گوجه فرنگی ملین بوده و سنگ کلیه را دفع می‌کند.

مردان می‌توانند با خوردن مداوم گوجه فرنگی خود را در مقابل سرطان پروستات محافظت کنند.

همچنین گوجه فرنگی از ورم آپاندیس جلوگیری می‌کند. از جوشانده برگ گوجه فرنگی نیز می‌توان برای دفع شته و حشرات استفاده کرد.

گوجه فرنگی برای مبتلایان به نقرس و رماتیسم مفید و ورم مفاصل را برطرف می‌کند. همچنین از تصلب شرایین جلوگیری کرده و حتی مصرف آن برای این مرض مفید است.

گوجه فرنگی، اوره خون را پایین می آورد. برای تمیز کردن خون باید از گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و به مقدار سه فنجان در روز قبل از غذا و به مدت سه هفته استفاده کرد.

برای تمیزی لکه جوهر بر روی لباس، یک تکه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگی قرار داده و لکه جوهر را با آن مالش دهید و سپس آنرا بشویید.

اگر پوست شما کک و مک دارد، هر روز آنرا با گوجه فرنگی تمیز کنید کم کم کک و مک‌ها را از بین می برد.

گفتنی است، در بعضی از اشخاص هضم گوجه فرنگی با اشکال صورت می گیرد. کسانی که معده حساس دارند، نباید در خوردن گوجه فرنگی افراط کنند.

همچنین بعضی از افراد نسبت به گوجه فرنگی حساسیت دارند. این نوع از افراد نیز نباید گوجه فرنگی بخورند.

مرجع: کتب طب سنتی

جعفری

طریقه مصرف:

نحوه استفاده در زیر آورده شده است.

توضیحات:

جعفری ضد نفخ شکم است و شریان‌ها و رگ‌ها را تمیز می‌کند.

دم کرده ریشه جعفری برای درمان تنگی نفس و درمان سرخک مفید است.

برای رفع لک‌ها و جوش‌های صورت، دم کرده جعفری را روی پوست صورت بمالید. برای روشن شدن رنگ پوست، مقداری جعفری را در نیم لیتر آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و صبح و شب صورت خود را با آن بشوئید. بعد از یک هفته پوست صورت شما روشن می‌شود.

دم کرده جعفری ضد تب بوده و برای بواسیر و سنگ کلیه مفید است.

خوردن چای جعفری به هضم غذا کمک می‌کند.

بعد از خوردن سیر برای برطرف کردن بوی دهان می‌توانید از جعفری استفاده کنید. جعفری نفس را نیز خوشبو می‌کند.

شایان ذکر است، برای درمان خون مردگی و له شدگی می‌توان از برگ و ساقه جعفری برای بهبود عضو آسیب دیده استفاده کرد.

مرجع: کتب طب سنتی

پوست آهو

طریقه مصرف:

تزیینی

توضیحات:

بسیار زیبا

مرجع: کتب طب سنتی

گل زوفا با نام علمی Hyssopus officinalis

طریقه مصرف:

در ذیل خواهد آمد

توضیحات:

گل زوفا با نام علمی Hyssopus officinalis

زوفا از کلمه یونانی آزوب به معنای گیاه مقدس گرفته شده است و یکی از مهمترین ??? گونه گیاهی است که برای معطر کردن نوشابه ها در قدیم بکار می بردند . زوفا یکی از مهمترین گیاهان دارویی و ادویه ای به شمار می رود . در اکثر فارماکوپه های معتبر از پیکر رویشی زوفای به عنوان دارو یاد شده است .

از دم کرده پیکر رویشی این گیاه برای درمان بیماریهای مربوط به دستگاه تنفس مانند سرفه ، سیاه سرفه ، برونشیت و آسم استفاده می شود . مواد موثرۀ این گیاه سبب افزایش فشار خون ، هضم غذا و همچنین کاهش تورم می شود . زوفا اگر چه کمی تلخ مزه است ولی به عنوان طعم دهندۀ مواد غذایی و همچنین در تهیه تهیۀ سس مورد استفاده قرار می گیرد .

اسانس زوفا خاصیّت ضد قارچی و باکتریایی دارد . این اسانس در صنایع کنسرو سازی ، نوشابه سازی و همچنین در صنایع آرایشی و بهداشتی کاربرد فراوانی دارد .به علت نوش فراوانی که در گلهای این گیاه به وجود می آید در ردیف گیاهان مولّد عسل قرار دارد . عسل حاصله از آن کیفیت بسیار مطلوبی برخوردار است .

زوفا در سطوح وسیعی در مرکز و جنوب اروپا عمدتاً در روسیه ، بلغارستان ، مجارستان ، ایتالیا ، اسپانیا ، فرانسه و در کشمیر هند کشت می شود . بقراط آن را برای پلوریزی تجویز می کرد . دیوسکوریدس آن را همراه با سداب برای آسم و آبریزش مفید می دانست .

مشخصات گیاه شناسی

زوفا گیاهی خشبی و چند ساله است . منشأ این گیاه آسیای صغیر گزارش شده و از دریای خزر تا دریای سیاه و همچنین در مناطق شنی نواحی مدیترانه می روید . Hyssopus Officinalis چهار زیر گونه دارد .مهمترین آنها زیر گونه Officinalis و زیرگونه Subsp. Canescens می باشند .

این دو زیرگونه در اکثر نقاط جهان به خصوص در اروپای مرکزی می رویند . سطح برگها و ساقه های زیر گونه Officnalis کاملاً ـ صاف چهارگوش ، مستقیم ، ارتفاع آن متفاوت و بین ?? تا ?? سانتی متر است . پای ساقه (قسمب تحتانی) چوبی و قهوه ای رنگ و از انشعابهای فراوانی برخوردار است ، ولی قسمت فوقانی آن نرم و سبز رنگ می باشد .

برگهای صاف ، فاقد دندانه ، باریک ، کشیده و کم و بیش نیزه ای شکل و رنگ آن سبز روشن است . برگها به طول ? تا ? سانتی متر و به عرض ?/? تا ? سانتی متر که در طول ساقه به صورت متقابل (به شکل صلیب) قرار می گیرند. هر دو طرف پهنک پوشیده از حفره های محتوی اسانس است . برگهای حاوی کوتیکول نسبتاً ضخیمی می باشند که از خصوصیات گیاهان مناطق گرم و خشک است .

گلها در نواحی فوقانی ساقه هایی به طول ?? تا ?? سانتی متر به صورت چرخه هایی مجتمع که هر چرخه مرکب از هفت تا نه گل

می باشد تشکیل می شوند . گلها آبی ، صورتی یا سفید رنگ هستند . رنگ گل در ترکیبات تشکیل دهندهٔ اسانس هیچ گونه تاثیری ندارد . میوه ، فندقهٔ چهار قسمتی و رنگ آن سیاه یا قهوه ای تیره و قسمت میانی آن کمی برجسته بوده و میوه کم و بیش به شکل مثلث است .

مقدار اسانس در پیکر رویشی زوفا متفاوت و بین ?/? تا ? درصد می باشد . مهمترین ترکیبات تشکیل دهندهٔ اسانس را ((پینوکامفن ??)) (درصد) تشکیل می دهد ، از ترکیبات مهم دیگر اسانس می توان از ((آلفا وبتاپینن)) ، ((کامفن)) والکلهای سزکویی ترپن نام برد .

پیکر رویشی این گیاه همچنین حاوی فلاونوئید ، تانن ? (تا ? درصد) مواد تلخ ? (تا ? درصد) و مواد دیگری مانند ((دیوزمین)) ((هیسوپین)) و ترکیبات موسیلاژی است اسانس تلخ ، تند خشک و اندکی گرم کننده است . رویش بذر زوفا در خاکهای مرطوب و در درجه حرارت مناسب امکان پذیر است . اگر بذرها در اوایل بهار کشت شوند پس از دو تا سه هفته سبز می شوند .

چون بذرها سبک و کوچک هستند ، پس از رسیدن در فصل تابستان از گیاه جدا و به اطراف پراکنده می شوند . تعدادی از این بذرها ممکن است در فصل پائیز و تعدادی در فصل بهار سال بعد رشد کنند از این رو گیاهان از رشد و نمو یکسانی برخوردار نخواهند بود و برداشت آنها توسط ماشین با مشکل مواجه خواهد شد .

رشد اولیهٔ زوفا کند است . در سال اول رویش ، اولین گلها در اواخر خرداد و اوایل تیر ماه ظاهر می شوند گیاهان از سال دوم از اوایل خرداد به گل می روند . اگر پس از اولین برداشت ، شرایط اقلیمی مناسب باشد گیاهان ممکن است در اواخر تابستان (شهریور) مجدداً به گل بروند .ابتدا میوه های قسمت تحتانی گیاه می رسند و به تدریج به طرف قسمتهای فوقانی ساقه ادامه می یابند . زوفا پنج تا هفت سال عمر می کند .

jpg?????????????????.

خواص درمانی

عمدتاً به عنوان خلط آور در برونشیت ، سرفه های شدید و آسم مصرف می شود . اما ضد نفخ و قولنج هم هست و در گذشته با انجیر برای رفع یبوست بکار می رفت ، محرک تعریق در انفلونزا و سرما خوردگی است گل ها در تابستان جمع آوری می شود .

از عصاره روغنی به عنوان مرهم سینه مقدار ?? قطره در ?? میلی لیتر روغن بادام یا آفتابگردان ریخته و در برونشیت و سرفه های شدید بکار می برند با آویشن و اکالیپتوس به خوبی قابل ترکیب است

Txmus vulgaris? .

Eucalyptus glo bulus? .

روغن زوفا را در موارد خستگی عصبی،مالیخولیا یا اندوه شدید ? تا ?? قطره به آب وان اضافه می کنند

خلط آور ، ضد نفخ ، شکل دهنده عروق محیطی ، محرک موضعی ، ضد ویروس ایدز Hiv ، ضد اسپالسم

از دم کرده بخش هوایی زوفا در مراحل اولیه سرماخوردگی و آنفلوانزا محلول داغ بنوشید ، برای ناراحتی های گوارشی و اختلال عصبی کار معده مفید است .

تنتور زوفا همراه با سایر گیاهان خلط آور مانند شیرین بیان ، زنجبیل شاهی و آنتیون برای برونشیت و سرفه های مقاوم مصزف می شود .

Glycyrrhiza?.

inula spp? .

Pimpinella anisum?.

شربت زوفا برای سرفه از قسمت هوایی یا گل های زوفا تهیه می شود و برای سرفه های مقاوم و ضعف ریه با شیرین بیان یا گل ماهور مخلوط می کنند .

Ver bascum thpsus?.

نیازهای اکولوژیکی

مناطق خشک و گرم و نواحی جنوبی تپه ها ، مناطق مناسبی برای کشت زوفا می باشند . این گیاه به خشکی مقاوم است ولی در آغاز رویش و همچنین پس از اولین برداشت به آب کافی نیاز دارد . پس از اولین برداشت چنانچه شرایط اقلیمی مناسب باشد به خصوص اگر آب کافی در اختیار گیاه باشد (در اواخر تابستان) گیاهان مجدداً به گل می روند .

زوفا به خاک خاصّی نیاز ندارد و تقریباً در هر نوع خاک حتی خاکهای شنی و تهی از مواد و عناصر غذایی رشد می کند .

برای کشت این گیاه می توان از مناطق بیابانی استفاده کرد . در سطوح وسیع کشت از خاکهایی با بافت متوسط که حاوی ترکیبات کلسیم هستند باید استفاده کرد . ماسه های بسیار نرم (ماسه های بادی) و خاکهای اشباع از آب برای کشت زوفا مناسب نیستند .

((PH)) خاک برای زوفا بین ? تا ?/? مناسب است .

تناوب کاشت

زوفا پنج تا هفت سال عمر دارد . در این مدت تمام نیازهای گیاه توسط زمینی که در آن کشت می شود باید برطرف گردد . از این رو انتخاب زمینی مناسب برای کاشت این گیاه ضرورت دارد .

علفهای هرز در رشد ، نموّ و مقدار مواد مؤثّره زوفا تاثیر منفی بر جای می گذارد . مبارزه با علفهای هرز در طول رویش گیاه ضروری است . زوفا را با گیاهانی مانند غلات ، خردل و ذرّت می توان به تناوب کشت کرد . کاشت این گیاه در زمینهایی که به مقدار زیادی از علف کشهای یا ماده مؤثرهٔ تریازین استفاده شده است مناسب نیست .

تناوب کشت زوفا با گیاهانی که بذر آنها پس از رسیدن به اطراف ریزش می کنند (مانند رازیانه ، گشنیز) ... و همچنین تناوب با گیاهان ریشه ای (مانند یونجه ، شبدر و) ... مناسب نیست . زیرا این گیاهان در گسترش بیماریها مؤثرند .

زوفا را می توان چهار تا پنج سال متوالی در یک قطعه زمین کشت کرد . پس از این مدت باید با گیاهان مناسب به تناوب کشت شود.

موادّ و عناصر غذایی مورد نیاز

زوفا را می توان در هر نوع خاکی حتی خاکهای تهی از مواد و عناصر غذایی کشت کرد . ولی برای کشت در مقیاس وسیع و افزایش مواد مؤثره عناصر و مواد غذایی کافی در خاک ضرورت دارد . افزودن کودهای حیوانی به زمینهایی که زوفا کشت می شود مناسب نیست ، ولی کتربردهای کودهای شیمیایی به مقادیر مناسب ، در تولید مواد موثره تاثیر فراوانی دارد . قبل از کاشت و در فصل پائیز همراه با شخم توصیه می شود ?? تا ?? کیلوگرم در هکتار اکسید فسفر ?? ، تا ?? کیلوگرم در هکتار اکسید پتاس به خاک اضافه شود . فصل بهار قبل از کشت ?? تا ?? کیلوگرم در هکتار ازت باید به خاک اضافه شود .

با افزایش سن گیاه نیاز آن به ازت زیاد می شود . به طوری که افزودن کودهای ازت به خاک گیاهان چند ساله سبب بهبود رشد و افزایش کمیّت و کیفیّت مواد مؤثرهٔ زوفا می شود . مقدار ازت به شرایط اقلیمی رویش گیاهان بستگی دارد از این رو هر سال در فصل بهار ?? تا ?? کیلو گرم در هر هکتار ازت باید به صورت سرک در اختیار گیاهان قرار گیرد . محلولهای غذایی سبب تسریع در رشد ، افزایش عملکرد پیکر رویشی ، و افزایش مواد مؤثرهٔ زوفا می شوند.

آماده سازی خاک

پس از برداشت گیاهانی که با زوفا تناوب کشت شده اند باید بقایای آنها را جمع آوری کرد . فصل پائیز پس از افزودن کودهای

شیمیایی باید شخم عمیقی زده شود . در فصل بهار بستر خاک را باید برای کشت گیاه آماده کرد .

هنگام کاشت ، خاک بایـد مرطوب و زمین فاقد هرگونه پستی و بلندی باشد . بدین جهت شـخم در فصل بهار مناسب نیست زیرا از رطوبت خاک بشدت کاسته می شود و رویش گیاهان با مشکل مواجه می سازد .

تاریخ و فواصل کاشت

اوایل بهار (نیمه دوم اسـفند) زمان مناسبی برای کشت زوفاست . تأخیر در کاشت مناسب نیست و سـبب کاهش جوانه زنی بـذرها می شود . فاصـله بین ردیفهـا به روش برداشت محصول و نوع ماشـینهای برداشت بسـتگی دارد و معمولاًـ بین ?? تـا ?? سـانتی متر مناسب است .

عمق بـذر زوفـا در موقع کاشت بایـد یک تا دو سانتی متر باشـد . کشت در اعماق بیشتر مناسب نیست ، زیرا نه تنها تمام بـذرها سبز نمی شونـد بلکه سـبب عدم یکسانی در جوانه زنی آنها گشـته و برداشت مکانیزه را با مشـکل مواجه می کند . تعداد بذر در هر متر طول ردیف ??? تا ??? عدد و مقدار بذر برای هر هکتار زمین به کیفیت آن بستگی دارد و بین سه تا پنج کیلو گرم مناسب است . تراکم مطلوب ?? هزار بوته در هکتار است .

روش کاشت

از آن جایی که بذرهای زوفا قوهٔ رویشـی مناسبی دارند ، کشت مستقیم در زمین اصلی نتایج مطلوبی داشته و در اکثر کشورها برای کشت زوفا از این روش اسـتفاده می شود . کشت زوفا به صورت ردیفی و با اسـتفاده از ردیف کار انجام می گیرد پس از کاشت ، زمین را باید آبیاری کرد .

چنـانچه این گیاه در شیبها کشت می شود ، جهت ردیفها بایـد برخلاف جهت شـیب زمین باشـد . در گذشـته در برخی از کشورها تکثیر زوفا به روشـهای غیر مستقیم (کشت در خزانه) و یا حتی به روش رویشی انجام می گرفته است . ولی در حال حاضر در اکثر کشورهایی که این گیاه کشت می شود برای تکثیر ، از روش مستقیم استفاده می شود .

مراقبت و نگهداری

مبارزه شـیمیایی با علفهای هرز به تنهایی کافی نیست و وجین مکانیکی به همراه اسـتفاده از علف کشـها بسیار مناسب است . قبل از کاشت و یا پس از کاشت و قبل از رویش بـذر می توان از علف کش مرکازین به مقـدار سه تا چهار کیلوگرم در هکتار به صورت محلول پاشی استفاده کرد . این علف کش پس از دو ماه اکثر علفهای هرز زمین را از بین می برد .

چنـانچه فصـل بهار هوا گرم و کم باران باشـد کاربرد علف کش مرکازین مناسب نیست و تاثیر نامناسبی روی زوفا خواهـد داشت . در این صـورت قبـل از رویش گیاهـان می تـوان از علـف کش یـک درصـد گلون و یـا گرامـاکسون به صورت محلول پاشـی علیه علفهای هرز استفاده نمود .

در سـال اوّل رویش هنگـامی که ارتفـاع گیاهـان به ?? تـا ?? سـانتی متر برسـد ، می توان از علف کش آفـالون به مقـدار ? تا?/? کیلوگرم در هکتار یا مرکازین به مقدار ?/? تا ? کیلوگرم در هکتار استفاده کرد .

برای مبـارزه بـا علفهـای هرز گیاهـان چنـد ساله (از سال دوم به بعـد) در اوایل بهار ، قبل از رویش مجـدد گیاهان می توان از لف کش مرکازین به مقدار پنج تا شش کیلوگرم در هکتار استفاده نمود .

سـانتی متر می رسـد می توان از علف کش آفـالون به مقـدار ?/? تـا ?/? و یـا مرکازین به مقـدار دو تا چهار کیلوگرم در هکتار به صورت محلول پاشی استفاده کرد .

کـاربرد علف کش سـیس ?? به مقـدار ?? کیلوگرم در هکتـار یا کاراگارد به مقـدار پنـج تا هفت کیلوگرم در هکتار علیه علفهای هرز چند ساله که دارای ریزوم ، پیاز یا غده هسـتند نتایج مطلوبی به دنبال دارد . پس از استفاده از این علف کش ممکن است رشد

و نمو زوفا کمی کند شود . ولی گیاهان پس از مدتی به رشد مطلوب و عادی خود ادامه می دهند . در زمینهایی که زوفا کشت می شود ممکن است .

گیاهانی مقاوم به علف کشها وجود داشته باشند . این گیاهان نه تنها رشد زوفا را دچار مشکل می سازند بلکه بر کیفیّت اسانس زوفا تاثیر منفی می گذارد . از این رو لازم است خاك فواصل بین ردیفها و حتی المقدور گیاهان را برگردان کرد ، تا علاوه بر وجین علفهای هرز مقاوم ، تهویه خاك نیز انجام گیرد . این عمل سبب تسریع در رشد و نمو زوفا می شود .

اخیراً برای مبارزه با علفهای هرزی که به علف کشها مقاوم شده اند پس از اولین برداشت از محلول رگلون یک درصد استفاده می شود (از این علف کش برای علفهای هرز زوفاهای چند ساله استفاده می شود) . چنانچه استفاده از مرکازین در فصل بهار امکان پذیر نباشد اوایل اُردیبهشت ماه می توان از داکتال به مقدار ?? کیلوگرم در هکتار استفاده کرد.زمان مناسب رای وجین مکانیکی علفهای هرز ایام گلدهی است.سوزاندن علفهای هرز نیز در بعضی مواقع نتایج مطلوبی به همراه دارد سفیدک پودری یکی از بیماریهای قارچی است که خسارت سنگینی را به محصول وارد می کند . از نشانه های این بیماری سفید شدن سطح برگهاست که در نهایت منجر به مرگ گیاه می شود .

برخی آفتها (مانند تریپس) ممکن است صدمه های سنگینی به گیاه وارد آورند . این آفتها سبب چروکیده شدن برگها و کاهش محصول می شوند . برای مبارزه با آنها قبل از گلدهی از آفت کشهایی که موادّ مؤثرهٔ آنها را دیکلرفوس ?/? (درصد) ، دی متوات ?/? (درصد) و یا موینفوس ? – ?/? (درصد) تشکیل می دهند می توان استفاده نمود .

برداشت محصول

اگر هدف از کاشت زوفا استفاده از پیکر رویشی آن برای ادویه باشد ، اوایل گلدهی باید برداشت شوند . اگر به منظور استخراج اسانس کشت شده باشند ، گیاهان را در مرحلهٔ گلدهی کامل (اوایل تابستان) باید برداشت کرد .

برداشت اندامهای مورد نظر گیاه باید از ناحیه فوقانی ساقه های چوبی صورت گیرد . چنانچه ساقه های چوبی با سایر قسمتهای مورد نظر مخلوط شوند نقش موثری در کاهش کیفیت اسانس زوفا دارد . اگر هنگام برداشت ، هوا خشك باشد و آفتاب شدید نتابد ، پیکر رویشی برداشت شده را می توان برای مدتی روی زمین قرار داد و پس از کاهش رطوبت ، آنها را به خشك کن منتقل کرد . دمای مناسب برای خشك کردن پیکر رویشی با استفاده از خشك کنهای الکتریکی ?? تا ?? درجه سانتیگراد است . اندامهای خشك شده را باید بسته بندی و در مکان مناسب انبار کرد .

عملکرد پیکر رویشی در سال اول دو تا سه تن در هکتار و در سال دوم شش تا ده تن در هکتار (وزن تازه گیاه) که از آن به ترتیب ?/? تا ?/? و ?/? تا ? تن پیکر رویشی خشك حاصل می شود . از هر هکتار زوفای کشت شده ? تا ?? کیلوگرم اسانس استحصال می شود .

جمع آوری بذر

در اواخر تابستان (اوایل شهریور) هنگامی که بیش از ?? تا ?? درصد بذرها رسیدند زمان مناسبی برای جمع آوری بذر زوفاست . خشك کردن بذرها با استفاده از خشك کنهای الکتریکی باید با دقت انجام گیرد .

زیرا غفلت (درجهٔ حرارت زیاد یا باقی ماندن بذرها برای مدت زیادی در خشك کن) به شدت سبب کاهش قوّهٔ رویشی بذرها می شود . از این رو توصیه می شود یذرها به همراه پیکر رویشی خشك شوند سپس بذرها را بوجاری ، تمیز و بسته بندی کرده و در جای خشك و خنك نگهداری شوند).? (

عملکرد بذر متفاوت است و به شرایط اقلیمی محل رویش گیاه بستگی داشته و بین ?/? تا ?/? تن در هکتار می باشد.

مرجع: کتب طب سنتی

اكليل الجبل

طريقه مصرف:

استعمال خارجی، جوشانده خوراکی

توضیحات:

اکلیل الجبل مقوی ، محرك ، قاعده آور و مقوی جهاز هاضمه و برای درمان ضعف اعصاب ، میگرن (درد نیمه سر) استسقاء یرقان ، ورم کلیتین و تپش قلب مفید است . استعمال خارجی تنطور آن برای رفع شوره سر نافع است . ماساژ سر با جوشانده آن نیز برای این منظور مفید است . جوشانده آن معده را پاك می کند و اشتها آور است . از شدت بیماری استسقاء می کاهد و مقوی برای معده و کم خونی زنان است ، بطور کلی اکلیل الجبل داروی قوی معرق و قابض است و جوشانده اش اعصاب را تقویت و سر درد را برطرف می کند .

مرجع: کتب طب سنتی

روغن زیتون – خواص، نکات و مزایا

انتخاب روغن زیتون خالص و استفاده از آن در رژیم غذاییروزانه موجب می شود که ریسك ابتلا به بیماریهای قلبی - عروقی و دیابت تا حد بسیار زیادی کاهش پیدا کند.

میزان متعادلی روغن زیتون نیز می تواند از برجسته شدنشکم جلوگیری نماید. البته میبایست دقت داشته باشید که همیشه باید از روغن زیتون در کنار یک رژیم غذایی گیاهی بهره بگیرید.

جایگاه روغن زیتون در رژیم غذایی مدیترانه ای

در دهه ۷۰ میلادی محققان به این نتیجه دست پیدا کردند که ساکنان یونان در رژیم غذایی خود از مقدار بسیار زیادی نمک و چربی استفاده می کنند، و در عین حال از گیاهان نیز به وفور استفاده می نمایند. در این میان ژاپنی ها نیز جزء افرادی بودند که در رژیم غذایی خود از نمک استفاده می کردند، اما در مصرف چربی و گیاهان مانند یونانی ها فعال نبودند. متوسط طول عمر این افراد در مقایسه با یونانی ها خیلی پایین تر بود.

طول عمر یونانی ها به این دلیل بالاتر بود که در آنها میزان سکته، سرطان های شکمی، بیماری های قلبی، و سایر سرطان ها بسیار پایین بود. پژوهش ها گویای این مطلب بودند که مردمانی که در اطراف مدیترانه زندگی می کردند، با اینکه از چربی های تک اشباعی مانند روغن زیتون به شدت استفاده می کردند، اما باز هم عمر طولانی تری نسبت به سایر افراد داشتند. این امر باعث شد که دانشمندان یک سری تحقیات منظم را در مورد آداب غذایی این دست از افراد تهیه و تنظیم نمایند که با نام" رژیم مدیترانه ای" شهرت پیدا کرد. در این نوع رژیم غذایی" روغن زیتون "جزء یکی از مهمترین ترکیبات تشکیل دهنده رژیم غذایی می باشد.

تحقیقات متعدد خواص روغن زیتون را تثبیت کرده اند

پژوهش های اخیر نشان می دهند که روغن زیتون این قابلیت را دارد که کلسترول خون را تا حد بسیار زیادی کاهش دهد. این امر سبب می شود که ریسك ابتلا به بیماری انسداد شرائین کاهش بسیار زیادی پیدا کند.

در یك تحقیق که رژیم مدیترانه ای را مورد تحقیق و بررسی قرار داده بود، محققان به این نتیجه دست پیدا کردند که ریسک ابتلا به بیماری های قلبی در افراد مورد مطالعه، تنها پس از ۱ تا دو سال استفاده از این رژیم غذایی به نصف کاهش پیدا کرد. این افراد به طور مرتب از روغن زیتون استفاده می کردند و میزان مصرف میوه و سبزیجات را نیز در رژیم غذایی روزانه خود افزایش داده

بودند.

برخی از پژوهشگران معتقدند که روغن زیتون می تواند بر روی نحوه توزیع چربی در بدن نیز مؤثر باشد؛ به این ترتیب که مقدار چربی ذخیره شده در اطراف شکم را کنترل کرده و آنرا در تمام نقاط بدن پخش می کند.

چربی های رژیمی

به طور کلی می توان چربی ها را به سه دسته تقسیم کرد: چربی های اشباع شده، چربی های اشباع نشده ی تکی و گروهی. (این عبارات به نوع پیوند های شیمیایی موجود بین اتم های چربی ها نسبت داده می شود)

هر یک از این چربی ها حاوی اسیدهای چرب می باشد که از رشته ای از کربن و هیدروژن ساخته شده اند و فقط نحوه ترکیب آنها با یکدیگر در هر نوع چربی متفاوت است. در این میان چربی های اشباع نشده می توانند به کاهش میزان کلسترول بدن کمک کنند.

روغن زیتون حاوی چربی های اشباع نشده است. چربی های اشباع نشده در آووکادو، روغن کانولا (که از کلم قمری بدست می آید) و بادام زمینی نیز وجود دارند.

انواع مختلف روغن زیتون

عموماً روغن زیتون از فشردن زیتون بدست می آید. با توجه به مراحل مختلفی که برای بدست آوردن این ماده طی می شود، روغن های مختلفی بدست می آید. در این میان می توان به موارد زیر اشاره کرد:

- فوق خالص – بهترین نوع روغن زیتون است و از فشردن زیتون برای اولین بار بدست می آید.
- خالص – از دومین فشردن بدست می آید.
- تصفیه شده – چندین مرحله صنعتی را پشت سر می گذارد، مانند تصفیه و پالایش.
- رقیق – مراحل شیمیای بسیار زیادی را طی می کند و فقط یک طعم بسیار ملایمی از زیتون را می دهد.

کلسترول و تصلب شرائین

لیپو پروتئین های کم چگال (LDL) به عنوان کلسترول" بد "شناخته می شوند. دلیلش هم این است که به راحتی به دیواره های رگ های خونی می چسبند و سبب انسداد شرائین می شوند. این امر به نوبه خود باعث افزایش ریسک ابتلا به بیماری قلبی– عروقی و سکته نیز می شود.

تحقیقاتی که بر روی کلسترول LDL انجام شده اند، اثبات کرده اند که عمل اکسیداسیون نیز به نوبه خود یکی از عوامل کلیدی در ایجاد تصلب شرائین است. به نظر می رسد که چربی های اشباع نشده قابلیت اکسیداسیون کلسترول های LDL را تا حد بسیار زیادی کاهش می دهند؛ این امر به راحتی می تواند خصوصیت ویژه روغن زیتون را تشریح کند. علاوه بر همه ی این مزایا باید گفت که روغن زیتون فوق خالص حاوی حدود ۴۰ فیتو کمیکال ضد اکسنده نیز می باشد. همانطور که قبلاً نیز به آن اشاره کردیم، آنتی اکسیدان ها می توانند میزان کلسترول LDL را کاهش داده و از اکسید شدن آن جلوگیری بعمل آورند. در حقیقت نقش این فیتوکمیکال ها در حفظ سلامت افراد از اهمیت بسیار بالایی برخوردار می باشد.

چربی خون

زمانی که یک غذای پرچرب خورده می شود، ۶ تا ۱۲ ساعت طول می کشد که کبد آنها را به ترکیباتی نظیر LDL و یا HDL (لیپوپروتئین های پر چگال) تبدیل کند و ترکیبات آنرا از خون پاک کند.

تحقیقات نشان می دهند که این ۶ تا ۱۲ ساعت در تضمین سلامت افراد از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است. چربی های اشباع نشده، مانند روغن زیتون خیلی سریع تر و آسان تر از خون پاک می شوند. این امر سبب می شود که احتمال گرفتگی رگ ها

افزایش پیدا کند. چربی های اشباع نشده همچنین باعث می شوند که خون پس از مصرف یک غذای چرب حالت چسبنده پیدا نکند و از ایجاد لخته های خطرناک نیز جلوگیری می نمایند.

مزایای کاهش وزن

در یک تحقیق دو رژیم غذایی مختلف مورد بررسی قرار گرفتند. گروه اول از رژیم مدیترانه ای استفاده کردند و گروه دوم از رژیمی که مصرف چربی در آن پایین بود و کربوهیدارت بالا. نتایج حاکی از این امر بود که افراد گروه اول، کیلو کیلو وزن، هم از قسمت بالایی و هم از قسمت پایینی بدن خود را دست دادند.

افرادی که چربی های اضافه اغلب دور شکم و کمر آنها را ذخیره می شود (شکل سیب) در مقایسه با افردیکه چربی های بیشتری دور باسن و ران های خود دارند (گلابی شکل)، ریسک بیشتری در ابتلا به بیماری های قلبی دارند.

سایر مزایا

به نظر می رسد که روغن زیتون شامل یک سری فواید دیگر هم می باشد که از میان آنها می توان به این موارد اشاره کوتاهی داشت: کاهش ریسک ابتلا به برخی از سرطان ها مانند سرطان سینه، کاهش خطر ابتلا به دیابت، و نهایتاً به تعویق انداختن رشد دیابت در افرادیکه در حال حاضر دچار این بیماری می باشند.

از چه کسی راهنمایی بگیرید:

•پزشک متخصص

•متخصص تغذیه

نکاتی که باید به خاطر داشته باشید

•استفاده از روغن زیتون به عنوان منبع اصلی چربی در رژیم غذایی و در کنار آن استفاده از مقادیر زیادی میوه و سبزی می تواند تا حد بسیار زیادی از ابتلا به بمیاری های قلبی و دیابت پیشگیری کند.

•استفاده از روغن زیتون در کنار یک رژیم غذایی سالم می تواند از میزان چربی های اضافی بدن به ویژه در اطراف شکم کم کند.

روغن زیتون های خالص از مزایا و فواید بیشتری نسبت به انواع مختلف روغن زیتون برخوردار می باشد.

اسفناج

نویسنده:آرمند

سبزیجات برگ داری مثل اسفناج با بافت لطیف و رنگ سبزیشمی بیشتر از هر ماده غذایی دیگر، مواد مغذی در خوددارد. گرچه اسفناج در همه فصول سال موجود است امابهترین فصل آن پاییز می باشد.

فواید اسفناج بر سلامتی

همه ما در تلویزیون دیده ایم که چطور ملوان زبل با خوردناسفناج خود را به قوی ترین مرد جهان تبدیل می کرد اما جالب است بدانید که علاوه بر این، او خود را در برابر پوکیاستخوان، بیماری های قلبی، سرطان روده بزرگ، ورم مفاصل، و سایر مشکلات و بیماری ها هم بیمه می کرده است.

فلاونوئید، ماده مغذی گیاهی برای سلامتی

محققان حداقل ۱۳ ترکیب مختلف فلاونوییـد را در اسفناج پیدا کرده اند که بعنوان آنتی اکسیدان و عامل ضد سرطان عمل می کند. فواید و خواص ضد سرطانی این فلاونوییدهای اسفناج آنقدر قابل توجه بوده است که محققان را بر آن داشت تا عصاره هایی

از اسفناج درست کنند تا بتوانند از آن در تحقیقات استفاده کنند. تحقیقات نشان داده است که این عصاره های اسفناج، تقسیم سلولی سلول های سرطانی را در شکم کندتر می کند و در تحقیقی که روی حیوانات آزمایشگاهی انجام گرفت مشخص شد که این عصاره ها، سرطان پوست را نیز کاهش می دهند. در تحقیقی که روی خانم های بزرگسال مقیم انگلستان در اواخر دهه هشتاد انجام گرفت نیز نشان می دهد که مصرف اسفناج از بروز سرطان سینه نیز جلوگیری می کند.

کاروتینوییدهای اسفناج با سرطان پروستات مقابله می کند

براساس تحقیقی که در مجله تغذیه به چاپ رسید، مشخص شد که کاروتینوئید موجود در اسفناج و سایر سبزیجات برگ دار، به دو طریق با سرطان پروستات مقابله می کند. این کاروتینویید که نئوکسانتین نام دارد، نه تنها سلول های سرطانی پروستات را به خود تخریبی وا می دارد بلکه در روده به ترکیبات اضافی به نام نئوکروم تبدیل می شود که سلول های سرطانی پروستات را به حالت سکون در می آورد و از تکثیر شدن آنها جلوگیری می کند.

فلاونوئیدهای اسفناج با سرطان تخمدان مقابله می کند

تحقیق روی مصرف فلاونوئید گروهی از خانم هایی که بین سالهای ۱۹۸۴ تا ۲۰۰۲ در مرکز تحقیقاتی نرسس نگهداری می شدند، نشان داد که خانم هایی که رژیم غذاییشان بیشترین میزان kaempferol را در خود داشته است، درمقایسه با خانم هایی که کمتر از این ماده در برنامه غذایی خود استفاده می کردند، تا ٪۴۰ کمتر در خطر ابتلاـ به سرطان تخمدان قرار داشتند. علاوه بر اسفناج، موادغذایی سرشار از kaempferol شامل چای (غیرگیاهی)، پیاز، کلم پیچ، تره فرنگی، کلم بروکلی، و زغال اخته می باشد.

همچنین ٪۳۴ کاهش ابتلاـ به سرطان تخمدان در خانم هایی که بیشترین میزان فلاون لوتئولین (موجود در مرکبات) را در برنامه غذایی خود داشته اند، مشاهده شده است.

کمک به تقویت استخوان ها

ویتامین K موجود در اسفناج—تقریباً ٪۲۰۰ از ارزش روزانه در یک فنجان اسفناج تازه و بیش از ٪۱۰۰۰ از ارزش غذایی روزانه در یک فنجان اسفناج بخارپزشده—در سلامت استخوانها اهمیت بسیاری دارد. ویتامین K۱، اوستئوکالسین را فعال می سازد که اصلی ترین پروتئین غیر کلاژنی در استخوانهاست. اوستئوکاسین، مولکول های کلسیم را در داخل استخونها محکم میکند. از اینرو، بدون ویتامین K۱ کافی، سطح اوستئوکالسین در بدن به مقدار لازم نخواهد بود و تامین موادمعدنی مورد نیاز بدن ناقص می شود. اسفناج همچنین منبع بسیار خوبی از سایر موادمغذی استخوان ساز ازجمله کلسیم و منیزیم می باشد.

اسفناج و محافظت قلبی-عروقی

برای تصلب شریان و بیماری های قلبی دیابتی، موادغذایی معدودی درمقایسه با اسفناج مفید و کمک کننده هستند. اسفناج منبعی عالی از ویتامین C و ویتامین A می باشد که دومی از بتا کاروتین موجود در آن سرچشمه می گیرد. این دو ماده غذایی آنتی اکسیدان هایی بسیار مهم هستند که میزان رادیکال های آزاد موجود در بدن را کاهش میدهند. ویتامین C به شکل آنتی اکسیدانی محلول در آب و بتا کاروتین آنتی اکسیدانی محلول در چربی عمل می کند. این گروه آنتی اکسیدان های محلول در آب به جلوگیری از اکسیده شدن کلسترول کمک می کند. کلسترول اکسیده شده می تواند به دیواره های رگ های خونی چسبیده و در آنجا جمع شود که منجر به انسداد عروق، حمله قلبی و سکته می شود. مصرف کافی از ویتامین C و بتا کاروتین از بروز چنین مشکلاتی جلوگیری کرده و یک فنجان اسفناج پخته، ٪۲۹۴.۸ از مقدار مورد نیاز روزانه از ویتامین A و ٪۲۹.۴ از نیاز روزانه از ویتامین C را تامین می کند.

اسفناج منبع بسیار خوبی از فولات نیز می باشد. فولات برای کمک به تبدیل مواد شیمیایی خطرناک که هوموکیستین نامیده می

شونـد و درصورت بالاـ رفتن مقـدار آن در بـدن می توانـد منجر به حمله قلبی یا سـکته شود، به سایر مولکول های خوش خیم برای بـدن لاـزم است. علاـوه بر این، اسـفناج منبع بسـیار عـالی از منیزیم است، مـاده معـدنی که می توانـد به پـایین آوردن فشـار خون و محافظت در برابر بیماری های قلبی کمک کند. یک فنجان اسـفناج پخته حاوی ٪ ۶۵.۶ از نیاز روزانه فولات و ٪۳۹.۱ از نیاز روزانه منیزیم را تامین می کند.

علاوه بر ذخیره بسیار خوب از ویتامین ها و موادمعدنی محافظت کننده قلب، در تحقیقی که در مجله کشاورزی و شیمی موادغذایی منتشر شـد، مشخص گردید که اسفناج حاوی چهار پپتید (ترکیبات پروتئینه) می باشد که آنزیم آنژیوتنسین را خنثی می سازد— همـان آنزیمی که بـا داروهای ACE برای پـایین آوردن فشـار خون، خنثی می شود. وقتی به حیوانـات آزمایشـگاهی که فشـارخون داشـتند، اسـفناج داده شد، بین ۲ تا ۴ سـاعت روی فشـارخون تـاثیر گذاشـته و آن را کاهش داد. اما چه مقـدار اسـفناج بایـد به این حیوانات داده می شد تا اثر کند؟ فقط ۲۰ تا ۳۰ میلیگرم از این پپتیدهای قوی اسفناج به ازای هر کیلوگرم از وزن آنها کافی بود. در انسانها یک وعده سالاد اسـفناج متوسط برای ناهار یا یک وعده اسـفناج پخته برای شام بین ۲ تا ۴ ساعت روی فشار خون تاثیر می گذارد.

اسفناج سلامت معده و روده را تقویت می کند

ویتامین C و بتـا کـاروتین موجود در اسـفناج سـلول هـای روده را از تخریب توسط رادیکال های آزاد محافظت می کنـد. و فولات موجود در اسفناج به جلوگیری از تخریب DNA و ایجاد تغییر در سلول های روده، حتی وقتی درمعرض موادشیمیایی سرطان زا نیز قرار بگیرنـد، کمـک می کنـد. تحقیقـات و مطالعـات نشان می دهـد که افرادیکه از غـذاهای سـرشار از ویتامین C، بتـا کاروتین، یا فولات استفاده می کنند، کمتر در خطر ابتلا به سرطان روده می باشند.

موادمغذی ضد التهاب

موادمغـذی موجود در اسـفناج همچنین می تواند به مشـکلاتی که التهاب در آن نقش دارد نیز کمک کند. برای مثال، آسم، ورم و التهـاب مفاصـل اسـتخوانها، و رومـاتیسم همه بیماری هایی التهابی هسـتند. از آنجا که بتا کاروتین و ویتامین C خواص ضد التهابی دارنـد، می توانند برای کاهش علائم این مشـکلات در برخی بیماران مثمر ثمر باشـند. علاوه بر این، منیزیم و ریبوفلاوین موجود در اسفناج دو ماده مغذی هستند که میتوانند به کاهش تعدد حملات میگرن در بیماران میگرنی کمک کند.

اسفناج و تقویت مغز

در تحقیقات انجام گرفته روی حیوانات، محققان دریافته اند که اسـفناج می تواند به محافظت از مغر در برابر استرس های اکسایشی و کاهش تاثیرات زوال مغری ناشـی از بالا رفتن سن، کمک کند. محققان دریافته اند که خوراندن اسفناج به حیوانات آزمایشگاهی پیر باعث تقویت ظرفیت یادگیری و مهارت های حرکتی آنها می شود.

سبزیجات سرشار از ویتامین E از کند شدن عملکرد مغز جلوگیری می کند

عملکرد مغز به طور طبیعی با بالا رفتن سن زوال می یابد، اما نتایج پروژه پیری و سـلامتی شیکاگو نشان می دهد که خوردن فقط ۳ وعـده از سبزیجات برگدار در روز میتواند زوال مغز را تا ٪۴۰ کاهش دهـد. درمقایسه با افرادیکه کمتر از یک وعده در روز از این سبزیجات اسـتفاده می کننـد، افرادیکه حداقل ۲.۸ وعـده از آن را مصـرف می کننـد تـا ٪۴۰ کـاهش زوال عملکرد مغزی روبـه رو بودند.

این تحقیق که توسـط موسسه ملی پیری انجام گرفت، از اطلاعات رژیمی مربوط به ۳،۷۱۸ شرکت کننده (٪۶۲ زن، ٪۶۰ افریقایی- امریکـایی، سن متوسط ۷۴) اسـتفاده نموده است. عملکرد مغزی را بـا چهـار تست اسـتاندارد مختلف سـنجیدند که یکبار در ابتـدای تحقیق و بار دیگر بعد از سه سال و شش سال از گشت تحقیق انجام گرفت.

پس از تنظیم نتایج برای متغیرهـای دخیل احتمالی مثل سن، جنسیت، نژاد، میزان تحصیلات، و عوامل خطرزای بیماری های قلبی- عروقی، محققان دریافتنـد که مصرف متوسط ۲.۸ وعـده از ایـن سبزیجـات در روز، ۴۰٪ کـاهش زوال شـناختی را به دنبال خواهد داشت. درمیان سبزیجات مختلف، سبزیجات بر گدار موثرتر شـناخته شده و هیچ رابطه ای هم بین مصرف میوه و زوال شناخت دیده نشـد. این ممکن است به این دلیـل باشـد که سبزیجـات، و نه میوه هـا، حاوی مقـدار بسـیار زیادی ویتامین E می باشـد که به پـایین آوردن خطر زوال شـناخت کمـک می کنـد. همچنین سبزیجات، و نه میوه ها، معمولاً با کمی چربی مصـرف می شونـد، مثل روغن زیتون یا سس سالاد، که توانایی بدن برای جذب ویتامین E را بالا می برد.

اسفناج و تقویت قدرت بینایی

لوتئین، یک کاروتینوئید محافظ در برابر بیماری های چشمی مثل لکه های چشمی و آب مروارید که در اثر بالا رفتن سن ایجاد می شـود، در سبزیجـات بر گـدار به ویژه اسـفناج و همچنین کلم پیـچ و بروکلی یـافت می شود. امـا زرده تخم مرغ، گرچه میزان لوتئین موجود در آن کمـتر از اسـفناج است، منبع بسـیار بهتری است چون بسـیار بیشتر از اسـفناج، میزان لوتئین موجود در خون را بالاـ می برد. گرچههنوز مکـانیسم آن کشف نشـده است امـا احتمالاًـ این مسـئله به خـاطر چربی های موجود در زرده تخم مرغ (کلسترول و کولین) می باشـد چون لوتئین نیز مانند سایر کاروتینوئیدها محلول در چربی است و در غیاب چربی جذب نمی شود. برای بالا بردن جذب لوتئین از اسـفناج، توصیه می شود آنرا به همراه کمی روغن زیتون یا به کمی تخم مرغ استفاده کنید تا چربی مورد نیاز برای جذب لوتئین فراهم شود.

آهن برای انرژی

اسـفناج پخته منبع بسـیار خوبی از آهن است، ماده ی معـدنی که به ویژه برای خانم ها در دوره قاعـدگی کهبیشتر در معرض کمبود آهن قرار دارنـد، مفیـد است. بالاـ بردن ذخیره آهن بـا مصـرف اسـفناج ایـده بسـیار خوبی است، به ویژه به خـاطر اینکه درمقایسه با گـوشت قرمز، کـه یکی از مهمـترین منـابع آهـن اسـت، بسیار کـم کـالری تر و فاقـد چربی اسـت. آهن یکی از مهمـترین ترکیبـات هموگلوبین است که اکسیژن را از ریه ها به همه سلول های بدن می رساند و همچنین بخشی از سیستم آنزیم ها برای تولید انرژی و متابولیسم می باشد. خانم ها باردار یا شـیرده حتماً باید مقدار آهن بدنشان را بالا ببرندو کودکان در حال رشد و نوجوانان نیز نیاز به آهن زیادی دارند. در یک فنجان اسفناج پخته، ٪ ۳۵.۷ از مقدار مورد نیاز روزانه از آهن وجود دارد.

از اینرو، درحالیکه ممکن است با خوردن اسفناج همان موقع قوی و نیرومند نشوید، اما سلامتی شما را ارتقا خواهد داد.

توصیف

کسـی که اسـفناج را خیلی معروف کرد ملوان زبل بود اما چه بـد که او این ماده را به شـکل کنسـرو مصـرف می کرد. اسـفناج تازه لطافت بافت و رنگ یشـمی آن را که طی فراینـدهای کارخانه ای از بین می رود، حفظ می کنـد. اسـفناج خام طعمی ملایم و کمی شیرین دارد و میتوان از آن در سالاد استفاده کرد، اما وقتی پخته می شود طعم آن کمی اسیدی تر و قوی تر می شود.

به طور کلی سه نوع اسـفناج وجود دارد: نوع پیچ پیچ آن که برگ هایی حلقه حلقه، چین چین و پیچ پیچی دارد و بافت آن فنری و قابل ارتجاع است. یک نوع آن برگ هایی صاف و نرم پیک شـکل دارد. و نوع دیگر آن که ظاهری تقریباً مشابه به نوع پیـچ پیچی دارد امـا برگهـایش بـه انـدازه آن پیـچ پیچی و تابـدار نیسـت. اسـفناج هـای کوچـک که به اصـطلاح به آن بیـبی اسـفناج (baby spinach) می گویند برای استفاده در سالاد بسیار عالی است چون طعم شیرین تری دارد.

تاریخچه

گفته می شود که مبداء اسفناج از ایران بوده است. در قرن هفتم وقتی پادشاه ناپل آنرا بعنوان هدیه به چین فرستاد راه خود را به این کشور باز کرد. تاریخچه اسفناج در اروپا نسبت به سایر سبزیجات کمتر است. این گیاه در قرن یازدهم به اروپا آورده شد.

اسفناج غذای محبوب کاترین دو مدیسی، یکی از شحصیت های تاریخی قرن شانزدهم، بود. وقتی وی برای ازدواج با پادشاه فرانسه خانه خود در فلورانس ایتالیا را ترک کرد، آشپرهایش را با خود به آنجا آورد تا اسفناج را به همان صورت که دوست داشت برایش بپزند.

اسفناج در آب و هوای معتدل به خوبی رشد می کند. امروزه، امریکا و هلند جزء بزرگترین تولیدکننده های اسفناج در جهان می باشند.

نحوه انتخاب و خرید

اسفناجی را انتخاب کنید که برگ هایی سبز و پرطراوت داشته باشد و هیچ نشانه زردی در آن نباشد. برگ های آن باید تر و تازه و لطیف باشند و به هیچ وجه پلاسیده و از بین رفته نباشد. اسفناج تازه را در کیسه های پلاستیکی بسته بندی کرده و در آنرا شل ببندید و در یخچال نگه دارید که حدوداً ۵ روز همانطور تازه می ماند. قبل از بسته بندی آن را نشویید چون رطوبت ممکن است باعث خراب شدن آن شود. از ذخیره کردن اسفناچ پخته خودداری کنید چون ممکن است خوب نماند.

نکاتی برای تهیه اسفناج

اسفناج باید خیلی خوب شستشو شود چون برگ ها و ریشه آن خاک جمع می کند. قبل از شستن، ریشه های آن را کوتاه کرده و برگ های آنرا جدا کنید. اسفاج ها را در یک لگن بزرگ ریخته و روی آن آب نیم گرم و ولرم بریزید . برگ ها را خوب در آن آب شستشو دهید تا همه کثیفی ها و گل های آن از بین برود. برگ ها را از آب بیرون آورده و لگن را خالی کنید و دوباره با آب تمیز پر کنید و همین کار را دوباره تکرار کنید تا به کلی آلودگی های آن از بین برود و دیگر آب کثیف نشود. اگر می خواهید از اسفناج در سالاد استفاده کنید می توانید آن ها را تکانده تا آب آنها خشک شود و بعد خردشان کنید. اما اگر میخواهید آنها را بپزید خیس بودن آنها اشکالی ایجاد نمی کند بلکه به پختن آن کمک میکند. اسفناج از جمله سبزیجاتی که توصیه می شود سریع بجوشانید (تقریباً ۱ دقیقه)، به این خاطر که جوشاندن آن به کاهش مقدار اکسالیک اسید موجود در آن کمک کرده و مزه آنرا شیرینتر می کند.

چند نکته کوتاه:

•دفعه دیگر که لازانیا درست می کنید کمی هم از برگ های اسفناج روی آن بریزید.

•کمی اسفناج بخارپزشده را با سیر له شده، لیموی تازه و روغن زیتون بخورید.

•سالاد اسفناج پیش غذایی بسیار خوبی است.

سلامت

واکنش های آلرژیک به اسفناج

گرچه آلرژی و حساسیت دربرابر هر نوع غذایی ایجاد می شود، اما تحقیقات نشان میدهد که برخی غذاها بیشتر از بقیه مشکلات آلرژیک ایجاد می کنند. اینطور به نظر می رسد که اسفناج یکی از این موادغذایی است. سایر موادغذایی که واکنش آلرژیک بیشتری دارند عبارتند از: شیر گاو، گندم، سویا، میگو، پرتقال (مرکبات)، تخم مرغ، مرغ، توت فرنگی، گوجه فرنگی، بادام زمینی، گوشت خوک، ذرت، گوشت گاو. این غذاها حتماً نباید به تنهایی استفاده شوند تا در فرد حساسیت نشان دهند. مثلاً ماستی که از شیر گاو درست شده باشد هم می تواند واکنش آلرژی زا ایجاد کند. بستنی که از شیر گاو درست شده باشد هم نمونه خوبی است. از جمله متداولترین علائم آلرژی های غذایی عبارتند از: اگزما، کهیر، جوش های پوستی، سردرد، آبریزش بینی، خارش و سوزش چشم ها، خس خس کردن، اختلالات معده و روده، افسردگی، فزونکاری، و بیخوابی.

اسفناج و اکسالیت

اسفناج جزء معدود موادغذایی است که مقدار قابل توجهی اکسالیت در خود دارد، ماده ای که به طور طبیعی در گیاهان، حیوانات، و انسانها یافت می شود. وقتی مقدار اکسالیت در مایعات بدن بیش از اندازه شود، ممکن است متبلور شده و مشکلاتی برای سلامتی ایجاد کند. به این دلیل، افرادیکه به مشکلات کلیوی و کیسه صفرا مبتلاـ هستند، بهتر است از خوردن اسفناج اجتناب کنند. تحقیقات آزمایشگاهی نشان می دهد که اکسالیت می تواند در جذب کلسیم توسط بدن نیز اخلال ایجاد کند. اما با این وجود نتایج همه تحقیقات نشان می دهد که توانایی اکسالیت برای پایین آوردن جذب کلسیم بسیار پایین می باشد. اگر دستگاه گوارشتان سالم است و مشکلی ندارد و موقع خوردن غذاها خوب آنها را می جوید، از غذاهای سرشار از کلسیمی که حاوی اسید اکسالیك هم هستند می توانید به خوبی فایده ببرید.

اسفناج و عوامل گواترزا

اسفناج حاوی مواد گواترزا است—موادی که به طور طبیعی در برخی موادغذایی وجود دارد و در عملکرد غده تیروئید اختلال ایجاد می کند. افردیکه مبتلا به مشکلات تیروئیدی هستند بهتر است تا حد امکان از مصرف اسفناج خودداری کنند. پختن اسفناج می تواند به از بین بردن این مواد و ترکیبات کمک کند. البته هنوز مشخص نیست که چه میزان از این مواد با پختن از بین می رود و یا مصرف آن چقدر برای افراد تیروئیدی خطر دارد.

اسفناج و پورین (Purine)

اسفناج به طور طبیعی حاوی موادی است که پورین نامیده می شوند. پورین معمولاً در گیاهان، حیوانات وانسانها یافت می شود. در برخی افراد که درمعرض مشکلات مربوط به پورین هستند، مصرف بیش از اندازه از این مواد می تواند مشکلاتی را برای سلامتی افراد ایجاد کند. از آنجا که پورین می تواند به اسید اوره تجزیه شود، مصرف بیش از اندازه آن ممکن است باعث بالا رفتن اسید اوره در بدن شود. مشکلی که نقرس نامیده می شود و شکل گیری سنگ کلیه از اسید اوره دو نمونه از مشکلاتی است که می تواند در اثر مصرف زیاد مودغذایی حاوی پورین ایجاد شود. از اینرو، افرادیکه مشکلات کلیوی یا نقرس دارند بهتر است مصرف موادغذایی حاوی پورین مثل اسفناج را محدود کنند.

تاجریزی

گیاهی است تقریباً کرکدار یك ساله، به ارتفاع تا ۷۰سانتی متر با موهای ساده و ساقه های افراشته یا خوابیده. برگ ها تخم مرغی لوزی شکل تا سرنیزه ای کامل با حاشیه ای دندانه ای سینوسی، گل آذین گرزن با ۱۰-۵ گل، گل ها پراکنده در طول محور، دمگل ها معمولاً بسیار کوتاه تر و در زمان میوه دهی به صورت خمیده. جام گل سفیدرنگ، میوه سته ای به رنگ سیاه کدر یا سبز به عرض ۱۰-۶ میلی متر. این گیاه بر روی زمین های شخم خورده و یا زراعی می روید. قسمت های هوایی گیاه مورد استفاده دارویی قرار می گیرد. البته لازم به ذکر است که این گیاه جزء گیاهان سمی است و فقط مصرف موضعی آن مجاز است. موسم گلدهی گیاه از خرداد تا شهریور ماه است و در اوایل پاییز میوه های آن کاملاً رسیده می شود لذا جمع آوری گیاه در اواخر تابستان توصیه می شود. این گیاه در غالب نواحی ایران می روید و از جمله مناطق رویش آن می توان نواحی اطراف تهران، گرگان، مازندران، کلاردشت، گیلان، لاهیجان، اصفهان، آذربایجان، فارس، بلوچستان و خراسان را نام برد.

این گیاه دارای آلکالوئیدهای استروئیدی مختلف است همچنین گیاه حاوی فلاونوئیدروتین، تاتن، لینولئیك و پالمیتیك اسید است. فرآورده های استعمال خارجی گیاهان جنس سولاـنوم در درمان اگزما مورد استفاده قرار می گیرد. همچنین در ژاپن شاخه های جوان این گیاه به فرم موضعی در درمان بیماری های پوستی و سپوریازیس کاربرد دارد. با توجه به اینکه گیاه سمی است مصرف خوراکی ندارد. فرآورده های موضعی آن سه مرتبه در روز در محل ابتلاـ استفاده می شود. اندام هوایی خشك شده این گیاه

حداقل دارای ۰/۱درصد آلکالوئید سلاسودین است.

باقلا

منبع:روزنامه قدس

باقلاـ گیـاهی است علفی و یـک ساله که ارتفاع آن تا ۸۰ سـانتیمتر می رسـد. برگهـای آن متناوب و مرکب است که دارای برگچه هـایی به شـکل تخم مرغ می باشـد. گلهـای باقلاـ درشت و سـفید که دارای لکه های سـیاه و یا بنفش است. میوه آن که همان باقلا است دارای غلافی پوشـیده از کرک بطول تقریبا ۱۲ سانتیمتر است.در هر غلاف تعـدادی دانه قرار دارد. گل و شاخه گلدار، میوه و تخم باقلاـ مصارف طبی دارنـد.ضـمناً باقلا دارای ماده ای به نام فیتین Phytine)) می باشـد که بسـیار مغذی است و تقویت کننده بدن است. این ماده کلسیم بدن را تأمین می کند باقلا غذای خوبی برای دوران نقاهت است.

خواص داروئی:

باقلا از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و گل آن گرم می باشد.

۱) دم کرده گل باقلا ضد تشنج و ادرار آور است.

۲) دم کرده گل باقلا سنگ کلیه را دفع می کند و برای قولنجهای کلیوی مفید است.

۳) جوشانده باقلا برای ورم مثانه مفید است.

۴) جوشانده باقلا اثر خوبی در رفع رماتیسم دارد.

۵) از جوشانده باقلا برای درمان نقرس استفاده کنید.

۷) باقلا را اگر با سرکه و آب بپزید و با پوست بخورید اسهال مزمن را درمان می کند.

۸) برای رفع گرفتگی صدا باقلا را با روغن بادام و قند مخلوط کنید و بخورید.

۹) ضماد باقلا با شنبلیله و عسل برای نرم کردن دمل و ورم بناگوش و زیر چشم مفید است.

۱۰) ضماد باقلا جوش و کورک را می رساند و چرک را خارج می کند.

۱۱) برای درمان تکرر ادرار از جوشانده ریشه باقلا استفاده کنید.

۱۲) برای رفع التهاب و درد نوک انگشـتان و ناخن باید یک مشت برگ باقلا را با نیم لیتر آب بجوشانید و بگذارید کمی سرد شود و انگشتان خود را به مدت دو ساعت در آن قرار دهید تا برطرف شود.

مضرات:

باقلا در بعضـی از اشـخاص تولید نفخ و سنگینی سر و معده می کند برای جلوگیری از این عوارض باید ابتدا باقلا را پوست کنده و بجوشانیـد و آب آن را دور بریزید. سپس به آن مقداری آب اضافه کرده و بعد از پختن با روغن بادام و ادویه گرم مانند دارچین و فلفل بخوریـد.مصـرف باقلای تازه ممکن است تولیـد مسـمومیت و حساسـیت شدید کند که گاهی موجب مرگ می شود، بنابراین بایـد در خوردن باقلاـی تازه و خام احتیاط کنیـد. معمولاً اشخاصـی که به باقلای تازه حساسـیت دارنـد فاقـد یک آنزیم مخصوص هستند

با مصرف فندق از تحلیل مغزی و عوارض کهولت سنی بکاهی

منبع:www.nioc.org

به گفته یـک محقق طب سـنتی، مصـرف فنـدق برای افراد مسن، علاـوه بر جلوگیری از آتروفی مغزی ازعوارض دیگر کهولت سن،

جلوگیری می کند.

حسین علی فلاح تفتی یک محقق طب سنتی در گفت‌وگو با ایسنا، اظهار داشت: گیاه فندق با نام علمی " -corylus avellance "دارای طبیعت گرم و خشک و تقویت کننده‌ی جوهر مغز است. وی افزود: فندق متشکل از فسفر، روغن ثابت معطر، آلانتوئیک اسید، پروتئین، کلسیم، آهن، سدیم و پتاسیم است.

این محقق طب سنتی، خاطرنشان کرد: بر پایه نظرات حکمای طب سنتی، فندق از معدود غذاهایی است که در روند جلوگیری از آتروفی مغزی (کوچک شدن مغز) و تحلیل رفتن نیروها و انرژی‌ها و حتی قوای مغزی به شکل قابل توجهی موثر بوده و حتی در درمان آن، دارویی بی‌نظیر است. وی ادامه داد: مصرف فندق برای افراد مسن علاوه بر تجدید قوای مغزی و جلوگیری از آتروفی مغزی، آلزایمر و دیگر عوارض ناشی از کهولت سن در مغز را به علت وجود روغن‌های خاص و همچنین خاصیت خلط آوری و تقویت کنندگی و مقوی بودن، کاهش می‌دهد. فلاح، فندق را غذای دارویی مفید دانست که دسترسی به آن به سادگی امکان پذیر بوده و صرفه‌ی اقتصادی نیز دارد.

وی در خصوص نحوه مناسب استفاده از فندق به عنوان یک دارو، توضیح داد: ۵ تا ۱۰ عدد مغز فندق به همراه یک استکان آب جوش و مقداری عسل با عنوان شیر فندق را می‌توان مصرف کرد.

این محقق در پایان، مصرف توام فندق با دیگر مغزها نظیر بادام سفید شده، بادام هندی، پسته و گردو را مفید دانست و تاکید کرد: با مصرف ترکیب مذکور می‌توانید شادابی و جوانی خود را حفظ و از پیری زودرس و عوارض آن جلوگیری کنند.

فلفل سیاه

نام علمی: Piper nigrum

خانواده: Plantaginaceaepiperaceae

گیاهی است درختچه ای و کاملاـ فاقد کرک با ساقه ای مدور و بالارونده و پیچان که می تواند در محل گره هایش ریشه تولید کرده، دارای انشعابات محکم است. برگ ها چرمی با پهنای متفاوت برخی اوقات در سطح تحتانی به رنگ سبز تیره به شکل تخم مرغی مستطیلی با قاعده ای کاملا گرد یا قلبی متقارن یا نامتقارن دارای ۹۵رگبرگ متناوب و مشخص است. گل آذین به فرم سنبله است. میوه ها کروی است که بعد از رسیدن قرمز شده و لایه گوشتی روی آنها نازک است. قسمت مورد استفاده گیاه میوه ها است. میوه های فلفل سیاه تقریبا کروی با سطحی کاملا چروکیده و به رنگ قهوه ای تیره تا سیاه مایل به خاکستری است. میوه های سبزرنگ کاملاـ رشد یافته فلفل را جمع آوری و در برابر آفتاب خشک می کنند به این ترتیب به دلیل نوعی تخمیر رنگ میوه ما سیاه می شود. فلفل سیاه دارای بوی معطر و طعم تیز است. گیاه بالارونده فلفل دو سال پس از رویش در ماه های خرداد و تیر گل می دهد و در آذرماه خوشه میوه های سبز تقریبا رسیده آن جمع آوری می شود. این گیاه بومی جنوب غرب هند بوده و به طور گسترده ای در کشورهایی با آب و هوای حاره ای کشت می شود. میوه های فلفل سیاه دارای ۶۱/۵ درصد اسانس بی رنگ تا کمی متمایل به سبز و تا ۱۰ درصد ترکیبات تند اسیدآمیدی و نشاسته و پروتئین و مقادیر جزیی مواد معدنی است. از فلفل سیاه به عنوان ضدنفخ، اشتهاآور، ضدالتهاب و مسکن موضعی استفاده می شود و اثرات ضدمیکروبی و ضدعفونی کننده از آن گزارش شده است.

همچنین به عنوان یک چاشنی تند مصرف خوراکی دارد. در طب گذشته از فلفل سیاه در درمان سوءهاضمه و سرفه استفاده شده و برای آن اثرات آرامبخش و ضددرد قائل بوده اند. در استعمال خارجی به عنوان محرک موضعی برای رویش مو از آن استفاده می کرده اند.

وشا

نویسنده:سحر شهنازی

گیـاهی است بـا بن ساقه ضـخیم و قطور. دارای برگ های رشـته ای طوقه ای فراوان. ساقه به ارتفاع ۲۵۰- ۱۸۰ سانتیمتر در ابتـدا به رنـگ کـاهی سبزفـام و سـپس به رنـگ قهوه ای فام. گره ها متورم و کلفت نیسـتند. کلیه برگ های قاعـده ای سه بار بریـده، اولین قطعـات دارای بریـدگی هـای شانه ای به نـدرت با بریـدگی های دوبارشانه ای، میوه ها مسـتطیلی پهن به رنگ قهوه ای- بنفش، در ابتدا کرک آلود و سـپس بدون کرک است. ریشه ۴-۳ساله گیاهان مذکور دارای مغز سـفیدرنگ است. در مجاری ترشحی ساقه و ریشه گیـاه، شـیره ای شـیری رنـگ جریان دارد که فرآورده دارویی آن محسوب می شود و بر اثر گزش حشـرات و با ایجاد زخم و خراش تحت اثر عوامل مختلف طبیعی یا وارد آوردن خراش و زخم توسط ابزارهای مخصوص از پوست ساقه و یا ناحیه یقه گیاهان مذکور به خارج ترشح می شود. در تجارت وشا به دو صورت اشکی و توده ای عرضه می شود. وشا طی ماه های خرداد و تیر جمع آوری می شود. و حـاوی ۰/۳- ۰/۱ درصد روغن فرار، ۷۰- ۶۵ درصد رزین و صـمغی مشابه صـمغ عربی است. وشا به عنوان خلط آور و ضداسـپاسم مورد مصـرف قرار می گیرد. در طب گذشـته وشـا به صورت موضـعی در درمـان حساسـیت پوستی ماننـد کهیر، ضددرد و ضدالتهاب مورد استفاده قرار می گرفته است. اثرات ضدمیکروبی روغن فرار این گیاه تائید شده است.

قدومه شیرازی

گیاهی است یک ساله به بلندی ۱۰-۵ سانتی متر، شاخه های آن از قسـمت پایینی گیاه منشعب شده و انشعابات به صورت افراشته و بسـیار شـکننده هسـتند. برگ آن کشیده- قاشقی، دارای نوک کند، دندانه های کوتاه در نصفه بالایی برگ. دمبرگ پوشیده از کرک هـا و پرزهـای سـتاره ای است. میوه از نوع خورجینـک، تخم مرغی پهن نوک دار، بـدون کرک دارای بال و در حالت رسـیدن قرمزرنـگ اسـت. دانـه هـا بخش دارویی گیـاه را تشـکیل می دهنـد. دانـه هـا گرد، پهن و خـاکستری هسـتند دارای پوشـش نـازک موسـیلاژی هسـتند که در کنـاره هـای دانه به صورت بال کوتاه و سـفیدرنگ مشـهود است. در زمان رسـیدن میوه که پوسته آن به رنـگ زرد دیـده می شود جمع آوری می گردد. دانه هـای این گیـاه حـداقل حاوی ۱۵ درصد موسـیلاژ هسـتند. از قدومه عمدتاً به عنـوان نرم کننـده سینه، برطرف کننـده سـرفه و ملین اسـتفاده می شود. در طب گذشـته از قـدومه به عنوان خلـط آور و ضـدالتهاب استفاده می کرده اند. ۹-۶ گرم دانه قـدومه را در یک لیوان آب جوش ریخته و به مـدت نیم ساعت بخیسانید. سـپس روزی سه بار هر بـار یـک فنجـان میل کنیـد. آنچه تحت نام قـدومه در بازار دارویی ایران ارائه می شود عبارت است از قـدومه شـیرازی و قـدومه شهری.قدومه شـهری دانه های گیاه Lepidium perfoliatum از خانواده شب بو است که به جای دانه های قـدومه شـیرازی با نام عمومی قدومه ارائه می شود. قدومه شیرازی در کشورهای مصر، عربستان، فلسطین، ایران، پاکستان و عراق انتشار دارد.

اسفرزه

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است علفی، چندساله به بلندی ۱۰-۵ سانتی متر، بدون ساقه و با کرک های نرم، برگ ها به حالت روزت کشیده، باریک تا نیزه ای، نوک تیز، پوشـیده از کرک های کم و بیش فراوان است. سـنبله گرد یا کشـیده و کرکدار است. گلبرگ ها لوب دار، تخم مرغی یا گرد - قلبی شکل، قایقی شکل- و تخمدان دارای دو تخمک است. دانه ها و پوست دانه، اندام دارویی این گیاه را تشکیل می دهـد. دانه هـا تخم مرغی و قـایقی شـکل به رنـگ خاکستری مایل به قهوه ای با ته رنگ ملایم صورتی است. زمان جمع آوری

دانه ها مردادماه است. انتشار عمومی این گونه در هندوستان، پنجاب، ایران و جزایر قناری است. دانه های اسفرزه دارای موسیلاژ، پروتئین، قند، روغن ثابت و تانن است. موسیلاژ حاصل از آن دارای دو بخش است که یک قسمت در آب سرد و قسمت دیگر در آب داغ محلول است. قسمت محلول در آب داغ پس از سرد شدن به حالت ژل درمی آید.

از دانه اسفرزه به عنوان ضدسرفه، ضد التهاب دستگاه گوارش، ملین و در درمان سندروم روده تحریک پذیر استفاده می شود. از موسیلاژ آن در فرآورده های آرایشی به عنوان امولسیون کننده و از پوست دانه ها به صورت موضعی در رفع تحریک پوست استفاده می شود. از اسفرزه در طب گذشته به صورت خوراکی به عنوان ملین و به صورت موضعی به عنوان ضدالتهاب استفاده می شده است. از فرآورده های موجود در بازار می توان به گرانول پسیلیوم و پودر پسیلیوم اشاره کرد. دانه های این گیاه با دانه گیاهان تیره شب بو، میوه های تیره گندمیان و سایر گونه های جنس Plantggo ممکن است اشتباه شود.۵-۳ گرم پوست دانه به صورت خوراکی به عنوان ملین یا ۱۰-۵ گرم دانه پس از چند ساعت غوطه ور بودن در آب گرم همراه با مقدار زیادی آب می تواند مصرف شود.

تمشک

اسم من تمشک است . به من تمیش – تلس – سه گل – توت سه گل و تلو هم میگویند . در کتب قدیم از من به اسامی علیق الجبل – توت العلیق یادشده است و در همه جا مرا برادر و قائم مقام توت فرنگی معرفی کرده اند . من دارای انواع خاردار نیز می باشم ، به انواع خاردار من در نورلم ، در شیر گاه و میاه دره تمیش رد آمل دوته – در رامیان تموش و بورنیگان در تنکابن والش و ولش و جولوش در آستارا ، هندل در لاهیجان کره تیف درارسیاران ، بورجن در طوالش ، تمیشه بور در رودسر و رامسر تمشک ، و در بجنورد دولانا ، در مازندران تمش و در کردستان تورک نامند . میوه من چپالک سرشار از ویتامین های ث ، قند ، توت ، جوهر لیمو و ترشی سیب است وبه همین جهت طعم ترش مطبوعی دارد . و به علت داشتن املاح زیاد ، خون را قلیایی کرده و ترشی آن را از بین میبرد . میوه من بسیار خنک و ضد رطوبات بدن است و راه ورود میکروبها را به عروق می بندد و از خونریزی و فساد خون جلوگیری کرده و رقت خون را درمان میکند . ملین و اشتها آور بوده و ادرار را زیاد می کند . مسکن صفرا و پاک کننده صفرا از امعاء است . بهترین درمان رماتیسم و تصلب شرایین است ، برای کسانی که از درد معده رنج می برند ، میوه خوبی است و از تحریکات جلدی جلوگیری می نماید . قندش برای مبتلایان به مرض قند مفید و مداوا است خوردن آن تنفس را آسان و تنگ نفس را درمان میکند . شربت من برای مبتلایان به تب و آبله مرغان و سرخک بسیار مفید است . غرغره جوشانده من برای درمان درد گلو و آنژین سود فراوان دارد . سکنجبین میوه من خنک کننده بوده و برای رفع یرقان و التهاب صفرا و کبد سود بخش است .

ضماد برگ من جهت زخم های سرد و بر آمدگی چشم از حدقه مفید است . عصاره برگ و ساقه من که تازه چیده و کوبیده و با کمی صمغ مخلوط نمایند ، جهت امراض چشم مخصوصا جوش پلک و ریزش اشک و ناخنه و ورم پلک چشم مفید می باشد . جویدن برگ من جهت ورم لثه و رفع بی حسی آن مفید می باشد . جوشهای دهان را از بین میبرد و بوی بد دهان را برطرف می نماید . نوشیدن آب برگ و ساقه من که تازه باشد با کمی صمغ عربی جهت تقویت معده و خونریزی معدی و بند آمدن اسهال و معالجه بواسیر مفید است . گل من نیز اسهال را بند می آورد و ضماد برگ من بر روی دکه بواسیر خونی نافع است . میوه ی من قابض ترین اعضای من است ، نوشیدن جوشانده ی ریشه من علاوه بر بند آوردن اسهال ، سنگ کلیه و مثانه را خرد میکند . ضماد برگ من ورمها را فرو می نشاند و کورک و دمل را با زمیکند و مانع زیاد شدن زخم های خوره ای است .مالیدن عصاره میوه ی من جهت زخم های آبدار و چرکی نافع بوده ، آنها را خشک میکند و گل من نیز همین خاصیت را دارد . ضماد برگ و ساقه های

نـازک من جهت کـوفتگی پـا که در اثر ورزش و راه پیمـایی عـارض شـود نـافع است . پخته برگ و میـوه من مـو را سـیاه میکنـد و خضاب خوبی است و مداومت در استفاده از آن مانع سفید شدن مو میباشد و این خاصیت به علت داشتن فلز منگنز است که در آن زیاد بوده و عالم سیاهی موی بدن انسان می باشد میوه من پادزهر سموم حیوانی است و مخصوصا ضد سم مار ماهی شاخ دار است . مقدار خوراک عصاره و گل من ۹ مثقال است

سماق

خوردن مرتب سـماق برای مبتلایان به دیابت مفید است. زیرا یکی از عوامل به وجود آمدن عوارض و بیماری های مختلف در افراد دیـابتی ترکیب شـدن گلوکز بـا مولکول هـای پروتئینهای حیاتی بـدن است که به تغییر ساختار شـیمیایی و عملکرد این پروتئینها می انجامد. مطالعات انجام شده روی گیاه سماق نشان می دهد که سماق در حدود ۸۱ درصد از بروز این فرایند جلوگیری می کند.
سماق همچنین ادرار آور است.
ساق برای برطرف شدن تهوع و بی اشتهایی و تب و رماتیسم و نقرس مفید است و خاصیت میکروب زدایی دارد.
توجه: سـماق را بایـد دور از نور خورشـید و هوا نگهـداری کرد و مصـرف زیـاد آن نیز گـاهی اوقـات مسـمومیت زاست.سـیر برای دستگاه گوارش خاصیت آنتی بیوتیکی دارد .

انگور فرنگی سیاه

نویسنده: فرزانه محمد حسینی
انگور فرنگی سـیاه درختچه‌ای است بـا شاخه‌هـای راست و برگ‌های بریـده که پشت برگ‌های آن برجسـته می‌باشـد، گل‌های زرد کمرنگ آن به میوه‌های سـیاه تبـدل می‌شوند که ارتفاع آن ۱/۵ تا ۲ متر می‌رسـد. وطن اولیه آن آسـیا بوده و در باغ‌هـا یا در مزارع کشت می گردد. در نقـاط و محل‌هـای معتـدل و در خـاک غلیـظ پرورش می‌یابـد. برای پرورش آن بایـد زمین کاملاًـ مرطوب ولی بی‌آنکه آبگیر باشد انتخاب شود.
برگ و شاخه‌هـای سـالم و بـدون آفت را جمع‌آوری و در سـبد و در کوران هوا و یـا در خشـک‌کن با درجه ۴۵ سانتیگراد خشک می‌کنند، دیگر مواد مورد استفاده این گیاه عبارتند از: میوه، ریشه و گل.
گل این میوه در فصل بهار گل می‌کند و بایستی برگ‌های آن در ماه‌های تیر و مرداد چیده و خشک شود.
ترکیبـات شـیمیایی: درختچه این میوه دارای تانن‌هـا، اولیسن یـک اسانس روغنی به رنگ سبز روشن، ۱۰ تا ۱۳ درصد از قندهای مختلف، پکتین ۲/۶ تا ۳/۷۰ درصد از اسـیدهای آلی مانند اسـید سـیتریک وینیک، تارتریک و ویتامین C و مواد ضـدعفونی کننده گیاهی می‌باشـد در این میوه مقـداری ویتامین C وجود دارد که بیشتر از غـالب میوه‌هـا و معادل ۱۵۰ تا ۲۰۰ میلی‌گرم در ۱۰۰ گرم میوه است. انگور فرنگی سـیاه دارای ویتامین‌های B و A و قنـدها، مواد معدنی، مواد رنگی ضد عفونی کننده است. تمامی این مواد روی سیستم اعصاب در بدن اثر خوبی داشته، این ماده رنگی علاوه بر تحریک نمودن بدن مبادلات داخلی بدن را بهبود می‌بخشد و به همین علت مقاومت بدن را در مقابل بسـیاری از عفونت‌ها بالا می‌برد، خاصـیت مداری که این میوه دارد به جهت عناصـری مانند اکسـیداز و اسـیدکینیک موجود در آن است. مطالعات انجام شده توسط دانشـمندان انگلیسـی نشان می‌دهد که استفاده از برگ‌ها و سرشاخه های این میوه اثر ضد رماتیسمی و ضد نقرس را دارا می‌باشد. انگور فرنگی سیاه حاوی مواد زیر است؛ آب ۸۰ تا ۸۷ گرم، مواد ازته ۰/۸۸ تا ۱ گرم، مواد چربی ۵۰ درصد تا ۵۳ درصد گرم، مواد ئیدروکربنه ۶/۸ تا ۱۳/۵ گرم، سلولز ۲/۷۱، خاکستر ۰/۶۳ گرم، در ضمن مقاومت ویتامین C موجود در میوه این گیاه بیشتر از میوه‌های دیگر در مقابل گرما و اکسیژن است.

خواص درمانی: دم‌کرده برگ و سرشاخه‌های آن دارای اثر مدر، معرق و ضد رماتیسم است، به علاوه اثر مقوی و قابض نیز دارد. مصرف آن در ورم مفاصل و آب آوردن نسوج به کار می‌رود و برای کسانی که از درد سنگ کلیه و ناراحتی‌های مجاری ادرار و مثانه رنج می‌کشند نیز توصیه می‌شود. این میوه اثر دفع کننده اوره و اسید اوریک را دارد و در درمان فشار خون؛ تصلب شرائین، اختلالات گردش خون در زمان یائسگی در بانوان، تورم کبد و یرقان اثر مفیدی ظاهر می‌کند. برگ‌های این گیاه مبادلات متابولیکی را تقویت نموده، کسانی که دچار یبوست هستند بهتر است حتما از این میوه استفاده کنند. با مصرف جوشانده برگ این میوه، ادرار افزایش یافته و مقدار زیادی اوره و اسید اوریک که عامل اصلی بیماریهای یاد شده هستند از بدن دفع می‌گردند. از برگ این گیاه به علت اثر قابضی که دارد می‌توان در درمان اسهال‌های ساده و درد معده استفاده کرد. علاوه بر آن در سردردهای یک طرفه، سرفه‌های تشنجی و سیاه سرفه‌ها می‌توان از آن استفاده‌های لازم را به عمل آورد.

در استعمال خارجی از جوشانده برگ‌های آن می‌توان در پانسمان و رفع التهاب زخم‌ها و تسریع بهبود اوسرها از آن استفاده کرد. این جوشانده هم برای رفع ناراحتی‌های مخاطی مانند دهان، درد گلو، ورم لوزتین، گرفتگی صدا اثرات مفیدی ظاهر می‌نماید. طریقه تهیه دم‌کرده‌ای که از این گیاه به دست می‌آید به شرح زیر می‌باشد؛ ابتدا دم‌کرده ۳۰ تا ۳۵ گرم برگ و سرشاخه‌ها را در یک لیتر آب ریخته و پس از جوشاندن صاف کرده و در روز به صورت ۳ الی ۴ فنجان مصرف کنید این دم‌کرده در رفع التهابات معده و اثنی عشر موثر و مفید است برای رفع نقرس می‌توان از این دستورالعمل استفاده کرده ابتدا برگ خشک شده انگور فرنگی را به مقدار ۱۰۰ گرم، برگ زبان گنجشک ۵۰ گرم و گل شیر برنج ۵۰ گرم تهیه کرده و همه مواد را به صورت جداگانه به صورت پودر درآورده و آنها را باهم بجوشانید و بعد از جوشاندن، صاف نموده و اجازه دهید کمی سرد شود و سپس به مقدار ۲ تا ۳ فنجان در روز از آن مصرف کنید:

توجه: قبل از مصرف سعی کنید اگر ناراحتی معده و روده ندارید و یا به جوشانده حساس نیستید مصرف کنید زیرا که مصرف این محلول برای این‌گونه اشخاص بسیار زیان‌آور است.

خوردن میوه‌ها و سبزی‌ها را فراموش نکنیم تا همیشه از بدنی سالم و قوی برخوردار باشیم

گاوزبان

مقدمه :

یکی از عجایب سلسله کوه های البرز که قله عظیمی چون دماوند دارد، پرورش چندین نوع گیاه دارویی است که اثر درمانی زیادی دارند و منحصراً در دامنه های این کوه به عمل می آیند و در کوه های دیگر اثری از آنها نیست. چندی پیش جراید ایران از یکی از این گیاهان سخن گفته و اثرات سحرآمیز آن را بیان داشتند و نوشتند که کارشناسان خارجی بذر این گیاه را به کشورهای دیگر برده اند، ولی با کوشش فراوان نتوانسته اند آن را به عمل آورند، زیرا این گیاه فقط در زادگاه اولیه خود سبز می شود.

گاو زبان با نام علمی borago officinalis یکی از گیاهان دو لپه می‌باشد. گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می‌رسد ساقه آن شیاردار و خاردار می‌باشد. برگهای این گیاه ساده و پوشیده از تارهای خشن است. گلهای آن به رنگ آبی ، سفید ، بنفش و آبی می‌باشد. گاو زبان احتمالا از شمال آفریقا به نواحی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه ، نواحی شمال آفریقا و قسمتهایی از خاورمیانه می‌روید. گل ، برگ و سرشاخه‌های گلدار آن به مصرف دارویی می‌رسد .

گاوزبان یک گیاه علفی یک ساله است که از اردیبهشت تا شهریور گل می دهد. این گیاه به احتمال زیاد بومی منطقه مدیترانه است ولی بعضی محققین عقیده دارند بومی خاورمیانه است. کشت و کار گاوزبان بوسیله عربها در جنوب اسپانیا در قرون وسطی معرفی شد. این گیاه در بسیاری از مناطق اروپا, غرب آسیا و آمریکای شمالی می روید و اغلب بصورت وحشی در محل های لم

یزرع و کناره رودخانه ها دیده می شود.

هر چند در کتب قدیم به گل گاوزبان " لسان الثور "می گویند، ولی در واقع نام دیگری ندارد. اسم فرانسوی، انگلیسی، آلمانی، ترکی و غیره هم ندارد، چون در هیچ نقطه ای از زمین جز دامنه کوه های البرز به عمل نمی آید و با گیاه دیگری که در آذربایجان و شهرهای دیگر ایران و کشورهای دیگر می روید و به غلط به گاوزبان مشهور شده است، نسبتی ندارد. برای اینکه این اشتباه که حدود چند قرن است پزشکان و دارو سازان را گمراه کرده است، از بین برود این را" گل گاوزبان "و دیگری را" گیاه گاوزبان" بنامید. این دو گیاه متفاوت هستند، تنها گل هایشان کمی به هم شبیه است، هیچگونه خواص مشترکی ندارند و از نظر منافع طبی با هم متضاد می باشند. گل های" گل گاوزبان "درشت تر از گل های"گیاه گاوزبان "است.

"گل گاوزبان "در ایران، و" گیاه گاوزبان "در اروپا و امریکا شهرت زیادی دارند. پزشکان سنتی ایران در معالجه بسیاری از امراض از" گل گاوزبان "استفاده می کردند و نتیجه می گرفتند. پزشکان جدید هم خواص" گل گاوزبان "را می دانستند و برای دسته ای دیگر از امراض تجویز می نمودند و چون عطاران فرقی بین" گل گاوزبان "و" گیاه گاوزبان "قایل نبودند، آنها را به جای هم می دادند، و به همین جهت معالجه آنها نتیجه نمی داد و محققین از اینکه خواص و منافع این گیاه از بین رفته است در تعجب بودند.

یکی از مترجمین، تمام فواید" گیاه گاوزبان "راترجمه کرده و به" گل گاوزبان "نسبت داده، سپس پرسیده است: چرا ایرانیان فقط از گل گاوزبان استفاده می کنند؟... به برگ و سرشاخه های آن توجهی ندارند، در جواب ایشان باید بگوییم که گل گاوزبان، فقط گلش فواید طبی دارد، زیرا گیاهی که فرنگی ها به او" بوراش "می گویند گل گاوزبان نیست.

صاحب کتاب" تحفه "در شرح گاوزبان چنین می نویسد: گل گاوزبان لاجوردی و شبیه گل انار بوده و تخم آن مستدیر(حلقوی شکل) و لعابی است و در کوه های دارالمرز(البرز) بسیار زیاد یافت می شود. گیاه دیگری که در اصفهان و بعضی از بلاد، گاوزبان می دانند" مرماخوز "است که گل آن لاجوردی و کوچک و مدور است". (مر "نام قبیله ای از ساکنان شمال افریقاست که بذر چند گیاه دارویی را که یکی از آنها گیاه گاو زبان است به اسپانیا برده و در آنجا پرورش داد و استعمال آنها را در طب معمول داشته اند. این گیاهان به اسامی مختلف مرماتوس، مرماهوس، مرمازا در کتب طبی قدیم وارد شده و خواص آنها تحقیق گردیده است.) بعد از جنگ های صلیبی گیاه گاوزبان را از اسپانیا به اروپا آوردند و در آنجا کاشتند و چون در کتاب قانون ابو علی سینا از گل گاوزبان زیاد تعریف شده بود و این کتاب نیز در مورد قبول و استناد استادان پزشکی اروپا بود، به همین جهت مورد توجه واقع گردید، ولی متاسفانه گیاه گاوزبان هیچ یک از خواص گل گاوزبان اصلی را نداشته و در عوض منافع دیگری داشت که کم کم محققین اروپایی به آن پی بردند. از جمله معلوم شد که سرشاخه، گل و برگ این گیاه دارای مقداری شوره بوده، عرق وادرار را زیاد می کند. در صورتی که در کتب طبی ایرانیان که در دانشگاه های اروپا تدریس می شد، چنین خواصی را به او نسبت نداده بودند.

حال اجازه فرمایید این دو گیاه را به طور جداگانه معرفی کرده و منافع آنها را شرح دهیم:

گل گاوزبان اصلی

این گیاه به طور خودرو، منحصراً در دامنه ی کوه های البرز به عمل می آید و تاکنون اهلی نشده و قابل کشت نیست.

- مقوی روح و اعضای رئیسه بدن بوده، حواس پنجگانه یا بهتر بگوییم، حواس هجده گانه آدمی را تقویت می کند.
- شکم را نرم و کیسه صفرا را باز می کند، اخلاط سوخته سوداوی را از معده خارج و عوارض آن را از بین می برد.
- جوشانده آن همراه با داروهای دیگر جهت سرسام(منثژیت)، برسام(ورم حجاب حاجز)، مالیخولیا، جنون و رفع حواس پرتی مفید می باشد.

- جوشانده آن نشاط آور بوده، رنگ رخسار را باز می کند.
- سینه را نرم می کند، تنگی نفس و درد گلو را شفا می دهد.
- دلهره و وحشت را از بین می برد و غم و غصه را کم می کند و برای کسانی که با خود حرف می زنند سودمند می باشد.
- جوشانده آن با عسل جهت تنگی نفس تجویز شده است.
- جویدن برگ تازه آن جهت درمان جوش های چرکی دهان اطفال، برفک، سستی بیخ دندان و رفع حرارت دهان نافع است. مقدار خوراک گل آن دو مثقال تا پنج مثقال می باشد.
- عرق گل گاوزبان جهت امراض سوداوی، وسواس و خفقان مفید است.
- دارای منیزیم بوده و از سرطان پیشگیری می کند.
- تحقیقات جدید بیانگر این مطلب هستند که عصاره آبی گل گاوزبان دارویی مؤثر و بی‌خطر برای درمان بیماران مبتلاء به اختلال وسواسی اجباری می باشد.
- گل گاوزبان دارای موسیلاژ به میزان ?-? درصد، فلاونوئید ۰/۱۵درصد و آنتوسیانین با آگلیکون دلفینیدین و سیانیدین به میزان ۳۴/۱۳ درصد و به مقدار ناچیز آلکالوئید از دسته پیرولیزیدین است.
- گل مرغوب گلی است که دارای دم سفید و گلبرگ های بنفش باشد. برگ های تازه گل گاوزبان دارای مقدار زیادی ویتامین C می باشد.

*پس این گیاه دارای شوره نیست، عرق و ادرار را زیاد نمی کند.

گیاه گاوزبان

این گیاه اسم فارسی ندارد و معلوم نیست از چه موقع به ایران آمده و در اطراف تبریز کاشته شده است. در زبان فرانسوی به آن بوراش می گویند و" ابن بیطار "گیاه شناس معروف قدیم که در اصل اندلسی بوده و بعد به آسیای صغیر آمده و دو کتاب بزرگ به نام های" الجامع "و" المغنی "به زبان عربی دارد آن را نوعی" مرماخوز "دانسته و به اسامی: لسان الثور، ابوالعرق، کحیلا- کحلا، حمحم و بوغلص یاد کرده است.

- گل، سرشاخه و برگ آن دارای شوره، مواد لعابی و یک ماده تلخ است و به همین جهت عرق و ادرار را زیاد می کند.
- سنگ های کلیه و مثانه را خرد کرده و از بین می برد.
- این گیاه دارای اسیدهای چرب امگا ۶ مانند لینولنیک اسید می باشد که برای روماتوئید مفید است.
- ضماد برگ های تازه وله شده آن دمل را باز می کند و برای معالجه سوختگی، آتش و آفتاب زدگی مفید است.
- در طب سنتی ایران" مرماخوز "را جهت معالجه استسقا مفید دانسته اند و برای این کار، مبتلایان به استسقا بایستی مدت زیادی برگ و بذر آن را روزانه ۱۵ تا ۲۰ گرم ناشتا میل نمایند.

*پس تجویز این گیاه برای مبتلایان به سرسام و برسام جایز نیست.

مشخصات گیاه شناسی

گل گاو زبان از گیاهان دارویی و دارای روغنی است که به علت خاصیت شفا دهندگی از مدتها قبل بخصوص در فرانسه شناخته شده بود. این گیاه دارای شاخه‌های تو خالی و آبدار است و ارتفاع آن به ۵۰ سانتیمتر می‌رسد. برگهای این گیاه نسبتا بزرگ و چین خورده به رنگ سبز تیره و تخم مرغی شکل نوک تیزاند که بطور متناوب بر روی ساقه گیاه قرار دارند. تمام سطح گیاه پوشیده از کرکهای سفید و منشعب است.گلهای این گیاه در انتهای ساقه قرار دارد و به رنگ روشن و ستاره‌ای شکل است. میوه این گیاه به شکل چهار فندق کوچک و به رنگ قهوه‌ای مایل به سیاه است.

ترکیبات شیمیایی

گل گاو زبان و برگهای آن دارای لعاب فراوان است. این گیاه دارای نیترات پتاسیم ، رزینها ، مالات کلسیم ، منگنز ، منیزیم ، اسید فسفریک و آلانتوئین می‌باشد.

خواص داروئی:

گاو زبان از نظر طب قدیم ایران سرد است

۱)گل گاو زبان و برگ های تصفیه کننده خون است

۲)آرام کننده اعصاب است

۳)عرق آور است

۴)ادرار آور است

۵)کلیه ها را تقویت می کند

۶)سرماخوردگی را برطرف می کند

۷)برای از بین بردن سرفه از دم کرده گل گاو زبان استفاده کنید

۸)در درمان برونشیت موثر است

۹)بی اختیاری دفع ادرار را درمان می کند

۱۰)التهاب و ورم کلیه را درمان می کند

۱۱) در درمان بیماری سرخک و مخملک مفید است

۱۲)ضماد برگ های گاو زبان برای رفع ورم موثر است

۱۳)برگهای گاوز بان را بپزید و مانند اسفناج از آن استفاده کنید

۱۴)برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدر زیادی ویتامین C می باشد و در بعضی از کشورها آنرا داخل سالاد می ریزند .

مضرات :

گاوزبان بعلت داشتن آلکالوئید برای زنان حامله و کودکان مضر است.

منابع :

گاوزبان «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

گل گاوزبان www.aftab .ir

گل گاوزبان http://www.iranmania.com

گل گاو زبان (گاو زبان) http://www.parsiteb.com

گاوزبان Borage http://www.money۵۸.netfirms.com

پاپیروس

پاپیروس مشهور است ،از آن کاغذ می سازند و قوت کاغذ هم هست و سوخته هر دو بسیار خشکند .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :خاکسترش بازدارنده نزیف است .

زخم و قرحه :خاکسترش بر زخم های تر نهاده شود زخم را بهم می آورد.

گاهی آن را در سرکه می ریزند و خشک می کنند .در مداوای ناصور و همه قرحه های سرایتی و زخم ها بکار می رود .

سر :خاکستر پاپیروس داروی خوره دهان است .

اندام های تنفسی :خاکسترش خون برآوردن را قطع می کند .

اندام های دفعی :آن را در کتان می پیچند و می گذارند تا می خشکد و آنگاه بربواسیر می گذارند که مفید است .

پلخم

اکثراً بیخ آن را بکار می برند و مشهور است .

مزتج :گرم و خشک

خاصیت :زداینده ، پاک کننده ، قرحه آور ، تند ، سوزناک ، مسبب استفراغ ، قطع کننده بلغم و مراره سوداء .

آرایش :لکه های سفید و سیاه برص و بهک را می زداید .

ورم و جوش :برای گری داروی بسیار خوبی است .

سر :عطسه آور است . چرک و پلیدی گوش را از بین می برد . بادهای سوراخ بینی را پراکنده می کند .برای بینی خوب است . بند آمدن پالونه را باز می کند .

چشم :از آن فتیله می سازند و به چشم می کشند مفید است .

اندام های غذا :در استفراغ دادن قوی است و سختی طحال را می گدازد .

اندام های دفعی :مسهل است . ادرار بول می کند ، آن را بردارند حیض ریزش می کند .در خرد کردن سنگ بسیار مؤثر است

پلنگمشگ

به گمان بعضی از مرزنگوش و سیسنبر(نمام)غذایی تر و خشک تر است.

اندام های غذا :خوردن و بو کردن و مالیدنش راه بندان های مغز را بازمی کند. سینه :خوردنش خفقان قلب ناشی از بلغم و سودا را آرام می کند .

اندام های راننده :خوردن و مالیدنش در علاج بواسیر مفید است

پیاز موش

کشنده موش می باشد و بسیار تند مزه .بعضی می گویند پیاز موش همان عنصل است .برشتن و پختن اثر دارویی آن را کاهش می دهد . گونه ای که همرنگ شاخ حیوان است ، درخشندگی دارد و مزه اش مخلوطی از شیرینی و تندی و تلخی است ازانواع دیگر بهتر است .

خاصیت درمانی :تحلیل برنده است و خون را به سوی سطح اندام می کشاند. مواد زائد را می سوزاند .قرحه می آورد و سرکه آن تن ضعیف را قوی می کند و مایه سلامتی است .

آرایش :همراه با روغن زیتون و راتینا اگر بر زگیل مالیده شود آن را بر می کند و همچنین مالش و ماساژ با آن مو را باز می رویاند و ترک های پاشنه پا را خوب می کند .به ویژه خام و قسمت وسطی آن برای از بین بردن ترک بسیار مؤثر است . سرکه آن رنگ را زیبایی می بخشد .

زخم ها و قرحه ها :قرحه های روی پوست را می خشکاند . خوردن آن به قرحه های درونی زیان می رساند و مالش دادن پوست

باپیاز موش قرحه به بار می آورد .

مفاصل : در معالجه درد پی ها ، مفاصل ، فلج و به ویژه در بیماری اعصاب مفید است . لیکن کمی به اعصاب زیان می رساند .

اندام های سر :در مداوای صرع و مالیخولیا مفید است .

سرکه اش لثه را محکم و دندان را استوار و بوی دهن را بر طرف می سازد .

چشم : خوردنش دید را قوی و آبریزش چشم را بر طرف می کند .

اندام های تنفس و سینه : در علاج شش بسیار مفید است . سرفه کهنه و زبری صدا را بر طرف می نماید . سرکه آن مقوی و محکم کننده و برای گلو مفید است .

اندام های تغذیه :سختی طحال را بر طرف می کند ، معده و هضم را تقویت می نماید و در رفع بالا آمدن خوراک مفید است . جوشیده و سرکه آن را اگر چهل روز بخورند بیماری طحال را از بین می برد و در علاج یرقان نیز مفید است .

اندام های دفعی :شدیداً ادرار را جاری می سازد ، سرکه اش نیز همین کار را می کند .

پیازموش معالج شاش بند است و خون حیض را جریان می دهد . پیازموش و سرکه آن در علاج خفگی زهدان (اختناق رحم) مفید است .

تخم آن را اگر کاملاً بکوبند ،در طرف خشکی بریزند و با عسل مخلوط کنند دارویی است ملین که درد مقعد و رحم را از بین می برد ،در تسکین درد شکم و درد روده بسیار مفید است .

تب : سرکه آن در بر طرف کردن تب لرز مزمن مؤثر است .

سموم :پادزهر حشرات سمی و کشنده موش است . اگر آن را بپزند و با سرکه ضماد کنند و بر محل گزیدگی مار بگذارند داروی مطلوبی است

تباشه

سوخته ساقه های چوب خیزران است . می گویند در هنگام وزیدن بادهای سخت ساقه های خیزران از اثر مهم ساییدن می سوزند و تباشیر خاکستر این سوختن و ره آورد هندوستان است .

مزاج : سرد و خشک

خاصیت : قبض است و دفع کننده و کمی گدازندگی دارد .

اندام های سر : در زخم های دهان و جوش زبان و در بیماریهای ناشی از مالش محلول آن در تقویت قلب و علاج تپش گرم و غش کردنی که از ریزش زرداب به سوی معده رخ می دهد مفید است .

اندام های غذا : تشنگی ، استفراغ ، التهاب معده ، ناتوانی معده را از بین می برد .

زرداب را از رسیدن به معده جلوگیری می کند.افسردگی را درمان می کند .

اندام های دفعی : بازدارنده خلط صفرایی است .

تب ها : مانع تب های شدید است

ترشک

دیسقوریدوس گوید ترشک چندین نوع است :

۱ ـ نوعی ترشک در زمین هایی که خاک مایل به سیاهی دارند می روید . برگهای دراز و سرباریک دارد .

۲ ـ ترشکی که در کشت زارها می روید و اگر بپزند خوشمزه است .

۳ ـ قسمی در جنگل می روید برگی سخت و اطرافش صاف و بی دندانه است .

۴ ـ نوعی ترشک که نرم است و بیابانی و به بارهنگ می ماند .

۵ ـ نوعی که برگش همانند مرزه است شاخه هایی کوچک ، ترش مزه ، سرخرنگ و تند مزه دارد . این نوع بزرگ تر از بقیه است .

مزاج : سرد و خشک .

خاصیت : قبض است .نوع بی مزه آن دارای اندکی گدازندگی است .

ترش مزه آن قبض تر و آنکه بسیار ترش مزه نیست غذایش بهتر است .

این نوع به کاسنی شبیه است . همه انواع آن صفرا را بر می کند و خلط خوب و سازگار بوجود می آورد .

آرایش :بیخ ترشک با سرکه داروی پوست انداختن ناخن است .

با آب انگور کهنه بپزد و ضماد شود علاج لکه های سفید و بیماری ویروسی پوستی است .

ورم وجوش :ضمادش داروی خنازیر است و می گویند اگر بیخ آن را به گردن بیماری که خنازیر دارد ببندند از خنازیر شفا می یابد .

زخم و قرحه : بیخ ترشک و سرکه داروی گری چرکین و قوباء است .

آب پز با آب گرم یا ترشک و آب ترشک را در گرمابه به تن بمالند خارش پوست را از بین می برد .

سر : افشره اش را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد.

در آب انگور کهنه بپزند داروی دندان درد است و ورم های بن گوش را از بین می برد .

اگر با سرکه بپزند و ضماد کنند و بر طحال بگذارند ورم طحال را از بین می برد .

اندام های دفعی : ترشک و تخمش و به ویژه تخم مرغ بزرگش و می گویند برگ همه انواع ترشکها را اگر بپزند و بخورند ملین است .

تخمش قبض است و بعضی بر این رأیند که تخم ناپخته ترشک ملین و لغزاننده است .

بیخ کوبیده ترشک در علاج رطوبتهای زهدان مفید است . اگر با نوشآب های بنوشند سنگ گرده را خرد می کند .از آنجا که ترشک دارای ماده لزج است از خراش روده و خشک شدن خیو جلوگیری می کند و با اینکه در منع خراش روده مفید است مواد را نیز می لغزاند .تخم ترشک را با آب و آب انگور کهنه مخلوط کنند و خوشمزه سازند قرحه روده و اسهال مزمن را درمان می کند . تخم ترشک را بکوبند و بسایند و زنان بردارند رطوبت های زهدان هر چند مزمن باشد قطع می شود و اگر با آب انگور کهنه بپزند و بنوشند سنگ مثانه را خرد می کند و حیض را روان می سازد .

زهرها :ترشک و به ویژه بیابانی آن پادزهر نیش کژدم است .

اگر تخم ترشک را قبلاً بکار برند نیش حشرات و کژدم اثر نمی کند

ترید

تکه چوب های ستبرند که از هند می آورند .سفید رنگ و پیچیده اش که چون لوله های باریک ، نی و صاف ، زود شکن و کرم نزده باشد بهتر است . سبک و سوراخ دارش ناتوان است .

خاصیت :تنها استعمال کردنش چون رطوبت های نازک را از تن بر می چیند خوب نیست .

مفاصل :در علاج بیماریهای عصب مفید است .

اندام های راننده : سائیده اش در بیرون راندن بلغم بسیار مؤثر است .

ترنجبین

شبنمی است که اکثراً در خراسان و ماوراء النهر بدست می آید و در کشور ما بیشتر بر گیاه مرسوم به (حاج)می نشیند .

تازه و سفیدش خوب است .

مزاج :معتدل و مایل به گرمی است .

خاصیت :ملین است و زداینده .

سینه : داروی سرفه است و سینه را نرم می کند .

اندام های غذا : تشنگی را از بین می برد .

اندام های راننده : اسهالش ملایم است و صفرا را بیرون می آورد

تفسیا

شیره فیجن کوهی است .تازه اش مفید و اگر یکسال بگذرد بیهوده است .

مزاج :بسیار گرم و سوزنده است .

خاصیت :پالاینده ، مسهل ، رساننده و ترکاننده است .

آرایش :موی را باز می رویاند .داروی داء الثعلب است و در این زمینه بی نظیر .در زدودن لکه های سیاه و ککک و مک و برص و غیره مفید است .

مفاصل : برای علاج سستی و درد نقرس و مفاصل سرد بر تن می مالند و برای بیماری اعصاب حقنه شود خوب است .

سینه :در برانداختن ریم از سینه و در علاج دشوار نفس کشیدن ، پهلو درد و به ویژه اگر پهلو درد کهنه باشد خوب است .مالیدنی باشد یا ضماد کنند فرقی ندارد .

اندام های راننده :دربیخ و برگ و پوست و اشکش ماده اسهالی هست .

تب ها : در علاج تب ها پوشش استعمال می شود

ثافسیا

صمغ فیجن بیابانی است و تنها تازه اش ارزش دارویی دارد .

مزاج :بسیار گرم و سوزنده است و خشکی می دهد .

خاصیت :پالاینده ، مسهل ،رساننده و ترکاننده است .

آرایش :مو را باز می رویاند و در علاج کم مویی نظیر ندارد .

نفس کش :برای برآوردن چرک وریم از سینه و علاج دشوار نفسی و پهلو درد تازه و کهنه خوب است .

اندام های راننده :بیخ و پوست و آب تراوش (اشک)آن مسهل است. تب ها :درعلاج تب ها مفید است

کاکنه

قوتش به قوت تاجریزی نزدیک است و به ویژه قوت برگ آن .

مزاج :سرد و خشک

زخم و قرحه :افشره آن در معالجه زخم و از میان بردن چرک و ریم گوش و نرم کردن سختی های کهنه شده ناصور سودمند است .

اندام های تنفسی :در علاج برونشیت و ضعف نفس و تنگ نفسی مفید است .

اندام های غذا :در علاج یرقان مفید است .

زخم مجرای بول را مداوا می کند .

کبر

دو نوع ثمر دارد یکی خرنوب شامی و دیگری که به خیار شبیه است .

بیخ آن تلخ و تند است . نوعی کبر هست که آن را کبر قلز می گویند و به حدی تند است که تاول در دهان پدید می آورد و لثه را آماس می دهد . برای استفاده دارویی پوست بیخش از همه نافع تر است .

مزاج :همه انواعش گرم و خشک است .

خاصیت :تحلیل برنده ، زداینده ، بازکننده ، بیخش تکه کننده ، لطافت بخش ، پاک کننده و باز کن است .پوستش تلخ و تند و گیرنده است .

ورم و جوش :بیخ و برگش خنازیر را می گدازد و سخت ها را نرم می کند .

زخم و قرحه :پوست بیخش را بر زخم های پلید و چرکین بگذارند بهترین علاج است .

مفاصل :پوست بیخش در علاج بیماری اعصاب و درد سرین مفید است و آبش را حقنه کنند در این زمینه مفید است .

برای دفع فلج و تخدیر خوب است .چون گیرندگی دارد ، اندام ها را محکم می کند و گسستگی سر و وسط ماهیچه ها را بهم جوش می دهد .

سر:پوست بیخش را بجوند رطوبت های سر را جذب می کند و سر درد سرد تسکین می یابد .

آب آن را در گوش بچکانند کرم گوش را می کشد .با دندان دردمند پوست بیخش را گاز بگیرند و به ویژه اگر پوست شاداب باشد درد بر طرف

می شود .

سینه :نمک سودش داروی برنشیت است .

اندام های غذا :خوردنش همراه آب ، ضمادش که با آرد جو و غیره باشد ، و به ویژه پوست بیخ آن بهترین علاج طحال است .

اندام های دفعی :خلط نارسیده و غلیظ را بیرون دهد . حیض را راه می اندازد .کرم های ریز و درشت را از روده بیرون می راند .داروی بواسیر است .

شهوت انگیز است .نمک سودش قبل از غذا ملین است

کبابه

ره آورد چین و قوتش به قوت روناس (فوه)شبیه است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :باز کننده است و لطیف اما تا آن اندازه نیست که کار دارچین را انجام دهد .

زخم و قرحه :در علاج زخم گندیده که در اندام نرم باشد بسیار مفید است.

سر:در مداوای زخم و جوش هاس گندیده دهان سودمند است.

سینه:در دهان گیرند صدا را صفا می دهد.

اندام های غذا :راه بندان های کبد را به خوبی باز می کند.

اندام های دفعی:مجرای بول را تنقیه می نماید.بول ریگی را بیرون می ریزد .سنگ کلیه و مثانه را از بین می برد

کبیکه

دیسقوریدوس گوید چهار نوع است :

۱ ـ برگش به برگ گشنیز شبیه و از آن پهن تر است .

۲ ـ از نوع اولی بزرگتر و ریشه هایش ژرفا روتر است .

۳ ـ بسیار کوچک و طلایی رنگ است .

۴ ـ به نوع سوم شبیه ولی گلش سفید شیری است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :هر چهار نوعش گرم ، تند ، زخم آور ، زداینده ، پوست کن ، پوست گز و گدازنده است .

آرایش:برگ و شاخه اش قبل از آنکه خشک می شوند در زدودن برص و سفیدی ناخن ، کم مویی بسیار مؤثرند و اثر مثبت دارند .

ورم و جوش :در برانداختن گری ، برکندن زگیل های میخی ، و غده های آویزه ای ناشی از سرما بسیار داروی خوبی است .

زخم و قرحه :آب پز نیمه گرمش بر لکه های سیاه مایل به سرخی (سعفه)مالند مفید است .

سر :بیخ خشکیده اش از عطسه آورهای قوی است .

گرد آن را بر دندان التهابی بمالند مفید است .

کچوله

گونه ای از کف دریا است که جامد شده و به نی چسبیده است .چنان تند مزه است که به کار خوردن نمی آید ، بعد از آنکه از تندی آن می کاهند آنرا چون مرهم مالیدنی به کار می برند .

مزاج :بسیار گرم است .

خاصیت :مزاج سرد و تباه را به حالت طبیعی بر می گرداند و استعمال آن تنها باید از راه مالیدن خارجی باشد .

آرایش :لکه ها را از بین می برد .

دمل و جوش :جوش های شری را درمان می کند .

زخم و قرحه :در مداوای گری تر و اگزما مفید است .

مفاصل :ضمادش در علاج بیماری اعصاب سودمند است .

کرویا

درختش در ارمنستان و مملکت (قماعینا)بسیار است و در عربستان و هندوستان و غیره نیز یافت می شود .کرویا ثمر این رستنی است .

آنچه ره آورد هندوستان و ارمنستان است و در کوبیدن سرسخت ، پر و متراکم است خوب است و در غیر این صورت ارزش ندارد .

قسم خوب کرویا بوی خون می پراکند و مزه اش تند مایل به تلخی است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گرمی بخش ، خون به سوی پوست می آورد ، گدازنده است و اندام های درونی را توان می بخشد .

زخم و قرحه :با سرکه بر پوست بمالند علاج گری و بیماری ویروسی است .

مفاصل :در علاج درد عصب ، درد سرین ،دربیرون راندن بلغم ، در مداوای فلج و گرفتگی ماهیچه مفید است .

سر :با آب بخورند علاج صرع است .

سینه :سرفه را آرام می کند و سینه را می پالاید .

اندام های راننده :علاج درد و پیچ روده و ضد کرم و کرم کدو است .

زهرها :پادزهر نیش کژدم و حشرات دیگر است .

کرم سرخ ، کرم خاکی

اندام های دفعی :اگر با روغن زیتون و موم و زرده تخم مرغ مخلوط شود و از ماده گدازنده گیش بکاهد و سخت نشود در مداوای درد زهدان ، کلیه ، ادرار بول و حیض مفید است .

اگر با زیره سیاه قرد مانا باشد داروی بواسیر است .

تب ها :علاج تب و لرز است .

زهرها :پادزهر حشرات موذی است

کسیلی

چوبک هایی است مانند (فوه)روناس و سیاهی بر آن چیره است .

مزاج :گرم و تر است .

خاصیت :چسبنده است و در شکستن نیروهای داروهای گرم کار صمغ عربی را انجام می دهد .

آرایش :فربهی بخش است و رنگ رخساره و پوست را زیبا می کند .

کشوث

به شکل الیاف و به لیف مکی می ماند و بر خارها و درخت ها می پیچد .

آبی برگ است و گلهای کوچک و سفید دارد .مزه اش تلخ گس است و تلخی چیره است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :تنقیه می کند .ریختنی های لطیف را از رگ ها خارج می نماید . بر معده سنگینی می کند ، زیرا قبض است .رگ ها را می پالاید و هز زائده ای باشد بیرون می آورد .افزاینده و لطیف است .

اندام های غذا :کشوث و به ویژه در روغن جوشیده اش معده را تقویت

می کند .

اگر همراه سرکه بخورند سکسکه را تسکین می دهد ،راه بندان های کبد و معده را باز می نماید و معده و کبد را تقویت می نماید . آب آن در بیماری یرقان بسیار مفید است .

افشره کشوث بیابانی را اگر بسایند و در آب انگور کهنه ریزند معده ناتوان را توان می بخشد .

اندام های دفعی :پلیدی های شکم بچه را در زهدان تنقیه می کند ، زیرا تنقیه کننده رگ ها است .بول و حیض را راه می اندازد .در تسکین پیچ و درد شکم و روده مفید است .

آن را بردارند و خونریزی را بند می آورد .

در روغن جوشیده اش قبوضیت می دهد و رطوبت های زهدان را پاک

می کند .

تب ها :آزمایش شده است که تخم و آبش بهترین علاج تب های کهنه است

گشنیز

جالینوس فرماید قوتی که در تر و خشک گشنیز است قوتی مرکب است چیرگی با خاکی تلخ و آبی نیم گرم است و کمی گسی دارد که کمی گیرنده شده است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گیرندگی و تخدیر دارد . افشره آن با شیر هر ضرباتی را تسکین می دهد .

ورم و جوش :علاج ورم گرم است . گشنیز با آبگوشت ساده ، سرکه ، روغن گل ، عسل و روغن زیتون علاج (شری) و آتش فارسی است .

گشنیز همراه با آرد باقلا ، یا قاوت ، آرد نخود خنازیر را تحلیل می برد . اگر بجای گشنیز افشره اش باشد همین تأثیر را دارد .

سر :سرگیجه یا صرع که از بخار مراره ای یا بلغمی منشاء گرفته باشند چاره اش با گشنیز است .زیرا گشنیز بخار سر را دفع می نماید و به همین سبب است که اگر کسی صرعش ناشی از بخار معده است گشنیز در خوراکش می ریزند و زیاد به وی می خورانند .گشنیز تر یا خشک ذهن را مشوش

می نماید .گشنیز تر خواب آور است و خون دماغ را بند می آورد .پاشیدن گرد خشکیده اش یا مزمزه کردن با افشره اش زخم داخل دهان را علاج

می کند .

چشم :تیرگی چشم پدید می آورد .افشره اش را در چشم بچکانند و به ویژه اگر همراه با شیر پستان زن باشد پرش و ضربان چشم را تسکین

می دهد.

ضماد برگش بر چشم ، چشم را از مواد سیلانی محفوظ می دارد .

نفس کش :علاج حفقان گرم است . گشنیز با آب بارهنگ بخورند خون برآوردن را قطع می کند .

اندام های غذا :دیر هضم است . معده گرمی دار را توان می بخشد . در روغن جوشیده اش مانع استفراغ است .

تخمش در روغن بجوشد قبض است .گویند تخمش باسیکی کرم های دراز را بیرون می آورد گشنیز تر با عسل و روغن زیتون ورم گرم رگ های بیضه را فرو می نشاند .

تر و خشک گشنیز قوت جماع را کاهش می دهد .

زهرها :زیاد آن کشنده است . آدمی را به چنان غمی دچار می سازد که غش می کند و دق مرگ می شود

کف مریم

شکل آن به کف دست می مانـد .قسـمی با دو رنگ زرد و سـفید ، قسـمی دیگر زردرنگ و گرد رنگ و بـدون سپیـدی می باشـد .سخت و کمی شیرین است . در آب کردن زوائد سخت ، بسیار مؤثر است .

مفاصل :در علاج بیماریهای مربوط به اندام های عصبی سودمند است .

اندام های سر :مخصوصاً درمان دیوانگی است

کف دریا

کف دریا پنج نوع است :

۱ ـ ابری شکل و تندبو و بویش به بوی مشک ساییده می ماند که این نوع پرمایه است و در کنار آب پیدا می شود .

۲ ـ ابری شکل و سبک و دراز و نرم است و بوی جل وزغ را می دهد .

۳ ـ گلرنگ

۴ ـ بنفش رنگ که این دو نوع سبک و کم مایه و به پشم چرکین شباهت دارند .

۵ ـ به شکل قارچ است و رویه اش صاف و طرف اندرونی زبر و هیچ بویی ندارد .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : پلیدی ها را پاک می کند ، زداینده وسوزنده است . کف دریای گلرنگ از سایر انواع آن لطیف تر است .

آرایش :سوخته کف دریـا و به ویژه سوخته گلرنـگ آن داروی کم مویی است . گوینـد کف دریـای قـارچی را برای سـتردن مو و درمان لکه های سیاه استعمال می کنند .

سر :کف دریا عموماً دندان ها را استوار می کند و صاف آن در جلا دادن دندان ها کاری تر است .

دمل و جوش :کف دریای صاف ورم های میخی را علاج کند و گلرنگش داروی خنازیر است .

زخم و قرحه :کف دریا عموماً و به ویژه دو نوع ابری آن در علاج گری چرکین و انواع بیماری ویروسی مفید هستند .

مفاصل : اگر کف گلرنگ را با موم و روغن گل مخلوط کنند داروی نقرس است .

اندام های غذا : گلرنگش برای طحال و استسقاء سودمند است .

اندام های دفعی : کف گلرنگ علاج دشواری بول و درد گرده است و سنگ مثانه را بیرون می آورد .

کمات

دیسقوریدوس گوید : بیخی است گرد و بی ساقه و بی برگ ، به رنگ خاکی پنبه آسا .

آنچه از زمین های ریگ زار است و بوی بد ندارد خوب و تر آن بهتر از خشک است .

خاصیت :بسیار غلیظ است .

مفاصل : برای فلج خطر دارد .

سر :بیم سکته در بر دارد .

چشم :آبش دیده را جلا می دهد .

اندام های غذا :دیر هضم و آزار دهنده و بر معده سنگین است .

اندام های دفعی :سبب قولنج و بی اختیاری ادرار می شود .

کنیلا

تخم هایش ریگ مانند و سرخ است که از سرخی ورس کمتر است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :بسیار گیرنده است .

اندام های راننده :می گویند چه بخورند یا بمالند کرم و کرم کدو را بیرون می آورد .

کور گندم

گلی است سبک وزن و به چوبک اشنان شبیه است .

بهترینش آن است که از سرزمین بربر می آورند و هر آنچه ره آورد رقه است خوب نیست .

مزاج :تر و سرد است .

خاصیت :خشکاننده است و رطوبتی هم دارد .

گویند خونریزی را بند می آورد .

آرایش:بسیار چاقی می دهد .

کوشنه

دیسقوریدوس گوید :سه نوع کوشنه هست : یکی عربی که سفید ، سبک ، خوشبوی و مایل به زردی است . دومی از هند است که سیاه و به شکل خیار چنبر است .

سومی از سوریه آید که سم است و رنگ چوبش به رنگ چوبی شبیه است که آن را (تند بو)گویند .

قسم خوبش کوشنه عربی سفید ،تازه ، پرمایه ، درشت و رنگ نباخته است که زبان را بگزد و بتراشد .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :آنقدر تلخی و تندی و حرارت دارد که زخم می آورد .

آرایش :با آب و عسل بر پوست بمالند لکه های سیاه را بر می دارد .

زخم و قرحه :زخم می آورد . آنچه تلخ است زخم ترشح دار را می خشکاند .

سر :در علاج بیماری (لیثرغس)مفید است .

سینه :داروی سینه درد است .

اندام های راننده :خوردنش یا بوسیله ی قیف دود بر کشیدنش بول و حیض را ریزش می دهد .

کرم کدو و کرم های دیگر را بیرون می آورد . غریزه جنسی را تقویت می کند .آن را بردارند یا بخورند یا در آب پزش بنشینند درد زهدان را درمان می کند و با آب انگور کهنه بخورند شکم را روان می سازد .

از آنجا که دارای رطوبتی زائد و بادآور است در تقویت جنسی مؤثر است .

تب ها :با روغن زیتون مخلوط کنند و بر تن بمالند در تب لرز مفید است .

زهرها :کوشنه را با خاراگوش همراه آب انگور کهنه بنوشند پادزهر نیش مار و سایر حشرات موذی است

کهربا

صمغی است همانند سندروس .در شکستن نازک و شکسته اش به رنگ مایل به زردی و سفیدی است و بعضی نوع آن به مایل به سرخرنگی است .

کاه و خشکه گیاه را بسوی خود می کشاند و از اینرو آن را کهربا یعنی رباینده کاه نامیده اند .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :خونریزی را از هر کجا باشد بند می آورد .

ورم و جوش :گویند کهربا را بر ورم گرم ببندند سودمند است .

سر :خون دماغ را بند می آورد . ماده آبکی که از سر به سوی ریه سرازیر می شود با کهربا قطع می شود .

چشم :از داروهای چشم است .

سینه :نیم مثقال کهربا را با آب سرد بخورند تپش قلب را آرام می بخشد و بهترین علاج خون برآوردن است .

اندام های غذا :بندآورنده استفراغ است . مواد بد را از معده دور می سازد .با مصطکی مخلوط باشد معده را تقویت می کند .

اندام های دفعی :خونریزی زهدان و مقعد را قطع می کند .بی اشتهایی را از بین می برد .

ناخن بویا

قطعات اظفار الطیب شبیه ناخن است ، بوی معطر دارد و از دود آن در مداوا استفاده می شود .

دیسقوریدوس گوید :از رده صدف هاست و از جزیره ای واقع در دریای هند می آید .در این جزیره سنبل هم وجود دارد .

دو نوع است :قلرمی و بابلی .هر دو قسم بسیار معطر هستند .

نوع سپید رنگ آن که در دریای هند و یمن و بحرین پیدا می شود و بهتر از نوع بابلی است سیاه رنگ و ریز است .

به گفته ی عطاران بهترین نوع آن بحرینی ،بعد مکی و جده ای است که در آبادان یافت می شود .

مزاج :گرم و خشک

خواص درمانی :لطیف کننده است .

اندام های سر :دود آن برای مداوای صرع مفید است .

اندام های دفعی :بخور آن در معالجه اختناق زهدان به کار می رود .

اگر آن را با سرکه بیامیزند و بخورند هر نوع قبوضیتی را از بین می برد .

نرثقیس

این گیاه دارویی است گرم و در مغز آن پیه سبز رنگ و بسیار قبض هست و اگر با روغن زیتون باشد عرق آور است .

سر :در سوراخ بینی بدمند خون دماغ قطع می شود .

نفس و سینه :مغز تر آن هر خونی را که در سینه گرد آمده بیرون می آورد .

مغزش اسهال مزمن را علاج است .

زهرها :با آب انگور کهنه بخورند پادزهر مار است .

نقل خواجه

درختی است کویری که بلندیش به یک ذراع می رسد .
برگش سفید رنگ اما نه بسیار سفید .ثمرش شبیه فلفل ،روغن و شیره دارد .
مزاج :گرم است و نم دارد .
آرایش:فربه و زیبا می کند .
اندام های غذا :در معده ماندگار است و هرگاه هضم شد غذای بسیار
می دهد .
اندام های دفعی :آب پشت را فزونی می دهد و شهوت را بر می انگیزد .

نمک

درنمک تلخی و گیرندگی هست .قوتش نزدیک به قوت بورک است . نمک چندین نوع است .سبک و متخلخل ، نمک کانی ، دارانی که بلوری است ، نمک نفطی و از این رو سیاه رنگ است نمک هندی سیاه رنگ سیاهش نفطی نیست در گوهر سیاه است .نمک دریا همینکه آب دید می گدازد اما نمک کوهی به این زودگدازی نیست .
مزاج :گرم و خشک
خاصیت :زداینده ، تحلیل برنده و گیرنده است و بسیار بادزا .
نمک سوخته بسیار خشکاننده و گدازنده است و مانع گندیدگی است و خلط غلیظ را سر حال می آورد .
آرایش :نمک سوخته را بر دندان بمالند دندان را پاک می کند و از کرم خوردگی نگه دارد و نمک را بر پوست بمالند لکه های سیاه خونی را در هر جای باشد می زداید .نمک به کاربردن به اعتدال رنگ و رو را زیبایی می بخشد .
ورم و جوش :نمک با عسل و مویز ضماد دمل ها است .نمک با پونه و عسل ورم بلغمی را فرو می نشاند و مورچگی را از زیاد شدن باز می دارد .
زخم و قرحه :گوشت های زائد و آویزه را می خورد .داروی گری چرکین و قوبا است .نمک را با روغن زیتون و سرکه بر تن مالند و پهلوی آتش بنشینند عرق می کنند وخارش بلغمی تسکین می یابد .
مفاصل :نمک و آرد و عسل ضماد شود پیچش عصب را راست می کند ، داروی نقرس است .نمک را با روغن زیتون مخلوط کنند و بر تن بمالند خستگی را در می کند .
سر :نمک و پیه هندوانه ابوجهل را بر سر بمالند جوش ها را درمان کند . نمک اندرانی هوش را می افزاید .نمک خوردنی و به خصوص نمک اندرانی لثه را محکم می کند .نمک و سرکه ضماد شود و بر گوش بگذارند درد گوش تسکین می یابد .
چشم :زیاده گوشت پلک را می خورد و ناخنه را می زداید .قسمت شفاف و درخشانش در علاج تم و سفیدی چشم ویژگی دارد .لکه سیاه خونی که در چشم پدید می آید نمک و روغن زیتون و عسل را ضماد کنند و بر چشم بگذارند لکه را از بین می برد .
سینه :نمک اندرانی و نفطی و سایر نمکها بلغم لزج را در سینه از هم می پاشند .
اندام های تنفسی:نمک نفطی را با عسل و سرکه به دهان بمالند در علاج خناق و ورم زبان کوچک و خرخر کردن مفید است .
اندام های غذا :نمک درد معده سرد را درمان می کند .هر نمکی و به ویژه نمک نفطی و اندرانی در استفراغ کمک هستند .

اندام های دفعی :همه انواع نمک مواد دردی را بیرون می ریزند و سرازیر شدن خوراک را آسان می کنند .نمک نفطی بلغم گندیده و ماده آبکی و مراری و سودا را پراکنده می کند و در حقنه به کار می رود .

نمک بسیار سیاه که نفطی نیست بلغم و سودا را بیرون می راند .

زهرها :با تخم کتان ضماد شود پادزهر نیش کژدم است .

با سرکه و عسل پادزهر هزارپا و زنبورها است .نمک و سکنجبین گزند افیون و قارچ سمی را خنثی می کند .

نمک چینی

سنگی است که نمک بر آن می نشیند و آن را گل اسیوس می نامند .

گمان می رود که نمک مزبور از رطوبت دریا و شبنمی که بر آن می نشیند به وجود می آید .

خاصیت درمانی :قوت آسیوس و گل آسیوس بازکننده و جوش دهنده است . اندکی گدازاننده است و گوشت گندیده را آب می کند و گزشی ندارد .

دمل و جوش :اگر آسیوس را با سقز درخت بنه ضماد کنند جراحت ها را از بین می برد .

زخم و قرحه :در مداوای زخم های دشوار ،شدید ، بزرگ و عمیق سودمند است .

مفاصل :آن را با آرد جو بر جای نقرس می گذارند .اگر بیمار نقرسی دست و پا را در پخته آن بگذارند مفید است .

اندام تنفسی :آن را با عسل بلیسند زخم های شش را معالجه می کند .

اندام های غذا :با آهک و سرکه بر طحال بمالند سودمند است .

ننه حوا

کمی تلخ است و تند مزه .تخمش از همه اجزایش مفیدتر است .

مزاج :خشک است .

خاصیت :با اینکه خشکاننده است نرم کننده هم هست . بندآمده ها را باز می کند .

آرایش :خوردنی یا مالیدنی آن رنگ را زرد می کند . در داروهای برداشتن لکه های لک و پیس و برص مفید است . با عسل معجون شود لکه های سیاه خونی را در هر جا باشد می زداید .

سینه :در علاج پلیدی های سینه و دل بهم آمدن مفید است .

اندام های غذا :رطوبت معده را بر می چیند ، دل بهم آمدن و تهوع را تسکین می دهد .برای کبد و معده سرد مفید است .

با آب انگور کهنه بخورند بول را ریزش می دهد . بی اختیاری ادرار را از بین می برد . سنگ را بیرون می آورد .گرده و مثانه را می پالاید .بادشکن است .درد و پیچ روده را تسکین می دهد . با صمغ صنوبر بخور شود زهدان را پاک می نماید .

تب ها :در علاج تب های کهنه بهترین درمان است .

زهرها :آب پزش را بنوشند پادزهر حشرات است و بر نیش کژدم بپاشند درد تسکین می یابد .

نوشادر

بهترینش نوشادر (بیکالی)صاف و بلوری است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :لطافت بخش و گدازنده است .

چشم :در سفیدی چشم مفید است .

نفس کش :زبان کوچکه افتاده را بالا می برد و در خناق مفید است .

نی

انواع دارد :

۱ ـ نی تودار که تیر از آن می سازند .

۲ ـ نی ماده که زبانه نای های نواختنی می شود .

۳ ـ نی ستبر و بند بند که قلم می گردد .

۴ ـ نی ستبر و توخالی که در کنار جویبارها می روید .

۵ ـ نی شوره زاری که باریک و سفید است و اکثریت مردم بیخ آن را می شناسند .

۶ ـ نی بسیار باریک توخالی که از آن حصیر می سازند .

۷ ـ نی بسیار ستبر و دراز و دیر شکن که از هند آورند و نیزه می کنند (خیزران).

مزاج :بسیار سرد و خاکسترش گرم است .

خاصیت :برگ و ریشه آن کمی زداینده است .ضمادش خار و پیکان بر می کشد .تکه های نی و بقایای تیر را از ژرفای گوشت بیرون می آورد .

آرایش:پوست و ریشه نی داروی کم مویی است ، پلیدی را می زداید .

بیخ نی با پیاز دشتی پیکان را جذب می کند .

ورم و جوش :برگ سبزش را بر باد سرخ و ورم گرم بگذارند مفید است .

مفاصل :پیچش عصب را چاره است .

سر :گلش در گوش افتد کری همراه دارد و در بیرون آمدن سرسختی می کند .سوخته نی سعفه و بیماری ویروسی پوستی سر را علاج می کند .

اندام های راننده :بول و حیض را ریزش می دهد .

زهرها :پادزهر نیش کژدم است .

نی نهاوندی

نوعی نی است که در هندوستان می روید . خوبش آن است که به رنگ یاقوتی باشد و بندهایش کم فاصله و چون بشکنی چندین پارچه شود .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :لطافت بخش ، کمی گیرنده و تند است .

آرایش: بدرنگی خون خشکیده را می زداید .

ورم :ورم را نرم می کند .

مفاصل :داروی گسستگی در ماهیچه است .

چشم :جلای دیده است .

سینه :بوسیله ی قیف دودش را بر کشند داروی سرفه است و اگر با سقز خام باشد بهتر است .

اندام های غذا :با عسل و تخم کرفس علاج ورم کبد و معده و مانع شکم گنده شدن است .

انـدام هـای راننـده :با تخم کرفس به نفع گرده و علاج چکمیزک است . خوردن آب پزش یا در آن نشستن درد زهـدان را دوا می کند .

با عسل و تخم کرفس بخورند ورم زهدان را فرو می نشاند .

نیل

دو نوع است :کاشتنی و بیابانی .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گیرنده است و خونریزی را باز می دارد .نیل کاشتنی خشکاننده ای قوی و بی گزش است .

در نیل بیابانی تند مزاجی هست ،از کاشتنی خشکاننده تر است و مواد را از ژرفا جذب می کند .

آرایش: لکه های سیاه و لک و پیس را می زداید و در کم مویی مفید است .

ورم و جوش :نیل آماس فروهشتگی و سست اندامی را فرو می نشاند . زخم های پلید را در اندام های سخت علاج می کند .

عموماً هر ورمی که نوخاسته است علاجش با نیل است . نیل و آرد جو را ضماد کنند باد سرخ و مورچگی را مداوا می کند .

زخم و قرحه :نیل کاشـتنی که بسیار خشکاننده است زخم های گرم بدن های سخت را درمان می کند .نیل بیابانی حدتی دارد و در علاج زخم گندیده اثری عجیب دارد .نیل کاشتنی که حدت کم دارد و ملایم است برای علاج زخم ها بهتر است .

سائیده نیل کاشتنی با عسل در سوختگی مفید و زخم عصب را درمان می کند و اگر با آرد شلمک باشد در جذب و برکشیدن خار و پیکان سودمند است .

سینه :سـرفه قی آور کودکـان را علاـج است افشـره اش نیز در این زمینه مفیـد است .درمان زخم شـش و درد شدیـد سودایی درون است .

اندام هایی غذایی :نیل و به ویژه نیل بیابانی به نفع طحال است .

نیطافیلی

شیره گیاهی است که آن را پنج برگ می نامند .

خاصیت :بسیار خشکاننده است ولی نه تند و تیزی دارد و نه گزش و سوزش .

ضمادش خونریزی را قطع می کند .

ورم و جوش :ضمادش علاج خنازیر ، سخت شده های بلغمی ، کژدمه و گری است .

مفاصل :داروی درد مفاصل و بیماری اعصاب است و اگر ضماد کنند یا بخورند آماس رطوبتی بیضه را (قلیه)فرو می نشاند .

سر :با آب پز بیخ آن مزمزه بکننـد درد دنـدان را تسکین می دهد .زخم دهان را خوب می کند .برگش را با آب انگور کهنه سـی روز بخورند علاج صرع است .

سینه :آب پزش را در گلو بگردانند زبری گلو برطرف می شود .افشره بیخش درمان درد شش است .

افشـره اش را با نمک و عسل بیامیزند و چند روزی بخورند در یرقان و درد کبد مفید است .بیخ و آب پز بیخش باز دارنده اسـهال ، علاج زخم روده و داروی بواسیر است .

تب ها :برگش با ادرو مالی یا با آب انگور کهنه تب نوبه و سه اندرمیان را دوا می کند .

زهرها :افشره بیخش سم قاتل است .

واله

گیاه پوسته مانند باریک و نازکی است که دور ساقه درخت بلوط ، صنوبر و گردو می پیچد و بوی معطر دارد .

نوع سفید رنگ این گیاه مطلوب و نوع سیاه رنگش نامطلوب است . دیسقوریدوس گوید :«بهترین نوع اشنه همان است که بر ساقه صنوبر می پیچد و بعد از آن نوعی که بر ساقه گردو می پیچد و هر قدر خوشبوتر باشد بهتر است و نوع سپید رنگ مایل به آبی از سپید ساده مرغوب تر است » .

مزاج :اشنه سرد مایل به ولرم و دارای قبوضیت معتدل است .

خواص درمانی :گیرنده ، تحلیل برنده و نرم کننده است . نوعی که بر ساقه صنوبر می پیچد گیرندگی معتدل دارد .نوعی که بر ساقه بلوط می نشیند بند آمدگی ها را باز می کند و گوشت سست را محکم می گرداند .

دمل و جوش :مرهم اشنه دمل های گرم و ورم های گوشت نرم را تسکین می دهد و قسمت های سفت شده را نرم می گرداند .

مفاصل :اشنه را در مرهم های ضد خستگی بکار می برند . مرهم و جوشاننده آن سختی مفاصل را از بین می برد .

چشم :چشم را جلا می دهد .

اندام های تنفسی و سینه :در معالجه خفقان مفید است .

اندام های تغذیه ای :قی را بند می آورد ، معده را توان می بخشد و باد آن را از بین می برد .به ویژه خیسانده آن در آشامیدنی ها خاصیت گیرندگی دارد و درد کبد ناتوان را رفع می کند .

اندام های دفعی :انسداد زهدان را باز می کند .نشستن در آب اشنه برای تسکین درد زهدان و دفع خون حیض مفید است .

وج

منظور از وج ریشه گیاهی است مانند پاپروس که در آب های راکد می روید و براین ریشه ها چند گرهی است که به سپیدی می زنند و بوی بد و کمی بوی وش دارند و مزه اش تند و تیز است .

بهترینش پرمایه تر و متراکم تر و خوشبوتر است .دیسقوریدوس گوید : بهترین وج آن است که سفید رنگ ،پرمایه ، میان پر و خوشبو باشد . متخلخل و خراش برداشته خوب نیست .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :باد را پراکنده می کند و با کرده را فرو می نشاند .لطافت می دهد ، زداینده بی سوزش است و باز می کند .

آرایش :رنگ و رو را صفا می دهد . لک و پیس و لکه سفید برص را می زداید .مفاصل :وج و آب پزش چه مالیدنی و چه نوشیدنی در علاج ترنجیدگی و گسستگی ماهیچه سودمند است .

سر :مسکن درد دندان و علاج سنگینی زبان است .

چشم :ستبری قرنیه را باریک و سفیدی چشم را بر طرف می سازد .

سینه :آب پزش علاج درد سینه و پهلو است .

اندام های غذا :در مداوای درد سرد کبد سودمند است . تقویت کبد می کند و معده را توان می بخشد .سختی طحال را از بین می برد . طحال را بسیار لاغر می گرداند .معده را تنقیه می نماید .

پیچ و درد شکم و فتق را علاج می کند .آب پزش درد زهدان را تسکین می دهد .ادرار بول می کند .حیض را به راه می اندازد . داروی چکمیزک است .

چنانکه گویند شهوت انگیز است و میل جماع را بر می انگیزد .

درد روده و خراش روده که از سرما باشد علاجش با وج است .

زهرها :پادزهر حشرات موذی است

ورس

چیزی است سرخ به رنگ خون و شبیه زعفران سائیده است .آن را از یمن می آورند و گویا تراشه درختی است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :قبض است .

آرایش :در از بین بردن لکه های سیاه و کک و مک مفید است و خوردن آن لکه سفید را از بین می برد .

دمل و جوش :داروی جوش ها است .

زخم و قرحه :در علاج گری ، خارش ، سعفه و بیماری ویروسی سودمند است .

وسمه

برگ نیل است .بهترینش خراسانی است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :قبض است و زداینده .

آرایش :رنگ مو است .

ولیم

آشی است که همه می شناسند .

آرایش :فربهی می دهد و برای کسی که تنش خشک است سودمند است .

اندام های غذا :دیر هضم و بسیار مغذی است .

هال بوا

همان خیربوا و از قافله ی لطیف تر است .

مزاج :گرم و خشک است .

اندام های غذا :کبد و معده سرد را توان می بخشد .برای هضم طعام بسیار مفید است .

هزار گوشان

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :تند و تیز ، زداینده ، خشکاننده ، لطافت بخش است و با ملایمت گرمی می دهد .

آرایش :بیخ هزار گوشان با گاودانه و شنبلیله پوست بدن را صاف و پاک می کند و لکه ها و اثرهای زشت و سیاه را که بقایای

زخم باشد می زداید .

اگر هزار گوشان با روغن بپزد تا بکلی از هم بپاشد ،لکه های زشت و خون خشک شده زیر چشم را می زداید .

ورم و جوش :بیخش زگیل ها و جوش های شری را ریشه کن می کند .

زخم :ضماد بیخ هزارگوشان با نمک داروی زخم پلید است .

هزارگوشان را در مرهم های گوشت خوار به کار می برند .

ثمر آن را بر گری چرکین و خشک بمالند مفید است و پوست می اندازد .

مفاصل :ضماد بیخش که با آب انگور کهنه باشد تکه استخوان ها را بیرون می آورد .

هرروزه مقداری از آن خورده شود علاج فلج است .خوردن و مالیدنش دوای گسستگی ماهیچه است .

سر :به مدت یک سال هر روز مقدار هزار گوشان خورده شود صرع و بیماری کم هوشی و سرگشتگی را شفا می دهد . اما گاهی می شود که سبب درهم شدن عقل می گردد .

سینه :از هزارگوشان و عسل ، لیسیدنی سازند داروی خناق و بد نفسی و سرفه و پهلودرد است .

افشره اش را با گندم نپخته بخورند شیر پستان افزایش می یابد .

اندام های غذا :جالینوس فرماید :خوردن جوانه های نوبر آمده هزار گوشان که کمی تلخ و تند است ، به سود معده می باشد .

اندام های راننده :مغز (قلب)هزارگوشان را در نخستین مرحله پیدا شدن کامل یا پخته بخورند بول را ریزش می دهد .شکم را روان می کند .

در آب پزش بنشینند زهدان را تنقیه می کند .افشره اش بلغم را بیرون می آورد .برای طحال داروی خوبی است و اگر در روغن بپزند داروی بواسیر پیزی است .

در آب پز هزارگوشان بنشینند یا آب پزش را بر ورم بریزند ورم ها را از بین می برد و مشیمه را بیرون می آورد .

زهرها :کمی از بیخش پادزهر مارگزیدگی و سایر حشرات موذی است .

هوه چوبه

بعضی گویند همان حسن الحمار (گل قاصد)است که آن را شنجار هم می نامند .گیاهی است دارای کرک و خاردار .زبر و سیاه رنگ . برگهایش زیاد و به ساقه چسبیده .بیخ آن به ستبری انگشت و بسیار سرخ رنگ است و اگر در تابستان به آن دست بزنند دست را رنگ می کند .

آرایش :با سرکه بر لک و پیس بمالند مفید است و آن را بکلی از بین می برد . در معالجه پوست پوست شدن بدن بسیار مفید است و برگش از بیخ آن کم تأثیرتر است .

دمل و جوش :مخلوط با آرد کشک باد سرخ را از بین می برد .

زخم و قرحه :با موم مخلوط می کنند و برزخم می گذارند مفید است و به ویژه برای سوختگی آتش بسیار سودمند است .

اندام های غذا :ریشه اش معده را دباغی می کند . آن را بجوشانند و با عسل آب رقیق بخورند در مداوای یرقان و درد طحال سودمند است .

اندام های دفعی :آن را در عسل آب بجوشانند یا با عسل آب بخورند درد کلیه و سنگ کلیه را از بین می برد .

خلط های مراری را تحلیل می برد .ریشه زرد آن برگ همراه زوفا و خردل کرم ها را می کشد و بیرون می راند .

تب ها :پخته بیخ این گیاه با عسل آب تب های مزمن را از بین می برد .

زهرها :پخته میوه سرخ و برگ زرد را بجوند و بر حشره موذی تف کنند می کشد .در مارگزیدگی نیز سودمند است .

یاسمین

سفید آن از زرد گرم تر و زرد آن از ارغوانی رنگش گرم تر است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :رطوبت را لطیف می کند و روغنش برای پیران سودمند است .

آرایش:اگر در حمام صورت را با تر و خشک آن بشویند ، لکه های سیاه پوست از بین می رود .

بسیار بو کردن یاسمین رنگ را زرد می کند .

مفاصل :روغن یاسمین در علاج بیماریهای ناشی از سرما که برای اعصاب و پیران رخ داده مفید است .

سر :بویش سردرد می آورد و با این همه اگر آن را بو کنند سردردی را که از بلغم لزج پیدا شده از بین می برد .

بو کردن روغن خالص یاسمین ـ عطر یاسمین سبب خون دماغ گرمی داران می شود

لادن

گیاهی است که نامش قاسوس می باشد .شبنمی که بر این گیاه می نشیند از ماده ای که در گیاه است تأثیر می پذیرد و از ماده تراوشی و شبنم چیزی پدید می آید که بوی خوش دارد .

بزها وقتی در چراگاه به این گیاه می رسند و از آن می چرند و گردن به گیاه می سایند این ماده به مو وپشم آنها می چسبند و مردم آن را جدا می کنند و این جدا شده را لادن می نامند .خالص آن لادنی است که به موهای بالایی چسبیده و گرد و خاک ندیده است .بهترین نوعش لادن چرب و سنگین و زود رنگ قبرسی است که بوی خوش دارد و ریگ در آن نفوذ نکرده است و در روغن تمامش می گدازد و هیچ دردی بجا نمی گذارد اما لادن سیاه قیر مانند خوب نیست .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :بسیار لطیف ، کمی قبض ، رساننده رطوبت های متراکم که به اعتدال آنها را تحلیل می برد .نیرویی جذب کننده و گرمی بخش در آن هست که دهانه رگها را باز می کند و مسکن درد است .

آرایش: لادن و به ویژه اگر با روغن آس و آب انگور کهنه باشد از لطافتش که ژرفا رواست مواد تباه زیر پوست را تحلیل می برد و پوست را از آلایش گوشتخوار پاک می کند و سبب رویش

مو ،افزونی مو و تراکم مو می شود .زیرا ماده سازگار با مو را به سوی پوست و رستنگاه مو می کشاند .در اوایل طاس شدن و برا ی جلوگیری از ریزش و کم شدن موی سر بسیار مفید است .

زخم و قرحه :زخم های وخیم و صعب العلاج را خوب می کند .

سر :لادن مخلوط با روغن گل را در گوش بچکانند ، درد تسکین می یابد . از داروهای ضد سردرد و تپش می باشد .

نفس کش :خوردنش داروی سرفه است .

اندام های دفعی :فرزجه از لادن ورم و زخم را از بین می برد .

اگر با آب انگور غلیظ کهنه خورده شود شکم را بند می آورد و بول را ریزش می دهد

لاجورد

قوتش همان قوت صمغ گیاه بدران و کمی از آن ضعیف تر است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گزنده ، گنداننده ، زداینده همراه تندی و کمی گیرندگی . می سوزاند و زخم می آورد .

آرایش :زگیل ها را از بین می برد .

چشم :رویشگاه موی مژه را به بهترین حالت در می آورد . موی مژه را زیاد می کند .

سینه :درمان نفس بریدگی ناشی از خستگی است .

اندام های دفعی :بخورند یا بردارند ریزش ملایم به بول می دهد ، داروی درد گرده است .

لاک

شیره گیاهی است که به مر شبیه است .لاک بوی خوش دارد و باید در استعمال آن مواظب باشند .

آرایش :بسیار لاغر کننده است .

نفس کش :در تپش قلب مفید است .

اندام های غذا : تقویت کبد می کند و در علاج یرقان و استسقا و درد کبد سودمند است .

لایه

بهترین و سالم ترین دردی لایه آب انگور غلیظ و کهنه و سپس هر آنچه شبیه است . دردی سرکه بسیار تند و قوی است .باید آن را بعد از خشک کردن ساییده و چون سوزاندن کف دریا سوزاند .یعنی باید آن را در پارچه گل اندود یا در دیگ گذاشت تا بسوزد .

باید آن قدر بسوزد تا سفید رنگ گردد و گردی لطیف گردد .

هر نوع دردی که کهنه نباشد برای نفع دارویی باید سوزانده شود و آنگاه به کار برده شود . دردی کهنه از قوتش کم شده است و نیاز به سوختن ندارد . باید دردی را در ظرف های ویژه نگاهداری کنند که هوا نزند و گاهی دردی را همچون توتیا شستشو می دهند .

خاصیت :دردی سرکه قوی ترین دردی ، زداینده و جمع کننده است . سوخته آن سوزنده است و با نیروی دیگری که در آن وجود دارد می گنداند .

آرایش:دردی سوخته با صمغ درخت صنوبر سپیدی ناخن را از بین می برد .

دمل و جوش :دردی ناسوخته به تنهایی داروی التهاب ورم است و اگر با آس باشد التهاب را فرو نشاند و جوش هایی را که چرک ندارند علاج می نماید. سینه :دردی ناسوخته سیلان مواد را از معده مانع می شود .

دردی ناسوخته ضماد شود و از خارج بر رحم بگذارند نزیف حیض را باز می دارد .

لبلاب

مزاج :تقریباً در سردی و گرمی برابر است و تا اندازه ای گرایش به گرمی دارد .

خاصیت :گدازنده و باز کننده است .

آرایش :شیر لبلاب بزرگ مو را می سترد و شپش کش است .

زخم و قرحه :اگر با موم و روغن گل (قیروطی) مرهم شود بهترین داروی سوختگی است .

سر :در گوش چکاندن افشره اش درد گوش را تسکین می دهد و ورم گرم گوش را فرو می نشاند .لبلاب رطوبت های مزمن و زخم های کهنه شده گوش را علاج می کند .افشره آن برای سردرد مزمن مفید است .

اندام های تنفسی : برنشیت را تنقیه می کند ،برای سینه و شپش خوب است. اندام ها ی غذا :راه بندان کبد را باز می کند .

اندام های دفعی :آب لبلاب زرداب سوزنده را بیرون می آورد و ناپخته اش بهتر است

لعل معبری

صمغی است بدمزه که ره آورد عربستان است .

خاصیت :کمی چسبندگی دارد .

آرایش:اثر زخم را بزودی از بین می برد . برای لاغر شدن هر روز مقداری را با سکنجبین یا آب بخورند بسیار سود می بینند .

سر :در علاج افتادن گوشت لثه و تسکین درد دندان بی مانند است .

چشم :جلای دیده است .

نفس کش :با عسل آب داروی برنشیت است . کشتی گیران به کار می برند .

اندام های غذا :سه روز سکنجبین بخورند طحال را بسیار لاغر می کند .

اندام های راننده :با عسلاب حیض را راه می اندازد

انواع لوبیا

مزاج : گویند سرد و خشک است ولی عده ای می گویند گرم است و لوبیای سرخ از هرنوع گرم مزاج تر است .

خاصیت :لوبیا از ماش زود هضم تر است ولی باد آورتر است و باقلا از لوبیا بادزاتر می باشد .

نفس کش :برای سینه و شش خوب است .

اندام های غذا :خلط غلیظ پدید می آورد و دفع گزندش با خردل ، سرکه و نمک ، فلفل و مرزه است .

اندام های دفعی :لوبیا و به ویژه لوبیای سرخ اگر با روغن سنبل باشد حیض را ریزش می دهد .

لوبیای مصری

گیاهی است که به لوبیا گرگی شبیه است و از این روی آن را ترمس نامیده اند و ترمس لوبیا گرگی است .

مزاج:گرم و خشک

خاصیت درمانی :به حالت اعتدال می خشکاند و زداینده است .

آرایش:لکه های سیاه صورت را به حالتی معتدل از بین می برد .

زهرها :جالینوس فرماید : این گیاه مخصوصاً برای دفع گزند سگ هار بسیار خوب است و بیمارانی را نجات داده و از این رو یونانیان آن را آلوسن نامیده اند .(شفای هاری)

لوبیا گرگی

کاشتنی و بیابانی هست .

ترمس بیابانی تأثیرش بیشتر اما کوچکتر است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت : تلخیش زداینده و تحلیل برنده بی آزار است .

آرایش :مو را نازک می کند ، ترمس و به ویژه اگر در آب باران بپزند تا از هم بپاشد و آب آن را بر پوست بمالند در زدودن لکه های رخسار و لک و پیس و برص و لکه های خون خشک شده و جوش های صورت بسیار مفید است و رخساره را جلا می دهد .

ورم و جوش :علاوه بر جوش صورت در علاج زخم و ورم گرم و خنازیر و سخت شدنی ها مفید است به شرطی که با سرکه و عسل و تأثیرش از بدنی تا بدنی متفاوت است .

زخم و قرحه :ترمس که با بیخ خاما لاون ضماد می شود داروی گری است و حتی گری حیوانات را نیز شفا می دهد و در علاج خوره ، گری خشک ، زخم بد و پلید مفید است .

مفاصل : ضمادش داروی بیماری اعصاب است .

سر : آردش علاج زخم تر سر است .

اندام های غذا :ترمس و به ویژه اگر با سرکه و عسل بپزند یا با عسل و فیجن و فلفل بپزند راه بندان های کبد و طحال را باز می کند .

اندام های راننده :پخته اش را بر ناف بمالند و از آن بخورند یا با عسل مخلوط کنند و بلیسند یا با سرکه بخورند داروی کرم و کرم کدو و در تسکین درد بیماری اعصاب مفید است . اگر با فیجن و فلفل بخورند و بردارند یا با مرو عسل مخلوط کنند و بردارند حیض را راه می اندازد .

اگر با عسل و سرکه بخورند کرم ها را بیرون می آورد .

بول را ریزش می دهد و قبض است .

مامیثا

بلوط مانندهایی است زرد رنگ مایل به سیاهی و زودشکن . تلخ است و ترکیبی از گوهر آبی و خاکی دارد . سردی آبی اش زیاد نیست و هم مزاج آب آبگیرها است .

این گیاه اکثراً در بلندی ها می روید و ریشه اش بسیار تند بو ، تلخ مزه و افشره اش به رنگ زعفران است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :گیرنده ولی ملایم .

ورم و جوش :در علاج ورم گرم و پر مایه مفید است . باد سرخ کم و ناتوان را در بدن های سخت شفا می دهد . اما شایسته بدنهای کوچک و نرم نیست زیرا بسیار خشکاننده است .

چشم : درد چشمی را که در مرحله اول باشد شفا می دهد .

ماه پروین

تکه هایی است شبیه زراوند و از آن باریک تر است . در تأثیر بعضی همانند زراوند و از آن قوی تر است . با بیش هم رستنگاه است و بیش در همسایگی آن قوت خود را بسیار از دست می دهد .

ماسرجویه گوید :قوت ماه پروین چون قوت گیاه درونه و از درونه ناتوان تر است .

زهرها :پادزهر همه سم ها است . از مار گرفته تا بیش و غیره .

ماهودانه

ماهودانه را حب الملوك نیز می گوینـد . درختش را در مملکت ما ، سیسـتان می نامند .برگ هایش به ماهی های ریز می مانند که به درازای یک انگشت باشند .

مزاج :گرم و خشک

مفاصل :مسهل است و از اسهالی که می دهد علاج درد مفاصل و نقرس و بیماری اعصاب است .

اندام های غذا :در علاج استسقا مفید است

مازیون (هفت برگ)

از گیاهان بزرگ شـیردار است و بر دو نوع :یکی برگش بزرگ و نازک و دیگری کوچک و سـتبر است .نوع اول بهتر است و اگر نوعش سیاه باشد کم قاتل است .

بهترینش آن است که برگ زیاد دارد و برگ ها به برگ درخت زیتون شبیهند و لطیف تر .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :زداینده ، پاک کننده و پوست کن است و بسیار تند .

آرایش:هر نوع از آن را که بـا گوگرد مخلوط کننـد و بر پوست بمالنـد علاج لک و پیس و کک و مک و لکه های سـفید پوسـت است .

زخم و قرحه :همه انواع آن که با عسل مخلوط شوند بیماری ویروسی و زخم پلید را درمان می کند .

سر : آب پز آن و بخصوص آب پز نوع سیاهرنگ آن در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد .مازیون را با فلفل و موم عجین کنند و تکه ای از آن بر دندان دردمند بچسبانند سود می بینند .

اندام های غذا:مازریون برای کبد بسیار بد است.

اندام های دفعی :مازریون و به ویژه آنچه از گیاه سبزش که در وقت گل دادن است می گیرند ماده آبکی را بیرون می دهد .

زهرهـا :مـازریون را همراه آب انگور کهنه بنوشـند پـادزهر حشـرات است . مازریون سـیاه را که سم قاتل است اگر با قاوت مخلوط کنند و به وسیله ی آب و روغن زیتون عجین کنند موش و سگ و خوک را می کشد .

آدمی دچار افسردگی و استفراغ و اسهال شدید شده و می میرد .

محلب

آلوبالوی تلخ ، بهترینش سفید رنگ صاف مرواریدی است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :زداینده ، لطیف ، تحلیل برنده و مسکن درد است .

مفاصل :در علاج پهلو درد و درد پشت داروی خوبی است .

اندام های تنفسی :با عسل آب بخورند در غش کردن سودمند است . داروی قولنج و سنگ کلیه و سنگ مثانه است .

مر

صمغی است که خالص و تقلبی دارد بهترینش آن است که رنگش به سیاهی و سرخی می زند .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :باز کن ، بادشکن ، گیرنده ، چسبنده و نرم کننده است .

آرایش: اگر مر بـا روغن آس و لادن مخلوط باشـد مو را قوی و پرپشت می گردانـد .اثر زخم را از بین می برد . اگر مر را در دهان گیرنـد بوی دهان را خوش می کنـد .گند دهان را می زداید . مر مخلوط با زاج بلوری بوی گند زیر بغل را می زداید .مر با عسل و دارچین ختایی داروی زگیل است .

ورم و جوش :علاج ورم بلغمی است .

زخم و قرحه :زخم را بهم می آورد . استخوان لخت را می پوشاند . با سرکه داروی قوبا است و زخم های گندیده را شفا می بخشد .

مفاصل :مر با صدفه خوراکی معجون شود و بر درد و زخم اندام های کرکی مانند گوش و غیره بمالند شفا می دهد .

سر :سـردرد می آورد . مر مخلوط با آب انگور کهنه و روغن زیتون را در دهان بگرداننـد دنـدان ها را نیرومنـد و محکم می کنـد ، کرم خوردگی را از بین می برد . لثه را محکم می کنـد . رطوبت لثه را بر می چیند . گرد مر را بر زخم سـر بپاشـند زخم را خشـک می کند .سوراخ بینی را با مر بینداپند آبریزی های همیشگی را قطع می کند .

چشم :اثر زخم را در چشم از بین می برد ، زخم چشم را پر می کنـد ، سـفیدی را می زدایـد .زری پلک را از بین می برد . چرک و ریم چشم را بدون هیچ آزاری از بین می برد .

اندام های نفس و سینه :در معالجه سـرفه مزمن و مرطوب ، سـرماخوردگی ،تنگ نفسـی و بلند نفسـی و پهلو درد مفید است زیرا به لطافت و ملایم می زدایـد و زبر نمی کنـد .صـدا را صاف می کنـد .زیر زبان بگذارنـد و آب را قورت دهنـد زبری گلو را بر طرف سازد .

اندام های غذا :مر خالص درعلاج سست شدن معده ، آب زرد و باد کردن معده سودمند است .

مر به ویژه اگر با آب سداب یا آب خاراگوش یا آب لوبیا گرگی حقنه شود ، حیض را ریزش می دهد .تلخی که در آن است سبب بیرون راندن کرم و کرم کدو می شود .بهم آمدن دهانه زهدان را نرم می کند .

به اندازه ی یک باقلی مر بخورند داروی زخم روده ، پوست اندازی روده ، و اسهال است .

تب ها :به اندازه ی یک دانه باقلا با فلفل خورده شود ، تب لرز را که در اوایل باشد از بین می برد .

زهرها :با آب انگور کهنه خورده شود پادزهر کژدم است

مشو

در دارویی بودن به عدس شبیه و از عدس دیر هضم تر است .

مزاج :معتدل و مایل به خشکی است .

خاصیت :همچون عدس قبض است و سبب سودا می شود .

مفاصل :برای مفاصل خوب است و ضماد آن فتق و آب در بیضه آمدن کودک را شفا می دهد .

اندام های دفعی :قبوضیت می آورد .

مشک

نافه حیوانی است که به آهو شبیه است یا خود نوعی از آهو است که دو دندان پیشینش به سوی داخل خم شده اند و به دو شاخ شبیه هستند .

مشک آهوی تبت خوب است و می گویند مشک آهوی چین و جر جیراول است و در درجه ی دوم مشک آهوی هندی است .

مشک آهویی بسیار خوب است که از گیاه بهمنین و سنبل بخورد و در درجه ی دوم مشکی است که آهوی آن مر خورده باشد .از حیث رنگ و بو زرد شکوفه آسا بهترین است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :لطیف و توان بخش است .

چشم :دیده را نیرو می دهد . رطوبت های چشم را از بین می برد و سپیدی نازک چشم را می برد .

نفس کش و سینه :شادی آور و توان بخش دل است . ضد تپش و بیماری ترس است .

زهرها :پادزهر است و به ویژه گزند «بیش »را خنثی می کند .

مشک چوپان

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :لطیف و تلخ است .

آرایش : سوخته مشک چوپان که با روغن کرچک یا روغن ترب یا روغن زیتون باشد علاج ، کم مویی است . در زود بر آوردن موی ریش مفید است . لثه سست را محکم می کند .

ورم و جوش :ورم بلغمی را نرم می کند . اگر با به بپزند ورم بسیار سرسخت را تحلیل می برد .

زخم و قرحه :تا سبز است برای زخم خوب نیست و سوزش دارد .

مفاصل : آب پزش داروی گسستگی در ماهیچه است و عرق النسای وخیم و کهنه را شفا دهد .

سر :با روغن زیتون بپزد سر را گرم می کند و سردی را از سر می زداید. اندام های راننده :حیض را ریزش می دهد . سنگ گرده و آبدان را خرد می کند .

زهرها :چون فرش زیر انداز باشد حشرات را می گریزاند .

مشک زمین

دیسقوریدوس گوید :بین گیاهی است که برگ هایش به رنگ گندنا شبیه لیکن از آن بلندتر و نازک تر و سفت تر است .بوی خوش دارد و به تلخ مزگی می زند .بهترینش آن است که متراکم ، سنگین ، در کوبیدن سخت ، خوشبو و کوتاه شاخه باشد که بسیار تندمزه و در مرهم ها وارد است .

آرایش:رنگ را زیبا و بوی دهان را خوش می کند و چنانکه می گویند هندی اش مو را می سترد .

ورم و جوش :دمل های صعب العلاج را علاج می کند ، در معالجه ورم های الیافی و خوره مفید است .

مفاصل :با روغن دانه بن (میوه درخت سقز)داروی پهلو درد است و پشت را محکم می کند . زیاد به کار بردنش جذام می آورد .

سر :در علاج گندیدگی بینی ، دهان ، زخم ، جوش های دهان و سستی لثه مفید است و زخم های خوره ای دهان را مداوا می کند .

برای تقویت هوش بسیار خوب است . سنگ را از بین می برد . در چکمیزک سودمند است .در علاج بواسیر و بهم آمدن دهانه

زهدان و استسقا مفید است .

تب ها :در تب های کهنه داروی خوبی است .

زهرها :پادزهر نیش عقرب و حشرات است .

مشک طرامشیر

شاخه هایی دارد که به شاخه ریحان سبز شبیه است . خشکیده آن نخست هیچ مزه ای ندارد و بویش آن قدرها نیست .لیکن بعد مزه آن تلخ و تند می شود .

اگر گله از این گیاه بچرد ادرارش خونی می شود .در تأثیر درمانی کار پونه را انجام می دهد و از پونه بسیار قوی تر است .

مزاج :گرم و خشک

اندام های تنفسی :رطوبت های لزج را از سینه و شش بیرون می راند .

اندام های غذا :خوردنش در غش کردن و افسردگی سودمند است .

اندام های دفعی :در ریزش دادن بول و حیض بسیار کاری است . گاهی از اثر آن خون ادرار می کنند .شربت از این گیاه خون بعد از زایمان را بیرون می دهد .

مصطکی

درخت مصطکی مزاج مرکب از کمی آبی و بسیار خاکی و دو نوع است . مصطکی رومی که سفید رنگ و مصطکی نبطی که به سیاهی مایل است .

مصطکی از کندر لطیف تر و سودمندتر است و بهترینش سفید رنگ پاک و بی آلایش و براق است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گیرنده و گدازنده است .از ثمر این درخت روغنی می گیرند که بسیار گیرنده است .

ورم و جوش :در علاج ورم درونی سودمند است و نوع سیاه رنگ نبطی مفیدتر است .

زخم و قرحه :افشره و آب پز برگ درخت مصطکی جوش های ساری را از سرایت باز می دارد .

آب پز و افشره برگ آن را بر زخم بمالند گوشت را باز می رویاند . بر شکسته استخوان بپاشند بهم می آورد .

سر:جویدن مصطکی سر را از بلغم پاک می کند .در دهان گردانیدنش لثه را محکم می کند .

چشم :مژه برگشته را مصطکی می چسبانند .

اندام های تنفسی :مصطکی و به ویژه آب پزش بیخ و پوست درختش در علاج سرفه و خون بر آوردن سودمند است .

اندام های غذا :تقویت کبد و روده می کند ، اشتها را باز می کند ، در بهبود بخشیدن به معده و کبد بسیار زود اثر است .

اندام های دفعی :کبد و روده را محکم می کند .علاج ورم کبد و روده است .

آب پز بیخ و پوستش بهم خوردن عادت ماهیانه را تنظیم می کند .آب پز برگ و خود برگش علاج خونریزی زهدان و دردهای زهدان و رطوبت های زهدان و برآمدگی زهدان و مقعد است .

روغن درخت مصطکی و تخم ثمرش نیز همین تأثیر را دارند .

مغیلان

از تیره درختچه های خاردار بیابان و مشهور است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت درمانی :گیرنده است و هر جریانی را باز می دارد و مانع خونریزی هم می شود .

اندام های تنفسی :مانع بالا آوردن خون می شود .

اندام های دفعی :سیلان رحم را قطع می نماید .

موم

موم صاف از دیوار خانه زنبور عسل است که در آن تخم می گذارد و عسل را نگه می دارد .

مزاج :معتدل است .

خاصیت :نرمش می دهد . زخم را از چرک و پلیدی پاک می کند و از آنجا که می چسبد و سوراخها را می بندد نمناکی عارضی می دهد .موم در همه مرهم های سردی بخش و گرمی دهنده مفید است .

بدون شک کمی رسانندگی و اندکی گدازندگی را از همسایگی عسل بسیار کسب کرده است .

موم سیاهی که اشغال کندو است قوت جاذبه ای دارد که می تواند پیکان و خارها را ازژرفا بیرون بکشد .لطیف است و کمی پالاینده و بسیار نرم کننده .

ورم و جوش :ورم سخت را نرم می کند .

زخم :کبره را نرم می کند و زخم را پر از پلیدی می نماید .

مفاصل :پی ها را نرمش می دهد .

سر :موم سیاه بوسیله ی بویی که در اوست عطسه آور است .

اندام های تنفسی:بر سینه بمالند یا بلیسند سینه را نرم می کند و به ویژه اگر با روغن بنفشه معجون شود بسیار مؤثر است .

شیره گره شده در پستان زنان شیرده را می گشاید .

اندام های دفعی :در علاج زخم روده ده ارزن را در سوپ گاورس یا سوپ برنج مخلوط می کنند و می خورند .

زهرها :گویند سم را بر می کشد .بر زخم تیرهای زهرآلود می مالند و هیچ زیانی دربر ندارد .

مومیا

مومیا قوت قیر و زفت با هم مخلوط دارد ولی بسیار منفعت رسان است .

مزاج :گرم است .

خاصیت :لطیف و گدازنده .

ورم و جوش :داروی ورم بلغمی است .

مفاصل :خوردن یا مالیدنش مسکن در برکندگی و شکست و افتادن و ضربه خوردن و فلج و دهن کجی است .

اندام های سر :به اندازه ی یک حبه مومیا را با آب مرزنگوش به بینی بکشند و عطسه کنند در تسکین سردرد نصفی ،سردرد سرد و صرع و سرگیجه مفید است یک دانه از آن مقدار یک حبه با جیوه درد گوش را تسکین می دهد . فتیله ای را با مومیا و روغن گل و آب غوره آغشته کنند و در گوش فرو کنند چرک و ریم گوش را قطع می نماید .

اندام های غذا :یک قیراط مومیا در آب زیره و ننه حوا و شاه زیره معده را توان می بخشد .

اندام های دفعی :یک قیراط مومیا با شیر، داروی زخم ذکر و آبدان است . کمی مومیا را با آرد مخلوط کنند و بردارند برای کنترل ادرار مفید است .

زهرها :دو حبه از مومیا با آب پز سه کوهه و انگدان علاج مسمومیت است. وزن یک قیراط مومیا با آب انگور کهنه خالص ضد کژدم است .

یک قیراط آن با روغن گاوی درد نیش کژدم را دوا می کند .

مهر گیاه

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :مخدر است .

آرایش:لکه سیاه پوست را مدت یک هفته با برگ آن و به ویژه با برگ سبز و شاداب آن ماساژ دهند بدون زخم کردن خوب می شود .

شیره مهر گیاه لکه های سیاه و سفید پوست را بدون سوزش و گزش بر می دارد .

ورم و جوش :علاج دمل های سخت و درونی و خنازیر است .

مفاصل :بیخش که با قاوت باشد و ضماد شود درد مفاصل را از بین می برد و شاید در معالجه واریس هم مفید باشد .

سر :چرت آور است و خواب آور است .اگر در آب انگور کهنه بریزند بسیار آرام بخش است .اگر در مقعد شیاف کنند می خوابند .

بو کردنش خواب آور است .این خاصیت از آن نوع سفید برگ بی ساقه است که آن را نرینه می گویند .

زیاد استعمال کردن و بو کردن مهرگیاه ممکن است به سکته کردن بینجامد و به ویژه آنچه برگش سفید است این خاصیت را بیشتر دارد .

چشم :قطره تراوشی آن درد بسیار آزار دهنده چشم را بر طرف می کند برگش را بر چشم بگذارند درد چشم تسکین یابد .

اندام های غذا :مقداری از قطره تراوشی مهر گیاه با عسل آب خفیف خورده شود مراره و بلغم را بیرون دهد ولی مقدار زیاد آن سم است .

اندام های دفعی :شیاف آن ادرار بول می کند .

تخم آن خورده شود زهدان را می پالاید .

اگر آن را با گوگردی که آتش ندیده مخلوط کنند و فرزجه شود خونریزی زهدان قطع می شود .

شیره مهر گیاه بلغم و مراره را بیرون می راند .

اگر بچه خردسال اشتباهاً مهر گیاه بخورد به چنان استفراغ و اسهالی گرفتار می شود که شاید بمیرد .

زهرها :همه انواعش و به ویژه نوعی که برگش سفید و کوچکتر از بقیه است پادزهر تاجریزی سمی است .

کسی که از مهرگیاه مسموم می شود عوارض خفگی زهدان در او پیدا می شود.گونه اش سرخ می گردد و چشمش بالا می آید و باد می کند .در این حالت علاجش روغن و عسل است و اگر استفراغ می کند مفید است .

گاو زبان

گیاهی است برگ پهن همانند مرو .در بکار بردن به منظور درمانی گاوزبان خراسانی خوب است .
اما آنچه را که در مملکت ما گاوزبان می پندارند و طبیبان از آن استفاده دارویی می نمایند گاوزبان راستین است .
مزاج :گرم است .
خاصیت :سوخته اش داروی زخم دهان کودکان و فرونشانده التهابات درون دهان است .
ناسوخته اش نیز برای علاج زخم و التهابات درونی دهان خوب است ولی سوخته اش بهتر است .
نفس کش :همراه آب انگور کهنه شادی آور است .تقویت قلب می کند ، علاج بیماری ترس است .تپش قلب را از بین می برد ، علاج بیماریهای سودایی است .

گاورس

سه نوع گاورس هست و قوتش به قوت برنج نزدیک ولی برنج از آن مغذی تر است .
گاورس در همه حالات از ارزن بهتر و ارزن از گاورس قابض تر است .
مزاج :سرد و خشک است .
خاصیت :قابض است و خشکاننده و بی گزش .درد را تسکین می دهد . اگر تدبیری نکنند خون سرد پدید می آورد .گاورس از سایر دانه هایی که نان می شوند کمتر مغذی و کمی لزج است و کسانی گفته اند که نوعی لطافت دارد .
اندام های غذا :گوهر گاورس و نان گاورس کند می گذرند و در معده بسیار می مانند .
اندام های دفعی :برای درد و پیچ شکم و روده بر شکم بگذارند خوب است .
گاورس ادرارآور است .

گاو چشم

بهار گلی دارد که میانه سرخ ، برگ زرد و از برگ بابونه چاق تر است .
مزاج :گرم و خشک است .
سر :بو کردنش بادهای متراکم سر را پراکنده می کند .

گاو شیر

برگ درختچه ای است که از زمین دور نمی شود .به برگ انجیر شبیه و بسیار سبز رنگ و پنج گوشه و اجزای منقطع و مستدیر دارد .
ساق این گیاه به اندازه خیار چنبر بلند می شود و کرکی دارد که به گرد شبیه است .برگ هایش بسیار کوچک است و بر سر ساقه اش تاج گلی هست که به تاج گل شبت می ماند .گل زرد رنگ و خوشبویی دارد .
رگ هایی بسیار از یک بیخ شاخه می گیرند .گاو شیر پوست ستبر و مزه تلخ دارد و از بویش سنگینی حس می شود .
بیخ گاوشیر را در اولین وهله که ساقش پدید آید می خراشند ، شیره ای سفید از آن تراوش می کند و چون خشک شود رویه اش به رنگ زعفرانی در می آید و آن را صمغ گاوشیر می نامند .
بهترین بیخ گاو شیر آن است که سفید رنگ ،زبان گز است و یکپارچه باشد و بوی عطر بدهد بهترین میوه گاو شیر آن است که بر وسط مقابل ساقه قرار دارد .بهترین شیره گاو شیر آن است که بسیار تلخ مزه ، درون سفید و بیرون آن زعفرانی رنگ و ترد است .

زود در آب حل می شود و آنچه سیاه رنگ و نرم است حتماً تقلب در آن شده و باید ران و موم آمیخته شده باشد .

مزاج :گرم است .

خاصیت :بادشکن و ملین و زداینده است .

دمل و جوش :سخت ها را نرمی و شکوفه اش جوش ها را لیونت می دهد .

زخم و قرحه :بیخ گاو شیر در مداوای استخوان لخت مفید است .با عسل باشد علاج زخم مزمن و آتش پارسی است .شکوفه اش چاره ساز زخم و جوش است .عموماً تمام اجزای آن در علاج زخم های پلید مفید است .

مفاصل :اگر پی از ضربه خوردن سست شده باشد ، گاو شیر با عسلاب یا با آب انگور کهنه بخورند مفید است .

سر :دندان کرم خورده را با آن پر کنند درد نمی گیرد .در علاج سردرد و صرع و استسقای مغز سودمند است .

چشم :در دیده بکشند دید را قوی می کند .

اندام های سینه :ضماد آن درد پهلو را تسکین می دهد گاو شیر برای سرفه داروی خوبی است .

اندام های غذا :ضماد افشره اش سختی طحال را نرم می کند و اگر با سرکه بخورند برای طحال مفید است .

اندام های دفعی :در نرم کردن سختی زهدان و در علاج چکمیزک مؤثر

است .به اندازه ی یک فندق گاوشیر با آب گرم خورده ادرار بول و حیض می کند و زهدان سرد را سر حال می آورد .

میوه گاو شیر نیز حیض را حرکت می دهد و به ویژه اگر با گیاه خاراگوش

باشد.گاوشیر در علاج خفگی زهدان ، بادکردگی زهدان و سختی زهدان مفید است .داروی قولنج است و بلغم خام را بیرون می دهد و خارش مثانه را از بین می برد .

تب ها :در تب لرز و تب هر روزه گاو شیر را به عسلاب بخورند خوب است .

زهرها :گاو شیر و زفت را مرهم می کنند و برگزیده سگ هارمی چسبانند. گاو شیر مخلوط با زراوند یا افشره گاوشیر خورده شود ضد نیش حشرات سمی است .

گاو کشک

در کشتزار می روید .نوع خوبش آن است که سبک مایل به سرخی شبیه پوست پیچیده و الیافش باریک باشد .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گیرنده و تند است و دهانه رگها را می ترکاند و از این رو از استعمال آن پرهیز می کنند .

سر :شیرش در کشیدن دندان کمک می کند .

اندام های غذا :به زیان معده و کبد است .

اندام های راننده :سودا و بلغم و آب را اسهال می دهد .

زهرها :سم قاتل است .

گردو

گردو گرم و گرمی شکن آن برای گرمی داران سکنجبین است و برای آنها که معده ضعیف دارند باید گردو را در سرکه پرورش دهند .

مزاج :گرم و خشک است . گردوی در روغن پخته بسیار قابض است و برگ و پوست گردو هر دو باز دارنده نزیف هستند .سوخته

پوست گردو خشکاننده است و گزش ندارد .تأثیر روغن گردوی کهنه چون تأثیر روغن زیتون کهنه است .زدایندگی کهنه آن قوی تر است .

آرایش :ضماد گردوی تر را بر جای ضربه بگذارند مفید است .

دمل و جوش :مغز گردو را بجوند و بر دمل سودایی چرکین بگذارند داروی خوبی است .

زخم و قرحه :صمغ آن را بکوبند و بر زخم گرم بپاشند یا داخل مرهم کنند سودمند است .

مفاصل :گردوی مخلوط با عسل و فیجن علاج پیچش عصب است .

سر :سردرد آورد . افشره برگ آن را به حالت نیم گرم در گوش بچکانند ، چرک و ریم گوش را پاک می کند .

چشم :روغن گردو داروی خوره ، سرخی و ناصورهای گوشه چشم است.

اندام های تنفسی :افشره و رب گردو و بازدارنده خناق و برای سرفه بد است .روغن گردوی کهنه درد گلو به بار می آورد . همه انواع گردو و به ویژه گردوی ملوکی بزرگ را بر پستان آماسیده بگذارند آماس را از بین می برد .

اندام های غذا : گردو دیر هضم است و برای معده خوب نیست . گردوی پرورش یافته (مربا)و گردوی تر برای معده سرد بد نیست و کمتر از گردوی خشک زیان دارد .به شرطی که هر دو پوسته آن را بکنند . گردویی که در عسل پرورش دهند برای معده سرد مفید است .

اندام های دفعی :جوش ها را پدید می آورد .درد و پیچ شکم را تسکین می دهد ، شکم را بند می آورد و به ویژه در روغن جوشیده اش بسیار قبض است . پوست گردو نزیف حیض را قطع می کند . مربای گردو بهترین داروی گرده سر است ، خاکستر پوستش را شربت کنند و بخورند یا بردارند بازدارنده حیض است . گردو را با آبکامه بخورند کرم ها را بیرون می راند ، ضد کرم کدو است و در روده کور مفید است .

زهر :گردو که با انجیر و فیجن باشد پادزهر هر نوع سمی است . گردو با پیاز و نمک اگر برگزیده سگ هار و غیره ضماد شود سودمند آید .

گز

دیسقوریدوس گوید :دو نوع گز هست . نوعی در نزدیکی آبهای راکد می روید که ثمرش به گل آن می ماند و ماهیتش مانای کوچک اشنان است .

نوع دومی که بیشتر در مصر و شام یافت می شود کاشتنی (بستانی) است و بجز ثمرش به گز بیابانی شبیه است .

ثمر گز بستانی به مازو شبیه است .زبان گیر است و برای درد دندان بکار می آید و در داروهای چشم و دهان بجای مازوج بکار می برند .

خوردنش خون برآوردن را باز می دارد و اسهال آور است .

خاصیت :قبض و زداینده و پاک کننده است . بسیار خشکاننده نیست . آب گز زداینده و خشکاننده است .

آرایش :آب پز آن را بپاشند شپش را از بین می برد .

ورم و جوش :ضماد برگ گز داروی دمل های نرم است .

زخم و قرحه :دود گز زخم های ترشح دار و آبله را می خشکاند . سائیده و خاکسترش را بر اثر سوختگی و زخم های تر بپاشند مفید است .

ثمر و خاکسترش زخم های بدخیم را می خشکاند و گوشت زائد را می خورد .

سر :آب پز برگ گز که با آب انگور کهنه باشد و در دهان بگردانند ، و به ویژه اگر بجای برگ ثمرش باشد درد دندان را تسکین می دهد و مانع کرم خوردگی می شود .

چشم :در بیماری های چشم کار شیره فیلز هره و مازو را انجام می دهد .

اندام های تنفسی :گز و به ویژه ثمرش از خون برآوردن همیشگی جلوگیری می کند .

اندام های غذا : شاخه های گز در سرکه از هم پاشیده شود ، ضماد کنند و بر طحال بگذارند مفید است .خوردن آب پز برگ و شاخه گز علاج بیماری های طحال است .

از چوب گز کاسه های آبخوری می سازند و کسی که بیماری طحال دارد از آنها آب بخورد سود می بیند .

اندام های دفعی :علاج اسهال مزمن است .

ثمرش را بخورند یا شیاف کنند .یا در آب پز گز بنشینند رطوبت های ناجور زهدان از بین می رود .

زهرها :ثمر درخت پادزهر نیش رتیل است .

گز انگبین استبرک

گز انگبینی است که بر استبرک می نشیند و به تکه های نمک می ماند .

با اینکه مزه اش شیرین است کمی گسی و تلخی در آن حس می شود .

گز استبرک یمن سفید است و آنچه ره آورد حجاز است سیاه رنگ می باشد .

خاصیت :بعلت گسی که دارد زداینده است .

چشم :دید را قوی می کند .

سینه :برای شش خوب است .

اندام های غذا :با شیر شتر داروی استسقا است و چون از سایر شکرها شیرین تر است کمتر تشنگی می آورد . با معده و کبد سازگار است .

برای گرده و آبدان خوب است .

گزنه

رنگ تخم گزنه شبیه رنگ تخم تره و از آن زرد و تر و درخشان تر و از تخم تره کوتاهتر است . به هر جای بدن که برخورد کند روده ها را هم می گزد .

خواص درمانی :جذب کننده ، زخم آور ، گدازنده ، قوی و سودمند است .

بعضی گویند :چندان گرمی زا نیست و بادآور است و بسیار زداینده و زخم ها را نمی گزد و چنان چه با گوشت بپزند تأثیری در آن نمی ماند .

دمل و جوش : ضمادش که همراه سرکه باشد دمل های درونی را می ترکاند و سود می رساند و در مداوای ورم سخت ، مفید است .اگر خاکستر با تخم آن را ضماد کنند در ورم سرطانی سودبخش است .

زخم و قرحه :خاکستر گزنه مخلوط با نمک در مداوای زخم دندان سگ و زخم های پلید و سرطانی مفید است .

مفاصل :ضمادش که با نمک باشد پیچش مفاصل را بر طرف می نماید .

اندام های سر :کوبیده برگش خون دماغ را قطع می کند ، تخمش بندآمدگی ها را باز می کند ، ضماد تخمش دندان کشیدن را

آسان می کند و بر ورم های پشت گوش بگذارند سودمند است .

سینه و اندام های تنفسی :گزنه و افشره جو ، یا گزنه ای را که در افشره جو بپزند و بخورند سینه را تنقیه می کند و خلط های پرمایه و هر چه در سینه باشد خارج می شود .

تخمش قوی تر است ،ربو ، برونشیت و تنگ نفسی و درد سر بیماریهای سر را بر طرف می کند .

تخم گزنه با پیاز و تخم مرغ بخورند شهوت انگیز است .

تخم گزنه را با مر بپزند و بخورند ، یا تخم را با مر شیاف کنند و بردارند حیض را براه می اندازد و رحم را باز می کند .

ضماد برگ سبز آن برآمدگی رحم را فرو نشانده ، از زدایندگی که دارد نه از قوت اسهالی بلغم خام و سایر بلغم ها را بیرون می دهد .

روغن گزنه از روغن کاجیره مسهل تر است .پخته برگ گزنه با صدف ملین است اگر بخواهند که اسهال شدید نباشد مغز دانه گزنه را با قاوت می سایند و در آب انگور کهنه می ریزند و می نوشند .

کسی که این مسهل را می نوشد باید کمی از روغن گل را بعد از آن بنوشد که گلویش نسوزد .گزنه را با عسل شیاف کنند و بردارند خاطهای بد خارج می شود .

گز مازو

آن را گز مازوک می گویند .

مزاج :حرارتش معتدل است .

خاصیت :خوب است و نزیف را قطع می کند .

سر :با سرکه مزمزه کنند درد دندان را تسکین می دهد .

اندام های غذا :آب پز گزمازو با سرکه بهترین داروی سخت شدن طحال است .

گل اربه

از تیره درمنه و تمی گرمی و تندی دارد .گل اربه کوچک از بزرگ تند و تلخ تر است .گل اربه عبارت از شاخه هایی است که گلی کرک دار سفید یا مایل به زردی می دهد .

گل آن پر از تخم است و تخمدانش چون کره ای در میان جای گرفته و به موی سپید می ماند .کمی خوشبو است اما بوی آن سنگین است .

گل اربه بزرگ از کوچک کم تأثیر تر است آن هم تلخ مزه و تا اندازه ای تندی دارد .نوع کوهی از سایر انواع کوچکتر است .

مزاج :کوچک آن گرم و خشک است .

خاصیت :بازکننده و لطافت بخش است . بزرگ آن در باز کردن بستگی های درونی ویژگی دارد .

زخم و قرحه :تر و شاداب آن زخم های تر را بهتر می آورد و در این باره بزرگ آن مؤثرتر است .

چون خشک شد داروی زخم های پلید و کوچک در این زمینه فعال تر است .

سر :سردرد می آورد .

اندام های غذا :همراه سرکه بر طحال بمالند آماس طحال و سختی آن را از بین می برد .با معده ناسازگار است . داروی یرقان سیاه و بزرگ آب پز آن در معالجه یرقان مفیدتر است .در علاج استسقا مفید است و علی العموم برای معده خوب نیست .

اندام های دفعی :ادرار بول و حیض می کند ، مسهل و بهترین علاج کرم کدو است .

تب ها :داروی تب های مزمن است .

زهرها :پادزهر نیش کژدم است .آب پز بزرگ آن پادزهر همه ی حشرات موذی است .اگر دود کنند و در خانه گسترند حشرات را می راند. گلنار

گل انار بیابانی مصری یا ایرانی است .به رنگهای مختلف سرخ ، سفید ، صورتی در می آید .

گنش گل انار همچون کنش گیاه شنگ است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :چسبنده ، بند آورنده هر رونده-روان و پدید آورنده سودا می باشد .

آرایش:برا ی لثه خونین بسیار مفید است .

زخم و قرحه :داروی خوبی برای زخم و قرحه و زخم های ناشی از کوفتگی و بریدگی است که گرد آن را بر زخم می پاشند .

مفاصل :برای درد گردن از آن چسبان درست می کنند (پلاستر)

سر :دندان لق را محکم می نماید .

سینه :برای خون برآوردن علاجی بسیار سودمند است .

اندام های دفعی : قابض است و در علاج زخم روده ، نزیف و سیلان زهدان سودمند است .

گلسنگ

مزاج :پولس گوید :قوتی سرد کننده و خاموش کننده دارد و اندکی خشکاننده است .

خاصیت :نزیف را باز می دارد .

آرایش :فربهی می آورد .

زخم و قرحه :اگزما را خوب می کند .

اندام های دفعی :شهوت انگیز است .

گل ارمنی

گلی است به رنگ سرخ مایل به خاکی .

زرگران آن را در رنگ دادن طلا به کار می برند .گل آلانی تأثیرش به گل ارمنی نزدیک است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :بسیار خشکاننده و از اینرو بند آورنده خونریزی است .

ورم و جوش :در جوش های طاعونی چه بخورند چه بر تن بمالند مفید است و نمی گذارد عفونت از اندامی به اندام دیگر سرایت کند .

زخم و قرحه :در شفا دادن زخم بسیار مفید است .

اندام های سر :مانع نزله است ، جوش و زخم دهان را شفا می دهد .

سیینه :زخم شش را می خکشاند و در مداوای سل مفید است . برای خون برآوردن علاج خوبی است .

تنگ نفسی که در اثر سرماخوردگی باشد علاجش با گل ارمنی است .

اندام های دفعی :علاج زخم روده و اسهال و خونریزی زهدان است .

تب ها :در علاج تب های سلی و وبایی ویژگی دارد .

قومی که عادت کرده بودند از گل ارمنی شربت رقیق بسازند و بنوشند از بیماری واگیر بسیار خطرناک نجات یافتند .

هر گاه آن را برای دفع وبا بخورند باید بعد از آن فوراً نوشآب های بخورند تا آن را بدرقه کند و به قلب برسانند و باید شربت پادراهه با گلاب مخلوط باشد .

گل مهر زده

هر آنچه از این گل بوی شبت بدهد نوع بهترین است .اگر خون از دهان بیاید و دهان را با آن بشویند خون بند آید و گل به زبان می چسبد .

خاصیت :بهترین بند آورنده خونریزی است و اگر اندام نرم باشد نمی تواند این گل را تحمل کند و به زبری گرفتار می آید .سردی بخش و چسبنده است. ورم و جوش :ورم های گرم نوخاسته را فرو می نشاند .

زخم و قرحه : زخم های تر را بهم آرد .زخم های دشوار را درمان می کند .

بر سوختگی بمالند نمی گذارد چرک کند و زخم را شفا می دهد .

مفاصل :علاج کوفتگی اندام ها است که از افتادن ناشی باشد .

شکستگی را بهم پیوند دهد .ریزش مواد را بسوی دست و پا منع می کند . خوره را باز می دارد .

سر :نزله ها و سیلان های دهان و لثه را قطع می نماید .

نفس کش :آسیب دیدن درون از افتادن را بر طرف می سازد . در مداوای سل مفید است .

زخم شش را می خشکاند و داروی خون بر آوردن است .

اندام های دفعی :خوردنش از خراش و پوست اندازی روده جلوگیری می کند ،به ویژه اگر آن را با صاف شده عسل حقنه کنند و بعد با نمک آب حقنه کنند بسیار مفید است .

زهرها :گل مهر زده را با آب انگور کهنه مخلوط کنند و بخورند یا با سرکه بیامیزند با سم ها و گزیده حشرات سمی مبارزه می کند .

کسی که سم خورده اگر بعد از سم خوردن گل مهر زده خالص بخورد پی در پی استفراغ می کند و سم بیرون می ریزد .

گل معمولی

مزاج :سرد

خاصیت :زداینده . گل آزاد آفتاب زده اگر مواد سوزنده ای مانند سفال و خاک دیوارهای از آفتاب سوخته با آن مخلوط نباشد ، نوعی چسبندگی دارد که بدنهای سست و فرو هشته گوشت را می خشکاند و سوزش و آزاری هم همراه ندارد و تا اندازه ای نیروی گدازنده هم دارد .اگر گل را بار دیگر با آب بشویند خشکاننده ای می شود که در گرما و سرما معتدل و لطیف می باشد .

آرایش :گوشت سست را محکم می نماید .

ورم و جوش :با شمع و روغن گل مرهم شود خنازیر و تصلبات را از بین می برد .

اندام های غذا :کسانی که استسقا یا درد طحال دارند یا از گوشت زیاد در آزارند گل آفتاب زده را بر بدن مالند سود می بینند .

گل جالیز

تکه چوب هایی است پر از چین و چروک و به ستبری یک انگشت و به درازی یک انگشت یا کوتاه تر یا درازتر .
رنگش خاکی ، مزه ای گیرنده ، هم قوت گل انار ، گویند آن را از صحرای عرب می آورند .
خاصیت :گیرنده است . گویند جنبش خون را در همه اندام ها راکد می کند .
مفاصل :مفاصل سست را توان و تاب می بخشد .
اندام های غذا :در علاج سستی معده و کبد مفید است .
اندام های دفعی :گیرنده است . خونریزی را قطع می کند .
اگر آن را در شیر جوشیده بز بریزند و بخورند در علاج بهم خوردن عادت زنانه مفید است .

گل اسپانیایی ، اندلسی

مزاج :سرد است .
خاصیت :چون خالص و بی آلایش است منفعت ها در بر دارد .سردی می بخشد و می گدازد .اگر آن را بشویند گدازندگی آن از بین خواهد رفت .
ورم و جوش : با سرکه علاج ورم طرف های پایین معده است .
زخم و قرحه :هر دو نوع سفید و بنفش را اگر در سرکه حل کننـد محلولی می گردد که سوختگی و سایر زخم ها را فوراً تسکین می دهد . به شرطی که قبل از تاول زدن و آماس کردن استعمال کنند .
سر :حل شده اش در سرکه علاج لوزتین و آماس های بیخ گوش است .
مفاصل :برای هر ورمی در بدن مفید است .
اندام های دفعی :هر دو نوعش سخت شدن بیضه ها را نرم می گردانند .

گل تاک

دیسقوریدوس گویـد :گل تاک را از شام می آورنـد و دو نوع است . نوعی به پارچه زغالهای مستطیل می مانـد که از درخت ارز بدست می آورند و رنگش سیاه است .
قسمی دیگر به قطعه چوبهای نهال شاداب شباهت دارد و در آب زود حل می شود .هرچه سیاه رنگ تر باشد بهتر است .
خاصیت :بدون آزار دادن می خشکاند ، سردی بخش است و اندکی گدازندگی دارد .
آرایش :داخل سرمه می کنند موی مژه را باز می رویاند .با آن مو و ابرو را رنگ می کنند .
اندام های دفعی :تاک را با این گل می آلایند تا کرم نزند و برگ و جوانه هایش از آسیب محفوظ باشند .
اگر در آب حل شده آن را بخورند کرم های ریز و درشت روده ها را می کشد.

گل خوردنی

اندام های غذا :ایجاد انسداد می کند و تباه کننده مزاج است .لیکن دهانه معده را تقویت می نماید و زیان خوراک را از بین می برد
.

در بازداشتن استفراغ خاصیت عجیبی دارد .

اگر کسانی گویند که خوردنش نشاط انگیز است باید بدانند که این اثر نسبت به کسانی است که بدان عادت کرده اند و از خوردنش لذت می برند .

آنهایی که بسیار آرزوی خوردن آن را دارند علامت پیدایش زخم ناخنی در آنهاست .

گل چسبناک

بهترینش آن است که بسیار سرخ و بی شائبه باشد و از بغداد می آورند .

خاصیت :قبض و خشکاننده

زخم :زخم ها را بهم آورد .

اندام های دفعی :کرم کش است و محلولش را بعد از تخم نیم برشت بنوشند شکم را بند می آورد .

گل مستکی خودمانی ، طین رومی

زداینده ، شوینده ، رویاننده گوشت و جوش دهنده زخم است .

گل کشتزارها

دیسقوریدوس گوید :کلیه ی گلهایی که به منظور دارویی استعمال می شوند عموماً کنش گیرندگی نرمی بخشی ، سرد کردن و چسبناکی را دارند .

هر یک از آنها دارای ویژگی هایی است که سایر گلها موجود نیست .

گل کشتزاران دو نوع است : سفید و خاکستری رنگ

خاکستری رنگ از سفید نرم تر و بهتر است . اگر آن را بر پارچه ای مسین بسائیم چرکی بدست می آید که همرنگ ریحان است .

گل کشتزاری را همانند سفیداب شستشو می دهند .

خاصیت :قبض ، سرد و کمی نرمی بخش است .

زخم و قرحه :زخم ها را پر گوشت می کند و زخم های تازه را جوش می دهد .

گل سرشور

دیسقوریدوس گوید :گلی است که به سنگ می ماند .

زرگران در صیقل دادن و هموار کردن بکار می برند . آنهم مانند گل کشتزاری سفید و خاکستری دارد .

خاکستری رنگش نازک و ورقی می باشد و به اشکال گوناگون دیده می شود . هر آنچه بسیار سفید است بسیار زودشکن و ترد است و همین که خیس شد بی درنگ حل می شود .

در گرمابه این گل را بجای اشنان و نطرون بر بدن می مالند .

خاصیت :گیرنده ، خشکاننده و سردی بخش است .

از نوع اولی هر چه سفیدتر باشد بهتر است و از نوع خاکستری رنگ هم هر چه مایل به سفیدی باشد بهتر است .

آرایش:تن را صفا می دهد ، زیبا می کند و رخساره را صیقل می دهد .

سر :حواس را پرمایه تر می نماید .

چشم :همراه شیر در چشم بچکانند علاج سفیدی و جوش های چشم است .

گلابی

در مملکت ما نوعی گلابی هست که آن را شاه امرود می گویند .شاه امرود مدور تمام است .پوستش نازک و بسیار خوشبو است .
مزاج :شاه امرود معتدل و تر مزاج و گلابی چینی سرد و خشک است .
خاصیت :همه انواع گلابی گیرندگی دارند و در ضماد بند آوردن مواد مؤثرند .
شاه امرودی که در خراسان پیدا می شود بر عکس گلابیهای دیگر ملین است .
زخم و قرحه :گلابی و به ویژه گلابی وحشی که بسیار خشکاننده است دهانه زخمها را بهم جوش می دهد و خوب می کند .
اندام های غذا :معده را دباغ می دهد . مگلابی چینی معده را توان می بخشد ، تشنگی را قطع می کند و زرداب را تسکین می دهد .
اندام های دفعی :گلابی و به ویژه خشک شده آن شکم را بند می آورد . گلابی سبب قولنج می شود بهتر آن است که بعد از خوردن گلابی عسلاب را با ادویه جات بخورند .مربای گلابی برای مراره صفرایی سودمند است .
زهرها :نوعی از گلابی را که بسیار قبض است و دیر می رسد بسوزانند خاکسترش گزند قارچ را خنثی می کند و اگر این قارچ را با گلابی بپزند کمتر زیان دارد .

گندنای کوهی

این گیاه تلخ مزه است .
خاصیت :بازکننده ، زداینده ، راننده ، گدازنده و تکه کننده است .
سر :افشره اش علاج درد همیشگی گوش است . گوش را از چرک پاک می کند منفذهای بند آمده گوش را باز می کند .درد کهنه گوش را درمان می کند .
چشم :افشره اش با عسل دید را تقویت می نماید .
سینه :بوسیله ی خون برآوردن سینه و شش را می پالاید .
اندام های غذا :در باز کردن بند آمدنی های کبد و طحال بسیار مفید است .
اندام های راننده :حیض را بیرون می ریزد و زهدان را می پالاید .
زهرها :با نمک ضماد شود پادزهر سگ هار است .

گور گیاه

از این گیاه چندین نوع وجود دارد .اعرابی که بوی خوش دارد و جنگلی که باز بد و شکل باریک و ستبر است نوع باریکش سخت تر . از نوع ستبر می باشد و بویی ندارد .
دیسقوریدوس گوید :دو نوع وجود دارد که یکی بدون میوه و دیگری دارای میوه سیاه رنگی است .
بهترین نوع این گیاه اعرابی سرخ رنگ و خوشبو است . شکوفه آن به سرخی می زند و بعد از شکفتن به رنگ بنفش در می آید .
برگش باریک است و بوی آن مشابه بوی گل محمدی است .
اگر این گیاه را در دست بفشاری و خرد کنی بوی آن به مشام می رسد . فایده اش در وهله اول در گل آن است و بعد در شکوفه

و ریشه و ساقه آن . مزه گور گیاه در زبان تأثیر می گذارد و آن را آزار می دهد (می برد).

نوع جنگلی اش نیرویی سرد کننده دارد و به عقیده ابن جریج بکلی سرد است ساقه آن گیرنده تر از بخش های دیگر است . شکوفه اش اندکی گرمی بخش و گیرندگی آن کمتر از گرمی دهندگی است .

خاصیت درمانی :شکوفه اش به علت گیرندگی اش از خونریزی جلوگیری می کند .در روغن آن تحلیل و گیرندگی هست . ریشه آن از حیث این اختصاصات قوی تر است .شکم را بند می آورد . دارای قوه رسانندگی و نرم کنندگی نیز هست .جدار رگها را باز نگه می دارد و دردهای درونی و به ویژه درد زهدان و نیز انواع باد را از بین می برد .

زخم و قرحه :روغن آن خارش بدن انسان و حیوان را از بین می برد .

دمل و جوش :پخته آن در مداوای دمل های گرم مفید است .

خوردن گور گیاه پخته و ضماد آن سفت شدگی اندام های درونی را بر طرف می کند و در مداوای ورم های سرد و درونی مفید است .

مفاصل :خوردن یک چهارم مثقال آن همراه فلفل برای ماهیچه ها و مداوای ترنجیدگی (تشنج)مفید است .روغن آن خستگی را از بین می برد .

اندام های سر :انواع آن به ویژه نوع جنگلی آن مایه سنگینی سر است . نوع باریک ترش سردرد می آورد و ستبرش خواب آور است . تخم این گیاه مخدر است .تمام انواعش لثه را استحکام می بخشند و رطوبت های آن را رفع می کنند .

اندام های تنفسی و سینه :در معالجه درد شش مفید است و شکوفه اش از خونریزی دستگاه تنفسی جلوگیری می کند .

اندام های تغذیه ای :ریشه اش معده را قوت می بخشد و اشتها را بر می انگیزد .به اندازه یک مثقال ریشه گور گیاه همراه یک مثقال فلفل دل بهم خوردگی را تسکین می دهد .

شکوفه آن مسکن معده و در مداوای ورم معده و کبد مفید است .

اندام های دفعی :در تسکین درد زهدان بسیار مؤثر است . اگر بیماری که ورم گرم زهدان دارد در جوشانده آن بنشیند یا مقداری از آن را در زهدان بچکاند و یا از آن بنوشد برایش مفید است .

اندام های دفعی :تخم جنگلی و اعرابی آن سنگ دستگاه ادراری را بر طرف می کند ، شکم را قبضی می دهد . دو قسم جنگلی در این زمینه مفیدتر

هستند.هردو نوع آن خونریزی زنانه را قطع می کنند .

شکوفه آن دردهای کلیه و خونریزی کلیه را دفع می کند و در علاج ورم های مقعد مفید است .

زهرها :برگ های زیرین را تا زمانی که تر و تازه اند چنانچه بر جای نیش زدگی حشرات بگذارند تسکین بخش است .

گوگرد (کبریت)

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :لطافت بخش ، جذب کننده و بسیار زداینده است .

آرایش :از داروهای برص است و به ویژه اگر آتش ندیده باشد . اگر با سقز مخلوط کنند اثر بالای ناخن را بر می کند .با سرکه داروی لک و پیس است .زخم :علاج گری چرکین است ، بیماری ویروسی را علاج می کند و به ویژه اگر با سقز تلخ یا با سرکه باشد بسیار مفیدتر است .

اگر همراه نطرون باشد و تن را با آن بشویند خارش بدن را از بین می برد .

مفاصل :همراه نطرون و آب بر نقرس بمالند مفید است .

سر :بخورش زکام را بند می آورد .با سرکه و عسل داروی ترک های گوش است .

گوشت

انواع گوشت به ترتیب اولویت :

۱ ـ گوشت گوسفند که نوعی تندی لطیف دارد .

۲ ـ بز جوان و گوساله و تا کم سن تر باشد زود هضم تر است و غذای لطیف تر می دهد .

۳ ـ بزغاله کمتر از بره زوائد (فضول)دارد .

۴ ـ گوشت هر شیرخواری که شیر خوب بخورد خوبست .

۵ ـ گوشت گوسفند پیر و لاغر خوب نیست .

گوشت حیوان رنگ سیاه از گوشت حیوان سفید رنگ سبک تر و خوشمزه تر است .گوشت حیوان نر و گوشت نرمه جدا شده از گوشت بسیار چرب و سفید از گوشت دیگر سبک تر است .

بهترین و گواراترین گوشت در میانه استخوان ها است .گوشت طرف راست سبک تر و بهتر از گوشت طرف چپ است .وسط ماهیچه بی عیب ترین گوشت است .

غذای گوشت زبان برابر با غذای گوشت ماهیچه و غیره است .

بهترین گوشت پرنده به ترتیب :

تذرو ، مرغ ، که از تذرو لطیف تر اما مغذی تر نیست ، کبک ، تیهو و دراج است . هر حیوانی که خشک مزاج باشد در بچگی خوب است مانند گوشت بزغاله که بسیار خوب است .گوشت بز نر مطلقاً بد است . گوشت درندگان ناپسندیده است .گوشت پرندگان بزرگ شناور و هر آنچه گردن دراز دارند ، گوشت طاوس ، هوبره و کبوتر دشتی و سنگخوارک و هر چه سوداء زیاد پدید آورد و تیره گنجشک و غیره هیچ کدام خوب نیستند .

از حیوانات وحشی گوشت آهو با اینکه کمی مایل به سودایی است از سایر گوشت ها بهتر است .

مزاج :گوشت پرنده از گوشت چارپا خشک تر است .گوشت گاو خشک تر از گوشت بز گوشت بز خشک و دیر هضم تراز گوشت گوسفند است .

گوشت شتر غذایش غلیظ و بسیار گرم است .گوشت خرگوش گرم و خشک است .گوشت پرندگان بزرگ و غاز و هوبره غلیظ است .گوشت اردک و دیگر شناورها بسیار مرطوب است و رطوبت تقریباً با گوشت گوسفند دارد .

خاصیت :گوشت غذایی است که بدن را توان بخشد ،از هر غذایی برای تبدیل به خون شدن آمادگی بیشتر دارد .

گوشت پرچربی کم غذا است و شکم را نرم می کند و به زودی تبدیل به ماده دودی و مراره می شود و زود هضم است . دنبه از چربی و پیه گوشت بدتر است زیرا دیر هضم و بد غذا است و گرم و غلیظ تر از پیه است .

گوشت گاو غذایش زیاد است . اما گوشت سیاه و غلیظش خوب نیست و بیماری های سودایی به وجود می آورد .بهترین گوشت گاوی گوشت گوساله است . گوشت گاو را با پوست خربزه بپزند به زودی از هم می پاشد و می رسد .

بهترین وقت برای خوردن گوشت گاو فصل بهار و اوایل تابستان است .

آرایش: گوشت گاو لک و پیس پدید می آورد . سوخته گوشت قورباغه داروی کم مویی است .

ورم و جوش :گوشت گاو و گوشت های غلیظ جوش های سرطانی بوجود می آورند و ورم های سخت را نرم می کند .

زخم و قرحه :از گوشت گاو گری و قوبای بد می خیزد و گوشت های غلیظ هم همین اثر را دارند .سوخته گوشت بره را بر بیماری ویروسی بمالند سودمند است. مفاصل :گوشت گاو و سایر گوشت های غلیظ جذام و پاغر و واریس به دنبال دارند .پیه و دنبه خوب ضمادی برای عصب خشکیده هستند .بیمار نقرس در آب پز گوشت خرگوش بنشیند سود می بیند .بیمار درد مفاصل در آبگوشت خرگوش یا روباه بنشیند آرام می یابد گوشت راسو را ضماد بکنند داروی درد مفاصل است پیه گورخر با روغن کوشنه مرهم شود داروی درد پشت و بادهای متراکم است .

گوشت مار داروی جذام و گوشت جوجه تیغی در علاج جذام سودمند است .

سر :گوشت گاوی و سایر گوشت های غلیظ که خشکانندگی دارند بیماری سودایی و وسواس به دنبال دارند .

گوشت راسو با آب انگور کهنه مخلوط شود و بخورند برای صرع مفید است .

چشم :خاکستر گوشت بره داروی سفیدی چشم است . گوشت درندگان و پرندگان شکاری بد را توان می بخشد و برای چشم مفید هستند .

اندام های تنفسی : خرچنگ آبزی برای سل داران بسیار خوب است . گوشت جوجه مرغ خفگی را بر می انگیزد اما اگر بمکند زیانی ندارد .

اندام های غذا :انواع گوشت غلیظ طحال را بزرگ می کند . گوشت سنگخوارک در علاج تباهی مزاج ، استسقا ، بندآمدن های کبد و طحال و غیره مفید است .

گوشت گاوی زرداب را به روده راه می دهد . گوشت برشته خرگوش از زخم های روده جلوگیری می کند .گوشت خشکیده جوجه تیغی با سکنجبین درد گرده را بر طرف می نماید .

آبگوشت (سوپ)خروس پیر برای قولنج و بیماریهای سودایی مفید است . پیه گورخر همراه با روغن کوشنه دردی را که در اثر باد متراکم در گرده حس می شود تسکین می دهد .

گوشت درندگان و پرندگان شکاری داروی بواسیر است .

گوشت پرندگان و به ویژه کبک ، تیهو ، سنگ خوارک و چکاوک بریان شوند یا نشوند شکم را بند می آورند . گوشت پرندگان نامبرده را آب پز کنند و آبگوشت گوزن بر آن بریزند بول را ریزش می دهد .

تب ها :گوشت گاو ، گوزن ، کل و عموماً گوشت پرندگان بزرگ تب سه اندرمیان با خود می آورند .

زهرها :گوشت راسو را خشک کنند و با آب انگور کهنه مخلوط کنند و بخورند داروی مسمومیت است .

گوشت سوخته بره درد مار گزیده و نیش انواع کژدم را تسکین می دهد و اگر آب انگور کهنه باشد پادزهر سگ هار است .

گوشت قورباغه پادزهر حشرات گزنده است

گوش موش

گیاهی است که شیشه را با آن جلا می دهند .

خاصیت :قبض ، مرطوب ، چسبنده ، تنقیه کننده و نرمش دهنده است .

ورم و جوش :ورم را آرام می کند ، برگش خورده شود داروی سوختگی و ورم های بلغمی است .

افشره اش با سفیداب سرب داروی مورچگی و باد سرخ است .

در علاج آماس لوزتین اگر با آن غرغره می کنند مفید است .

مفاصل :با موم و روغن گل بر نقرس بگذارند سودمند است .

سر :افشره اش با روغن گل داروی درد گوش است . گوش موش یا افشره آن را در دهان بگذارند لوزتین را درمان می کند .

نفس :سوپ افشره آنرا بنوشند سرفه مزمن را علاج می کند .

اندام های دفعی :بواسیر را از بین می برد .

گیاه شیردار (یتوع)

کلمه ی یتوع دلالت بر گیاهانی دارد که شیره آنها تند ، مسهل ، تکه کننده ، سوزنده باشد و آنچه در این زمینه مشهور است عبارت از :

هفت برگ ، شبرم ، چشمیزک ، آذربونه ، ماهودانه ، مازریون و پنج انگشت که آن را پنج برگ هم می گویند .

همه اینها کشنده هستند وتنها از شیره آنهاه می توان استفاده درمانی کرد .

مزاج :شیر چشمیزک گرم و خشک است همین طور بقیه گیاهان دیگر .

خاصیت :زخم آور و سم است و اگر در حوض بریزند ماهیها می میرند .

آرایش :گوشت زائد ، زگیل ، خال و زائده های اطراف ناخن را بر می کند. برای از بین بردن مو شیره اش را بر پوست می مالند و در آفتاب این کار را می کنند ،مو را می سترد و بعد که می روید ضعیف است و اگر عمل را تکرار کنند دیگر مو بر نمی آید .بهتر آن است که با روغن زیتون مخلوط شود و برای ستردن مو بکار ببرند تا خطری نباشد .

زخم و قرحه : با سرکه باشد سفتی های پیرامون بواسیر را از میان می برد.داروی بیماری ویروسی است .زخم گندیده را بهبود می بخشد ، اگر با قیروطی (مرهم موم)و روغن گل مخلوط شود علاج خوره و گری سودایی و آتش پارسی است .

سر :شیره اش را بر دندان کرم زده بگذارند دندان خرد می شود و می افتد و اگر با قطران باشد که از قوتش می کاهد برای معالجه دندان سالمتر است . بهتر آن است که قسم سالم دندان ها را با کمی موم بپوشانند و آنگاه این دارو را بگذارند .اگر بیخ گیاه نامبرده را با سرکه بپوشانند و مزمزه کنند درد دندان تسکین می یابد .

چشم :شیرش ناخنه را از بین می برد .

بواسیر را بر می کند ، بلغم مواد آبکی را خارج می سازد . دو قطره تا سه قطره شیرش را بر انجیر بریزند و بگذارند تا خشک شود و بخورند اسهالی کافی می دهد .

همین مقدار اگر با قاوت یا با آن خورده شود باز مسهل خوبی است .اما اگر بخواهند آن را تنها بخورند بهتر آن است که همراه قیروطی یا موم و عسل باشد تا دهان و گلو را زخم دار نکند .

فاس

دارویی است که آن را فاس (تبر)نیز گفته اند زیرا همچون تبر دو لبه دارد .

مزاج :گرم است و تلخی و گسی دارد .

خاصیت درمانی :بند آمدن های درونی را باز می کند .

مفاصل :در علاج درد مفاصل مفید است .

فریز

گویند همان (یندکتا)است و اهل طبرستان آن را بندآوش می نامند .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :گیرنده است و می گزد .

زخم و قرحه :این گیاه و به ویژه بیخش اگر ضماد شود و بر زخم های بد و تر بگذارند زخم را جوش می دهد و خوب می کند .

سر :بازدارنده هر نزله ای است .

چشم :برای چشم داروی بسیار خوبی است .

اندام های غذا :تخم و بیخش استفراغ را قطع می کنند و نمی گذارند مواد ناباب به معده راه یابند .

اندام های راننده :آب پز ، بیخش و تخمش در علاج زخم مثانه مفید است .

آب پزش در علاج درد و پیچش روده ، بی اختیاری ادرار عسر البول و زخم مثانه بسیار سودمند است .

فربیون

دیسقوریدوس حکیم فرماید :شیره ی گیاهی است که به (قثاء)خیار چنبر شبیه و در (لینوی)که در سرزمین (سدد) واقع است و در مملکت (مورشیا) می روید .

این گیاه پر از شیر است و مزه شیرش خارج از اندازه گرم و تند و تیز مزه است .

فربیون خوب آن است که :صاف ، زرد رنگ یا زعفرانی رنگ و تندبو و بسیار تند مزه باشد .

مزاج :گرمیش همراه لطافتی سوزنده و زداینده است .

مفاصل :بر فلج و تخدیر شده بمالند بسیار سودمند است .

چشم :در چشم بکشند دیده را جلا می دهد .آب کبود چشم را تحلیل می برد .اما تمام روز سوزش در چشم حس می شود و برای پرهیز از این سوزش باید با عسل مخلوط کنند و در چشم بکشند .

اندام های راننده :در علاج آب زرد ، سردی گرده و قولنج سودمند است .

خوزیان گفته اند :فربیون دهانه زهدان را چنان بهم می آورد که داروهای بچه انداختن را به زهدان راه نمی دهد .

هم ایشان گفته اند :بلغم لزج را که در سرین و پشت و روده ماندگار است بیرون می آورد .

زهرها :کسانی گویند : اگر پوست سر کسی را بشکافند تا آهیانه پیدا شود آنگاه از ساییده این گیاه در آن بریزند و داروهای ضد گندیدن بر آن بگذارند ، از گزیدن مار و حشرات دیگر زیانی نمی بیند .

خوردن مقداری از این گیاه معده و روده ها را چرکین می کند و خورنده را در مدت سه روز می کشد .

فقلامینوس

گویند بخور مریم است که تیره ای از عرطنیثا می باشد .

خاصیت :زداینده ، تکه کننده ، بازکننده ، گدازنده و تنقیه بخش است .

خوردن بیخش کم هوشی می آورد و عرق کردن زیاد بدنبال دارد .

آرایش:علاج یرقان است . کسی که این دارو را بخورد باید دراز بکشد و خود را با پوشش های بسیار بپوشاند تا بسیار عرق کند و عرق به رنگ زرداب بیرون دهد ، تا از یرقان شفا یابد .

بیخ این گیاه پوست را تنقیه می کند ، لکه های سیاه را می زداید ، آب پزش ترک های ناشی از سرما را خوب می کند .

وسط بیخش را با کارد گود کنند ، پر از روغن زیتون کنند و بر خاکستر گرم بگذارند تا گرم شود ، روغنی است که ترک های

ناشی از سرما را به سرعت درمان می کند .

ورم و جوش :بیخش جوشها را از بین می برد . افشره اش ورم سخت را نرم می کند .

آماس طحال را فرو می نشاند .تر و خشک این گیاه داروی خنازیر و زخم است و گری خشک را علاج است .

زخم و قرحه :بیخ این گیاه را تنها یا با سرکه و عسل مخلوط کنند و به کار برند زخم ها را قبل از کهنه شدن شفا می دهد . اگر با آب پزش سر را بشویند ، زخم های سر را درمان می کند .

مفاصل :ضماد گذاشتنش در علاج پیچش عصب و نقرس مفید است .

سر :آبش را در بینی کنند سر را می پالاید .آب پزش سرشویه شود زخم های سر را شفا و سردرد سرد را تسکین می دهد .

چشم :آبش که با عسل باشد در چشم کشند یا در بینی کنند در علاج آب که در چشم پدید آید و در علاج ضعف دید مفید است .

سینه :بعضی بیخ آن را علاج برنشیت می دانند و به بیمار می خورانند .

اندام های غذا :با سرکه بر طحال می گذارند .

اندام های راننده :خوردن و برداشتن آن حیض را ریزش می دهد . به وسیله ی پشم بردارند اسهال آور است .

افشره اش در این باره قوی تر است .آب این گیاه را با سرکه که بیامیزند و بر مقعد بر آمده بریزند به جای خود باز می گردد .افشره اش دهانه رگهای داخل پیزی را می گشاید . خوردن و برداشتن بیخش سبب ریزش خون حیض است .

زهرها :پادزهر داروهای سمی و به ویژه پادزهر خرگوش دریایی است .

فلنجه

این گیاه تخم مثلث دارد که به سرنیزه می ماند و از این رو عریان آن را حربه نامیده اند که به معنی نیزه است .

مزاج :حربه کاشتنی کم حرارت و حربه بیابانی گرم است .

زخم و قرحه :سبز و شادابیش زخم ها را بهم می آورد .

اندام های غذا :پوستش را با سرکه بر طحال بگذارند یا برگ خشکیده آن را بخورند درد طحال را بر طرف می کند .

اندام های دفعی :ادرار می دهد و به ویژه برگش که به برگ « اسقولوقندریون »شبیه است .

فلفلک

از سبزی های مشهور است و عبارت از فلفل آبی است .برگش به برگ بید مشک می ماند .لیکن از آن زرد رنگ تر است .

شاخه هایش سرخ رنگ و مزه اش مزه زنجفیل است .اگر سگ آن را بخورد می میرد .

مزاج :گرم و خشک

آرایش :فلفلک سبز را با تخمش بکوبند لکه های صورت از قبیل لکه های سیاه و کک و مک کهنه را می زداید .

دمل و جوش :فلفلک سبز را با تخمش بکوبند ضماد شود ورم های سخت را فرو می نشاند .

فندق

مشهور است .مزاج خاکی فندق از مزاج خاکی گردو بیشتر و از گردو مغزی تر است .زیرا از گردو پرمایه تر و کم چربی تر و دیر هضم تر است. مزاج :هوایی است و بیشتر به گرمی و خشکی می گراید .

خاصیت :سبب پیدایش مراره می شود . از گردو قابض تر است . بادآور است و در قسمت پایینی شکم باد ایجاد می کند .

آرایش :سوخته آن مو را سیاه می کند .

سر:سر درد می آورد . اگر در روغن سرخ کنند و با اندکی فلفل بخورند زکام را پخته می گرداند .

بقراط فرماید :فندق مغز را افزایش می دهد .

چشم :گروهی پنداشته اند که اگر فندق را بر جاندانه (یافوخ) کودک چشم کبود بمالند کبودی چشم از بین می رود .

اندام های تنفسی :با عسل آب خورده شود داروی سرفه مزمن است و خون برآوردن را باز می دارد .

اندام های غذا :دیر هضم و تحریک کننده استفراغ و از گردو دیر هضم تر است .

اندام های دفعی :پوست فندق قابض است و شکم را بند می آورد .

زهرها :پادزهر گزیدگی ها است و به ویژه اگر با انجیر و سداب باشد پادزهر نیش کژدم است .

فو

گیاهی است که برگش به برگ کرفس شبیه و از آن درشت تر است .

این گیاه اکثراً در سرزمینی می روید که آن را (نیطس) می گویند .

خاصیت :بیخش گرم است .

سینه :پهلو درد را درمان می کند .

اندام های راننده :بول را ریزش می دهد و خوردن سبز و خشکش حیض را راه می اندازد .در ادرار از سنبل هندی و رومی فعال تر است و کار می جوشه را انجام می دهد .

فلیزهره

گویند درخت حضض است و ثمری چون فلفل دارد .

حضض شیره آن است .یا شیره زرشک است .

آرایش:تنها یا با روغن زیتون بر سر بمالند موی را تقویت می کند .

اندام های غذا : شاخه هایش را با سرکه بپزند و بخورند داروی طحال است و یرقان را نیز علاج می کند .

اندام های راننده :آب پز شاخ و برگش حیض را ریزش می دهد و خلط بلغمی را به کلی بیرون می آورد .

فیلگوش

دو نوع است یکی پیچیده و دیگری صاف .پیچیده اش خالص تر از آن نوع است که آن را لوف مار می گویند .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :راه بندان ها را باز می کند ، خلط های پرمایه و لزج را به اعتدال تکه تکه می نماید و زدایندگی دارد .در همه ی اینها خاصیت پیچدار قوی تر است .

آرایش :بیخ فیلگوش پیچیده و به ویژه اگر با عسل باشد لکه های سیاه و سفید و کک و مک را می زداید .همراه آب انگور کهنه داروی ترک های ناشی از سرما است .

ورم و جوش :در مداوای هر ورمی که نیاز به زدودن دارد مفید است .

زخم و قرحه :بیخ و به ویژه فلیگوش پیچیده را با هزار گوشان مخلوط نکنند و مرهم شود زخم های پلید را علاج است .آنچه تر است در علاج زخم ها به کار می آید و اگر خشک شد آن را می کوبند و فتیله زخم و ناصورها را از آن درست می کنند .

مفاصل :فیلگوش با سرگین گاو داروی نقرس و سستی ماهیچه ها است .

سر :آب خوشه فیلگوش بستانی درمان درد گوش است و اگر با روغن گل در بینی کنند خوره و سرطان بینی را از بین می برد .اگر افشره خوشه لوف ماری را با روغن زیتون و قطران بیامیزند و قطره هایی از آن را در گوش بریزند درد از بین می رود .

بیخ آن از جمله داروهایی است که چرک را از گوش می برد و زخم گوش را شفا می دهد .در علاج کری مفید است .تخم آن علاج هر نوع جوش و زخم بینی است .اگر سرطانی باشد بهتر آن است که بوسیله ی پشم آن را به بینی وارد کنند .

چشم :بیخش در زخم چشم مفید است .

نفس کش :فیلگوش یا بیخ آن و به ویژه نوع پیچی آن را چندین بار در آب بجوشانند تا قوت داروئیش کاهش یابد و پس از آن بخورند در مداوای خون برآوردن ،برنشیت کهنه و نفس بلندی ، مفید است .

اندام های غذا :خوردنش خلط غلیظ پدید می آورد .

اندام های دفعی :گرده را می پالاید ، علاج بواسیر است . بول را ریزش می دهد .

زهرها :اگر تن را با بیخ آن ماساژ بدهند مار نمی گزد .

فیجن

دیسقوریدوس گوید :فیجن انواع دارد :کاشتنی ، بیابانی و کوهی .

بهترین نوع آن کاشتنی است که در همسایگی درخت انجیر است .

مزاج :فیجن تر گرم و خشک است .

خاصیت :تکه کنند ، گدازنده ، بسیار بادشکن ، پالاینده رگ ها ، زخم آور و گیرنده است .

آرایش:بانطرون علاج لک و پیس سفید و زگیل و زیاده های گوشتی است . فیجن بوی پیاز و سیر را می زداید و داروی داء الثعلب است .

ورم و جوش :فیجن بیابانی را بکوبند و با نمک ضماد کنند و بر اندام بگذارند ورم گرم به وجود می آورد .اگر بر خنازیر گردن و زیر بغل بگذارند تحلیل می برد .صمغ فیجن در این کارها مؤثرتر است .

زخم و قرحه :با روغن و عسل مخلوط کنند وبر قوبا بمالند مفید است .

با سرکه و سفیداب باشد علاج مورچگی و بادسرخ و زخم کهنه است .اگر با مر مخلوط کنند و بر زخم بچسبانند فایده می بینند .

مفاصل :خوردن فیجن ،یا ضمادش که با عسل باشد در علاج فلج و بیماری اعصاب و درد مفاصل سودمند است .

سر :بوی سیر و پیاز را از بین می برد .با قاوت ضماد شود داروی سردرد همیشگی است .با سرکه در بینی کنند خون دماغ بند می آید .

افشره اش را در پوست انار گرم کنند و در گوش بچکانند گوش را پاک می کند و درد و صداها و وزوز را خاموش می نماید .کرم گوش را می کشد یا زنده بیرون می آورد و بر زخم سر بمالند داروی خوبی است .

چشم :فیجن و به ویژه افشره اش که با افشره رازیانه و عسل مخلوط کنند و به چشم بکشند یا بخورند دید را تقویت می کند .

فیجن را با قاوت ضماد کنند و بر چشم بگذارند تپش و التهاب را فرو

می نشاند.

اگر از فیجن و رازیانه و مرو عسل مرهم درست کنند و بر پیرامون چشم بمالند کم سویی را از بین می برد .

سینه :آب پز فیجن تر با شبت خشک در علاج سینه درد خوب است و بقول روفس داروی دشوار تنفسی است و درد شش و پهلوی و سرفه و درد دنده ها را بر طرف می کند .

انـدام های غـذا :فیجن را در آب انگور کهنه بپزنـد و بخورند یا با انجیر ضـماد کنند در علاج استسـقای گوشتی و استسـقای خیگی مفید است .

سکسکه بلغمی را تسکین می دهد ،گوارشی است ، اشتهاء می آورد و معده را توان می بخشد .در علاج طحال مفید است .

آب پشت را می خشکاند و قطع می کند .آرزوی جماع را به کلی از بین می برد .

هر دو نوع آن قبوضیت می دهند .درد وپیچ روده را علاج است .با فیجن و روغن زیتون حقنه کنند درد قولنج تسکین می یابد .

بـا عسـل مخلوط کننـد زخم معـده را شـفا می دهـد .فیجن را در روغن زیتون بجوشاننـد و بخورنـد داروی کرم است .هر دو نوعش زائده های تن (بیرون ریختنی ها)را به وسیله ی ریزش بول بیرون می ریزند و هر دو قبوضیت می دهند .

تب ها :خوردن فیجن یا تن اندایی به روغنش در تب و لرز مفید است .

زهرها :با زهرها مقاومت می کند زیاد خوردن فیجن بیابانی سم قاتل است.

قارچ

دیسقوریدوس گوید : قارچ خوردنی هست و قارچ سمی هم هست .

انگیزه سـمی شدن قارچ این است که یا در نزدیکی میخهای زنگ زده روئیده و یا در همسایگی کهنه پارچه های متعفن رسته یا در جوار لانه حشرات موذی سر برآورده است .بر قارچ های رطوبتی لزج یا کفکی مانند تار عنکبوت می نشیند .

مزاج :سرد و تر است .

خاصـیت :خلـط غلیـظ و بـد به وجود آورد .بهتر آن است که قارچ را در آب بجوشانـد و گلابی تر و خشک و پونه کوهی را با آن مخلوط کنند و بعد از خوردنش آب انگور کهنه انگوری پرمایه بنوشند .

سر :سبب کرخی و سکته می شود .

نفس :قارچ خوردنی سبب خناق می شود تا چه رسد به قارچ سمی که کشنده است .

اندام های غذا :اگر قارچ خوب را زیاد از حد بخورند سبب قی و استفراغ می گردد .قارچ دیر هضم است و غذای بسیار می دهد .

از خوردن قارچ سمی عرق سرد می کنند و به غش گرفتار می آیند .

اندام های راننده : عسر البول می آورد .

زهرها :پادزهر سـمی ، سـکنجبین و پونه یا چلغوز خروس و مرغ با سرکه یا خوردن عسل است ، و گرنه شاید حداکثر در مدت یک روز بکشد .

قارچ درختی

خوبش آن است که صاف و سفید و زودشکن و متراکم و کنار صاف باشد .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :تحلیل برنده ، تکه کننده ، خلط پرمایه ، بازکن راه بندان ها و نرمی بخش است .

مفاصل :با سکنجبین بخورند در علاج بیماری اعصاب مفید است .در افتادن و تنقیه عصب مناسب است .اگر بیمار تب داشته باشد با عسل آب با شربت گل بخورند بهتر است .

سر :مغز را می پالاید و در علاج صرع سودمند است .

سینه :با آب انگور کهنه سیاه و پرمایه بخورند علاج برنشیت و زخم شش است .اگر آن را با آب بخورند در خون برآوردن از سینه مفید است .

اندام های غذا : داروی یرقان است ،با سکنجبین بخورند ورم طحال را فرو می نشاند اگر آن را تنها بجوند یا ببلعند درد معده را دوا می کند و درد کبد را درمان می کند .

اندام های راننده :خوردن آن با عسلاب انواع خلط پرمایه سودایی و بلغمی را بیرون می آورد .

اگر با داروهای مسهل می باشد کمک اسهال است و بول و حیض را ریزش می دهد و درد گرده را مسکن و در خفگی زهدان مفید است .

تب ها :در علاج تب لرزه و تب های کهنه مفید است .

زهرها :بر جای نیش حشرات بگذارند مفید است .

قدومه (تودری)

برگ تودری شبیه برگ گندنای کوهی است .

مزاج :گرم و تر است .

خاصیت :در تندمزگی مانند تخم ترتیزک بیابانی و زخم آور است .

ورم و جوش :با آب و عسل بر جوش های سرطانی که تر نیستند بمالند مفید است . ورم سفت را نرم می کند و ضمادش التهاب را فرو می نشاند .

مفاصل :ضمادش سفتی نقرس را نرم می کند .

سر :ورم بیخ گوش را درمان می کند .

چشم :با عسل در چشم بکشند داروی زخم چشم است .

اندام های راننده :تودری شهوت انگیز است .

قروقومعما

می گویند ته نشین روغن زعفران است .خوبش آن است که خوشبو ، سنگین ، سیاه رنگ و هیچ چوبی با آن نباشد و اگر در آب حل کنند آب را به رنگ زعفران درآرد و اگر بجوند دندان را رنگ کند و رنگش پایدار باشد .

خاصیت :گرم کننده و رساننده است .

چشم :تم چشم را می برد و دیده را جلا می دهد .

اندام های راننده :بول را ریزش می دهد .

قره بوخور ـ اصطرک (استرک)

استرک قره بوخور ـ اصطرک :به گفته ی دیسقوریدوس نوعی از مایعات است و برخی برآنند که صمغ زیتون است .

دود استرک در همه احوال کار دود کندر را انجام می دهد .هرچه خوشبوتر باشد بهتر است .

دیسقوریدوس گوید :«زعفرانی رنگ آن که دارای چربی است و به صمغ صنوبر می ماند بهترین نوع است » .

در جرم استرک جرم های سفید رنگ موجود است که بوی خوش و با دوام

دارد .اگراسترک را با دست بساییم نمی پس می دهد که شبیه انگبین است . استرک سیاه و بی مایه که مانند سبوس است چندان ارزشی ندارد .

اندام های سر :سرگردانی ، سردرد و خواب می آورد ، در مداوای زکام و نزله مفید است .

اندام های نفس و سینه :از سرفه و صداگرفتگی و صدابریدگی جلوگیری می نماید .

اندام های دفعی :روغن آن در علاج سختی زهدان و باز کردن و جاری کردن حیض سودمند است .

اگر آن را با مقداری شفر بنه بخورند شکم را ملین است .

قطران

افشره درختی است که آن را شیرین می گویند .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :خون را به نزدیکی پوست می آورد ، داغ گذار است . لاش مرده را از گندیدن حفظ می کند .

آرایش :شپش و رشک آدمیزاد و حیوانات را ریشه کن می کند .

زخم و قرحه :گوشت سست را محکم می کند .علاج گری آدمی و حیوان است .

مفاصل :در معالجه گسستگی ماهیچه وجمع آمدن خون و ریم در ماهیچه ها خوب است .لیسیدنی و مالیدنی آن داروی پاغر و واریس است .

سر :قطران بر سر مالیدن بهترین علاج سردرد است . در گوش بچکانند کرم گوش را می کشد .آن را با آب زوفا در گوش بچکانند صداها و وزوز گوش را خاموش می کند با آب زوفا داروی درد دندان و دندان کرم خورده است .

چشم :اثر زخم های چشم را پاک و دید را تقویت می نماید .

سینه :بر گلو بمالند ، درد گلو و لوزتین را علاج می کند . داروی سرفه دیرینه است .

اندام های غذا :میوه درخت قطران با معده سازگار نیست .

اندام های راننده :قطران و به ویژه حقنه با آن درمان همه نوع کرم است . حیض را ریزش می دهد .آب پشت را تباه می گرداند .اگر ذکر را با قطران تر کنند و جماع کنند مانع بارداری است .

داروی چکمیزک است .

زهرها :با آب انگور کهنه سیاه پرمایه بخورند پادزهر مسموم شدن از خرگوش دریایی است .

قطران را با پیه شتر بگذارند یا بر تن بمالند حشرات موذی می گریزند .

قفر الیهود

دیسقوریدوس گوید :قفر را از آفریقا می آورند و در شهر (صیلون) و شهر (اقریش)پیدا می شود .در جزیره سسیل هم هست قفر خوب آن است که بنفش درخشنده و نیرومند و سنگین باشد .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :هم قوت زفت است و اندام ها را توانا می کند .خوردنش خون بند آمده در شکم را درمان می کند .

آرایش :بر ناخن بمالند لکه های سفید را بر می دارد .

ورم و جوش : خنازیر را می رساند .

زخم و قرحه :بر پوست بمالند علاج بیماری ویروسی است و آماس زخم ها را فرو می نشاند .

مفاصل :ضمادش داروی نقرس و خوردنش یا مالیدنش علاج بیماری اعصاب

است .

سینه :درعلاج سرفه ، زخم شش ، خون برآوردن ، بیرون راندن چرك و ریم از سینه ، آماس لوزتین و خناق سودمند است .

اندام های راننده :سفتی زهدان را نرم می کند .آن را بردارند یا دودش را برکشند برآمدگی و درد زهدان را درمان می کند و اگر با افشره جو حقنه شود علاج دیزانتری است .

قلومس ، گوش خرس

بوصیر تحلیل برنده است و به ویژه آنچه گل طلایی رنگ دارد و به اعتدال زداینده است .

آرایش :گل طلایی آن مو را سرخ می گرداند .

دمل و جوش :برگش را بپزند داروی ورم ها است .

زخم و قرحه :ضمادش که با عسل باشد زخم و زخم را درمان می کند .

مفاصل :در علاج سستی ماهیچه ها سودمند است .

سر :اگر آب پز را در دهان بگردانند درد دندان از بین می رود .

چشم :دوای رمد گرم است .

اندام های تنفسی :در معالجه سرفه خشک مفید است .

بوصیر برگ سفید و برگ سیاه داروی اسهال مزمن است .

قنقبین

گویند روغن کرچک است .

زخم و قرحه :برسر بمالند داروی گری و زخم سر است .

اندام های راننده :خوردن و مالیدنش در علاج بهم آمدگی دهانه زهدان مفید است .علاج ورم گرم پیزی است .خوردنش اسهال می آورد و کرم های داخل شکم را بیرون می راند و در این زمینه بسیار بسیار خوب است .

صندل

چوبهای ستبری است که از مرز مملکت چین می آورند و سه نوع است : زرد ، سرخ ، زرد مایل به سپیدی که بعضی آن را مقاصیری می گویند .

بوی مقاصیری از بوی بقیه خوش تر است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :صندل و به ویژه صندل سرخ رنگ مانع تراوش رطوبت بدن

است .ورم :صندل و به ویژه سرخ رنگش ورم گرم را تحلیل می برد .بر باد سرخ بمالند مفید است .

سر :در علاج سر درد بد نیست .

سینه :خوردنی و مالیدنی تپش ناشی از تب ها را علاج است .

اندام های غذا :خوردن و مالیدنش ناتوانی معده گرم را برطرف می کند .

تب ها :صندل و به ویژه سفید رنگ مقاصیری در علاج تبهای گرم سودمند است .

صدف

گوشت صدف بیابانی (حلزون)را خرد کنند و بسایند و بر تن بمالند بسیار خشکاننده است . سوخته صدف فرفیری بادشکن ، زداینده و هم قوت عرق نعنا و بونه است .همه انواع صدف های ریزه استخوان و خار را جذب می کنند به شرطی که درسته و بی هیچ تغییر حالتی استعمال شوند .

آرایش :همه پوشش های صدفی و پوسته صدف ها وقتی که می سوزند زداینده لک و پیس اند .صدف خام و ناسوخته پیکانهای استخوانی را جذب

می کند. اگر صدف فرفیری (ارغوانی)را در روغن زیتون بپزند و بر جای مو بمالند از ریزش مو جلوگیری می کند .

ورم و جوش :ماده لزجی که بر حلزون است و آن را زنگ حلزون گویند اگر با کندرو الوا و مر مخلوط کنند تا بر پرمایگی عسل در آید ، ورم بناگوش را خشک می کند و اگر رطوبتی در ژرفا داشته باشد بر می چیند .

زخم و قرحه :سوخته فرفیری زخم را می زداید ،پاک می کند و بهبودی می بخشد . صدف سوخته با نمک داروی سوختگی است و بر سوخته می پاشند تا آن را خشک کند .سوخته هر صدفی برای معالجه مفید است .

در علاج زخم و به ویژه زخمی که بر عصب باشد صدف همراه گوشتش و کندر و مر بر او بگذارند و اگر با گرد آسیاب هم باشد داروی خوبی است و زخم را شفا می دهد .

مفاصل :صدف را ضماد کنند علاج درد مفاصل و نقرس است و ورم مفاصل را فرو می نشاند .

سر :سوخته صدف فرفیری و به ویژه اگر با نمک سوخته شود دندان را جلا می دهد .صدف را بسایند و با سرکه آمیزند خون دماغ را قطع می نماید .

چشم :صدف را با گوشتش بسوزانند و سوخته را بشویند و در چشم بکشند آماس پلک را فرو می نشاند ، سفیدی و تم را از چشک می زداید .

اگر گوشت صدفی را که به (طیلس)کهنه مشهور است بسوزانند و سوخته آن را با قطران بسایند و بر پلک بمالند مانع رویش مو می شود .

ماده لزجی که بر حلزون بیابانی است موی برگشته پلک را می چسباند .

اندام های غذا :گوشت هر صدفی که برشته و نپخته نباشد درد معده را تسکین می دهد .صدف فرفیری را با سرکه بخورند علاج طحال است . ضماد صدف را بر استسقاء بگذارند تا پایین نیاورد جدا نمی شود ، و باید بگذارند تا خودش بیفتد .و به ویژه در علاج استسقاء صدف بیابانی که بسیار خشکاننده است از سایر صدف ها مؤثرتر است .

اندام های راننده :گوشت صدف فرفیری ملین نیست .

گوشت صدفی که مردم شام آن را (طالبیس)می گویند ، تاتر است و به ویژه آبگوشتش ملین است و همچنین آبگوشت صدفهای

کوچک ملین است .

دود بر کشیدن از سوخته صدف فرفیری علاج خفگی زهدان است و بچه دان را بیرون می آورد .

دود گوش ماهیهای ساحلی از قبیل بابلی ، قلزمی ، در علاج خفگی زهدان مفید است و صرع زدگان را به هوش می آورد .

صدف را بردارند حیض را ریزش می دهد .

زهرها :گوشت صدف پادزهر سگ هار است

صنوبر هندی

از تیره سرو کوهی است و آن را صنوبر هندی می گویند .

چوب هایش به چوب زرنباد شبیه است کمی تندمزه و شیره اش گرم و تند مزه و تشنگی آور است .

مزاج :خشک و گرم است .

خاصیت :تند مزگی شیر آن چنان است که می سوزاند و قابض است .

مفاصل :در مداوای سستی اعصاب و فلج و دهان کجی بهترین علاج است .

سر :در علاج بیماری های سرد مغز و سکته و صرع سودمند است .

اندام های غذا :شیرش تشنگی آور است .

اندام های دفعی :سنگ کلیه و مثانه را خرد می کند . شکم را بند می آورد . سستی مقعد را بر طرف می کند به شرطی که در آب پزش بنشینند .

طالیسفر (نبق هندی)

پوسته ای است ره آورد هندوستان قبض و تند و کمی خوشبو

کمی لطافت دارد و گوهر خاکی در آن زیاد است .

مزاج :گرم و خشک

اندام های دفعی :در ذرب (فساد معده) و زخم های روده و خونریزی زهدان و خونریزی مقعد و علاج بواسیر مفید است .

طریقولیون

دیسقوریدوس گوید :گیاهی است که در کرانه های دریا روید و مد دریا به آن می رسد .رویشش در آب نیست و از گیاهان آبزی به شمار نمی آید .

گویند گل این گیاه در روز سه مرتبه تغییر رنگ می دهد .

گیاهان سفید ، درنیمروز بنفش و نزدیک غروب به رنگ سرخ خونی درمی آید.

مزاج :گرایش به گرمی دارد .

اندام های دفعی :اگر آن را با نوشآب های بنوشند مواد آبکی شکم و بول را ریزش می دهد .

زهرها :قبل از سایر پادزهرها آنرا برای دفع گزند سم استعمال می کنند .

طرفحوماس

دیسقوریدوس گوید :بعضی این گیاه را ادبار گویند .

این گیاه در جاهایی پیدا می شود که رستنگاه پرسیاوشان است و تمام کارهای پرسیاوشان را انجام می دهد .

طراغیون

از گیاهان جزیره کرت است .

خاصیت :دیسقوریدوس گوید :اگر تیری در گوشت تن بزکوهی قرار بگیرد و بز به میان این گیاه بخزد تیر بیرون می آید .

اگر این گیاه را ضماد کنند پیکان و خارها و خلیده ها را از گوشت بیرون می کشد .

انـدام های دفعی :خوردن آن چکمیزك را قطع می کنـد .سـنگ مثانه را خرد می نمایـد .حیض را راه می انـدازد و زخم روده ها را معالجه می کند .

طلق (تلک)

بعضی گفته اند که خوردن آن خطرناك است زیرا به گوشه و کنار و پیچ و خم های معده می چسبد .

چنگ انـدر گلو و مری می زنـد .دوشـیدن تلك از این قرار است :تلك را با چند قطعه یخ و چند دانه شن در پارچه ای می ریزند و بهم می زنند تا حل شود .

مزاج :سرد و خشک .

خاصیت :قبض است .بازدارنده نزیف خون است .

سینه :آماس های تازه برخواسته پستان ، میان دو ران ، پشت گوش و هر جایی را که سست گوش باشد درمان می کند .

اندام های تنفسی :با آب بارهنگ باشد خون برآوردن را قطع می کند .

اندام های دفعی :خوردن شستشو داده اش خونریزی مقعد و زهدان را قطع می کند مالیدن محلولش نیز همین اثر را دارد .

طوقریوس

دیسـقوریدوس گوید :گیاهی است که شاخه های بسیار و شبیه به چوبدستی دارد .خوردن آب پزش آماس طحال را به کلی می برد . اگر آن را با سرکه و انجیر ضماد نمایند باز هم برای طحال دارویی مفید است .

طیقاقوواون

دیسقوریدوس گوید :برگ این گیاه به برگ تاجریزی می ماند .شاخه های بسیار دارد .گلش سیاه و کوچك و بسیار است . زهدان را می پالاید و مواد سیلانی را بر می چیند .

اگر آن را همراه چیزی کنند و بخورند می گویند شیر پستان را زیاد می کند .

طین شاموس

خاصـیت :در بنـد آوردن و سایر کنش ها همانند گل مهر زده است و تفاوت در این است که شاموس از مهر زده هوایی تر و سـبک تر است .

مزاج :کشدار ، لزج و چسبنده است .نیاز به شستشو ندارد .

سردی بخش و بسیار آرام کننده است .

ورم و جوش :ورم گرم نوخواسته را باز می دارد ، در این زمینه از سایر گلها کاری تر است .شاموس نفع رسان ، بی آزار است و چون گل مهر زده نیست که زبری آزاد دهنده همراه داشته باشد .

زخم و قرحه :در علاج سوختگی ها کمتر از مهر زده است . زیرا کش داریش بسیار است و از فایده اش می کاهد .

مفاصل :در علاج نقرس نوظهور مفید است .

چشم :تاول های قرنیه را معالجه می نماید .

سر و سینه :در علاج ورم پستان و دمل پشت گوش مفید است .

اندام های دفعی :بهم خوردن عادت ماهانه را عادی می سازد و خونریزی زهدان را باز می دارد .

عالیون

بعضی این گیاه را غالیون و گروهی (عالاریون)می گویند و همه به معنی شیربند است .زیرا همچون پنیر مایه شیر را می بنداند .

برگ و شاخه این گیاه شبیه برگ و شاخه (حرینان)است .

خاصیت :گلش ضماد شود در خونریزی مفید است .

زخم :گل و برگش داروی سوختگی است .

مفاصل :آن را با موم و روغن گل مخلوط کنند و نمک بزنند تا سفید شود داروی خستگی و علاج درد ناشی از خستگی است .

اندام های راننده :بیخش شهوت انگیز است .

عالوسیس

بعضی گویند این گیاه را در طبرستان (بربهم)می گویند .

گیاهی است که تماماً به گزنه می ماند .لیکن برگش از برگ گزنه صاف تر است و اگر در دست فشار دهی بویی بسیار بد می پراکند .

خاصیت :سفتی ها را نرم می کند .

زخم :در علاج زخم پلید و خوره مفید است .

ورم :ضماد کنند و نیم گرم روزی دو بار بر ورم بگذارند ورم های سرطانی و خنازیر و سایر ورم ها را علاج می کند .

سر :برگ و شاخه هایش ضماد شود در علاج ورم پشت گوش و لوزتین مفید است .

عدس

دو گیاه به نام عدس هستند .خوردنی که کاشتنی و بیابانی دارد و نوع بیابانی خوب نیست و دیگری عدس تلخه می باشد .

بهترین عدس خوردنی آن است که زود بپزد و اگر در آب می ریزند آب را سیاه رنگ نکند .

مزاج :گرم و خشکی معتدل دارد .

خاصیت :ترکیبی از قوای گیرنده و زداینده و بادزاست کسی که عدس می خورد خواب های پریشان می بیند .خون را پرمایه می گرداند و در رگ ها روان نیست .بول و حیض را کاهش می دهد .

ورم :عدس را با سرکه بپزند و ضماد کنند علاج خنازیر و آماس های سفت است .عدس با اینکه بازدارنده است اما ریم و چرک را

جمع می کند . زیاد خوردن آن باعث سرطان و ورم های سفت می شود .
زخم و قرحه :عدس را با سرکه بپزند زخم گود را از گوشت پر می کند و زخم پلید را بر می کند .
اگر دمل (زخم)بسیار بزرگ باشد عدس در سرکه پخته را با قبض تر از عدس قبیل پوست انار و غیره بر زخم بگذارند و اگر با آب دریا مخلوط کنند علاج خوره و باد سرخ و مورچگی و ترک های ناشی از سرما می باشد .
مفاصل :برای اعصاب خوب نیست . عدس و قاوت را ضماد کنند و بر نقرس بگذارند مفید است .
زیاد خوردن عدس جذام می آورد .
چشم :چون بسیار خشکی دارد کسی که زیاد عدس بخورد به تیرگی چشم گرفتار می آید .
از عدس ، شاه افسر ، روغن گل و به ضماد سازند و بر چشم گذارند آماس گرم چشم فرو می نشیند .
سینه :عدس را در آب دریا بپزند و ضماد کنند آماس پستان که ناشی از جمع شدن خون یا شیر باشد از بین می رود .
اندام های غذا :دیر هضم است و با معده سازگار نیست . بادآور و سنگین است . می گویند سی دانه عدس پوست کنده را بخورند سستی معده را از بین می برد .نباید با عدس شیرینی بخورند و گر نه راه بندان در کبد روی می دهد .
اندام های راننده :عدس و شاه افشره و به روغن گل را ضماد کنند و بر ورم مقعد بگذارند فرو می نشیند .عدس بیابانی که عدس تلخ است خون را بیرون می آورد .
عدس که خون را غلیظ می گرداند سبب کاهش بول و حیض می گردد . اما عدس تلخه بر عکس بول و حیض را سرازیر می آورد و ریزش می دهد .

عرقون

به عقیده دیسقوریدوس گیاهی است که برگ دراز و دو نیمه دارد و به برگ آلاله شبیه است بیخش لوله ای شکل و سفت و خوردنی است .
ورم زهدان را علاج است .

عسل

عسل بسیار خوب آن است که کاملاً شیرین مزه ، خوشبو و رنگش به سرخی بزند و پر مایه باشد و بهم متصل .می گویند عسل تابستانی خوب نیست .
مزاج :گرم و خشک
خاصیت :زداینده است ، دهانه رگها را باز می کند ، رطوبت را از بین می برد و مانع تباهی و گندیدگی می گردد .
آرایش :به تن بمالند شپش و رشک را از بین می برد با کوشنه مخلوط باشد و بر پوست بمالند لکه های سیاه چهره را حتی اگر کهنه هم باشد از بین
می برد .عسل و نمک با هم لکه های بادمجانی رنگ ناشی ازضربه خوردن را می زداید.زخم :زخم های ژرفا را پاک می کند ، عسل را آنقدر بر آتش بگذارند تا غلیظ شود ، زخم های تازه را بهم می آورد . عسل و شبت را بر پوست بمالند (قوبا)را شفا می دهد .
سر :نمک اندرانی را با عسل مخلوط کنند و نیمه گرم در گوش بچکانند چرک را از گوش می زداید ،زخم های داخل گوش را می خشکاند و حس شنوایی را نیرو می دهد . عسل تند مزه و سمی را بو کنند عقل از سر می پرد و تا چه رسد به خوردنش .

چشم :عسل ، تم چشم را از بین می برد .

نفس و سینه :غرغره کردن با عسل و عسل به دهان مالیدن علاج خناق و لوزتین است .

اندام های غذا :عسلاب اشتها را بر می انگیزد و توان بخش معده است .

اندام های راننده :عسل نیشکر ملین است ولی عسل (طبر)ملین نیست .

زهرها : عسل را با روغن آمیزند و بر آتش بگذارند تا گرم شود و به گرمی بخورند پادزهر افیون خوردگی و نیش حشرات موذی است .لیسیدن عسل پادزهر سگ هار و قارچ سمی است .کسی که سم خورده عسل بخورد قی می کند و اثر سم خنثی می شود .

بو کردن عسل تند مزه و عطسه آور است یکباره عقل را از سر بدر می کند و عرق سرد بر بدن می نشیند و علاجش آن است که ماهی شور بخورد و بعد قی کند .

عناب

میوه درختی است که میوه و درخت آن را همه می شناسد و اکثراً در گرگان دیده می شود . در جاهای دیگر هم هست ولی عناب گرگان از همه درشت تر است .

تا درشت تر و زیباتر و سرخ رنگ تر باشد بهتر است .

مزاج :سرد، خشکی و رطوبتش تقریباً معتدل و کمی به سوی رطوبت است .

خاصیت :کم غذا و دیر هضم است .

سینه :با سینه و شش سازگار است .

اندام های غذایی :به زیان معده است و به دشواری هضم می شود .

اندام های راننده :به عقیده بعضی برای گرده و آبدان خوب است .

عنبر

پندارند که عنبر از چشمه ای در میان دریا می جوشد بعضی می گویند کف دریا است و گروهی برآنند که سرگین حیوانی است که در سرزمینهای دور از ما زندگی می کند .

نوع خوبش عنبر خاکستری رنگ است که بسیار قوی می باشد .

در درجه ی دوم عنبر کبود و درجه سوم عنبر زرد خوب است و بدترینش عنبر سیاهی است که اکثراً آن را بلعیده و بعد از آنکه مرده است از شکمش بیرون آورده اند و آن را «منده »می گویند .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گرمای لطیف می بخشد و از این رو با مزاج پیران سازگار است.

آرایش :از منده که عنبر سیاه است نوعی است که دست را سیاه می کند و ممکن است آن را در رنگ بازدادن رنگ پریده ها (موهایی رنگ شده که رنگ باخته اند)به کار برد .

سر :برای مغز و حواس مفید است .

سینه :برای قلب بسیار خوب است .

عود

تکه هایی از چوب و رگ های درختی است که از چین و هندوستان و عربستان می آورند .در سختی و صافی به دسته هاون سنگی می ماند که داروها را با آن می کوبند .

بهترین عود مندلی نامیده می شود که از هندوستان می آورند . نوع دوم عود هندی است که از کوهساران می آید .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :لطیف ، بازکننده بند آمده ها و بادشکن است زیرا رطوبتی بسیار دارد .

آرایش :جویدنش دهان را بسیار خوشبو می نماید .

مفاصل :لزجی لطیف دارد اگر بر اعصاب بمالند اعصاب را تقویت می کند.

سر:عود برای مغز و تقویت حواس بسیار مفید است .

سینه :برای قلب شادی آور و توان بخش است .

اندام های غذا :رطوبت های گندیده معده را بر می چیند و معده و کبد را توانا می کند .

اندام های راننده :قبض است .

عودالنجور

چوبی است که پوسته رنگارنگ و بوی معطر دارد و در عطرها آن را به کار می برند .

مزه اش گیرنده و کمی تلخی دارد .

اندام های سر :دهان را خوشبو می کند .

اندام های تنفسی :در مداوای پهلو درد سودمند است .

اندام های غذا :درد کبد را درمان می کند . یک مثقال از آن لزجی معده و ناتوانی آن را بر طرف می کند .

اندام های دفعی :خوردنش با آب علاج زخم روده و درد و پیچش گرم شکم است .

غار

ثمر غار به شکل فندق کوچک است .

مزاج :دانه اش گرم و پوست ثمرش کمتر گرم است .

خاصیت :در همه اجزایش گرمی هست .برگ از دانه گرم تر و گرمی زاتر و خشکاننده تر است .

دانه اش سستی آورد .

آرایش:با انگور کهنه بر لک و پیس بمالند مفید است .

ورم و جوش :با نان و قاوت بخیسانند و بر ورم گرم بگذارند سودمند است .

مفاصل :همه اجزایش در علاج درد عصب مفید است .روغنش خستگی را در می آورد .

سر :غار و روغنش علاج سردرد است .روغن غار درد سرد گوش را دوا می کند ، شنوایی را باز می گرداند .صداهای گوش را می خواباند . نزله ها را قطع می کند .

سینه :با آب انگور کهنه سیاه یا با عسل بخورند علاج تنگ نفسی و بلند نفسی است و شش را از زائده های رطوبتی حفظ می نماید .

غار و به ویژه دانه اش را با عسل بلیسند در علاج زخم شش و بلند نفسی مفید است .

اندام های غذا :روغن غار با آب انگور کهنه خورده شود ، یا پوست آن با آب انگور کهنه ریحانی باشد درد کبد را دوا می کند .
اما روغن و دانه غار معده را سستی می دهد و سبب استفراغ می شوند .
اندام های راننده :روغن غار دل بهم می آورد و قی انگیز است ، بو و حیض را ریزش می دهد .
آب پز غار را بخورند یا در آن بنشینند در علاج درد آبدان و زهدان مفید است.
مقداری از آن را با عسلاب یا سکنجبین می خورند داروی اسهال است .
خوردنش سنگ را خرد می کند . دانه غار هم در خرد کردن سنگ مؤثر است .
تب ها :روغنش را بر تن بمالند از لرزه جلوگیری می کند .
زهرها :با آب انگور کهنه بخورند پادزهر نیش کژدم است .
سبزش را بر جای نیش هر زنبوری بگذارند مفید است .غار عموماً برای هر حالتی از حالات مسموم شدن خوب است .

شاه افسر ـ ناخنگ

گیاهی است به رنگ کاه به شکل هلالی (ماه نو) با وجود تخلخلی که دارد تا اندازه ای سخت است .گاهی به رنگ سپید و گاهی زرد رنگ است .
دیسقوریدوس گوید : بعضی ها این گیاه را «ایسقیفون » می نامند .
گیاهی است خشک دارای شاخه های زیاد و چهار گوش که به سپیدی می زنند و خم می شوند .برگ این گیاه شبیه برگ درخت به است لیکن اندکی درازتر از آن است .کمی زبر است و کرکدار و رنگش به سپیدی متمایل است و در جاهای زبر و خشن می روید .بهترین نوع مورد استفاده اش گونه ای است که سخت تر است رنگش کمی به سپیدی می گراید مزه اش تلخ تر و بویش تند و آشکار است .
دیسقوریدوس گوید :بهترین نوع آن به رنگ زعفران است که دارای بوی قوی تر می باشد .
قابض و تحلیل برنده است .
مزاج :گرم و خشک است .
دمل و جوش :این گیاه خود به خود در علاج دمل های گرم و سخت مفید است .
زخم و قرحه تر :گیاه را در آب حل می کنند و زخم را بدان می شویند یا اینکه گیاه را با داروهای خشک کننده از قبیل مازو ، گل خشک و عدس مخلوط می کنند .
اندام های سر :ضماد این گیاه ورم گوش ها را فرو می نشاند و درد گوش را از بین می برد .اگر افشره آن را در گوش بچکانند درد گوش را بهتر از ضمادش چاره می کند .
اگر آن را در آب حل کنند سردرد را از بین می برد .
چشم :ضمادش با داروهای ذکر شده چاره ساز ورم چشم است .
اندام های دفعی :ضماد آن با داروهای نامبرده ورم مقعد و بیضه ها را فرو می نشاند .اگر ساقه های آن را با برگ هایش بجوشانند و آن را بنوشند ادرارآور است ، حیض را روان می سازد .
اگر با آب جوشانده آن خود را شستشو دهند خارش بیضه ها را فرو
می نشاند.

شاه تره ـ تخم ترتیزک بیابانی

دیسقوریدوس گوید :بهترین ترتیزک در سرزمین بابل می روید که قوتش هم ردیف قوت خردل و تخم ترب است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گرمی بخش ، تحلیل بر ،رساننده و نرمش دهنده است و ریم و چرک گری را خشک می نماید .

آرایش :خوردن یا مالیدن آن مو را از ریزش باز می دارد .

دمل و جوش :داروی ورم بلغمی است .با آب و نمک ضماد شود دمل ها را شفا می بخشد .

زخم و قرحه :در علاج گری چرکین و قوباء(نوعی بیماری ویروسی) مفید است . با عسل همراه باشد جوش عسلی را از بین می برد و پلیدی آتش فارسی را بر می اندازد .

مفاصل :خوردنش و ضمادش که همراه سرکه و قاوت جو باشد داروی بیماری اعصاب است .

اگر بیماری بیماری اعصاب همراه با اسهالی باشد که خون در مدفوع دیده شود این دارو را حقنه(وارد کردن مانند شیاف ،آمپول و ...) کنند مفید است .در علاج سست بودن همه پی ها بسیار سودمند است .

سینه : شش را تنقیه می کند ، داروی برنشیت است . تخم ترتیزک نیز از داروهای برنشیت است .

از آنجا که دارای قوت قطع کننده و نرمش دهنده است آن را با سوپ مخلوط کنند برای برنشیت بسیار خوب است .

اندام های غذا :معده و کبد را گرمی می دهد .ستبری طحال را از بین می برد و به ویژه اگر با عسل ضماد شود .

اندام های دفعی :شهوت انگیز و کرم کش است .حیض را روان می سازد .در روغن جوشیده اش بندآور شکم است و به ویژه اگر نکوبیده باشد ، چون سائیدن لزجی آن را از بین می برد .در علاج قولنج مفید است .

اگر کوبیده آن را با آب گرم بنوشند مسهل و بادشکن روده ها است .

زهرها :خوردن آن یا ضمادش با عسل پادزهر حشرات است و اگر بسوزانند حشرات از دودش گریزانند .

شاه تره

سبز و شاداب و تلخ مزه اش خوب است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :به علت مزه گیرنده که دارد سرد است و از تلخ مزگی اش گرم است و سردی آن از گرمی بیشتر است .

زخم :خوردنش داروی خارش و گری است .

سر :لثه را محکم می کند .

اندام های غذا :معده را توان می بخشد و بند آمده های کبد را می گشاید .

شابانک

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :تحلیل برنده و بسیار لطافت بخش است . اگر زیر بالش کودک بگذارند در علاج جریان آب دهن در وقت خواب مفید است .

مفاصل :بر تن بمالند ، یا به بینی کشند ، یا با آب انگور کهنه خورند علاج فلج است .

سر :آبش را به بینی کشند مغز را می پالاید و در علاج کج دهنی مفید
است .با آب انگور کهنه خورند در صرع سودمند است .
اندام های غذا :رطوبت های معده را بر می چیند .
اندام های راننده :بادهای زهدان را از بین می برد .

شاه زیره

مزاج :گرم و خشک
خاصیت :بادشکن است و می خشکاند ولی به لطافت زیره نیست .
اندام های غذا :خوردنش استفراغ را بند می آورد . معده را گرم و به هضم طعام کمک می نماید .
چشم :از داروهای چشم است ولی اگر زیاد بخورند کم سویی ببار می آورد .
سینه :آرامش بخش سکسکه و خفقان است .
اندام های دفعی :آب پز و تخمش خورده شوند ادرار بول می دهند .
پیچ و درد روده را تسکین می دهند .
زنان در آب پزش بنشینند درد زهدان بر طرف می شود .
تخمش را بسوزانند و ضماد کنند بواسیر را بر می کند .
دانه و تخم آن را بخورند داروی کرم است .

شاه پسند

دانه این گیاه تقریباً به دانه آس می ماند .
مزاج :گرم و تر است .
زخم و قرحه :زخم را بهم می آورد .زخم پلید را از سرایت باز می دارد به شرطی که با سرکه ضماد شود .
ورم و جوش :ورم بلغمی را نرم می کند .
آرایش :آب پزش مو را سیاه می کند .
اندام های راننده :آب پز شاخه اش بول و حیض را راه می اندازد .اگر خود را با آن بشویند خارش عورت را تسکین می دهد .

شرنگ ، هندوانه ابوجهل

شرنگ بر دو نوع است :نر و ماده
شرنگ نر الیافی و شرنگ ماده سست و سفید رنگ و نرم است .سفید بسیار سفید و نرم بسیار خوب است .سیاهش بد است و باید وقتی آن را می چینند پیهش را فوراً بیرون نیاورند .
مزاج :گرم و خشک .
خاصیت :گدازنده ، تکه کننده ، بسیار جاذب ، برگ سبز آن خون دماغ را بند می آورد .
آرایش: در مداوای جذام و واریس ، پاغر ، بر پوست بمالند مفید است .
دمل و جوش :برگ شادابش ورم ها را می رساند و تحلیل می برد .

مفاصل :در علاج درد پی و مفاصل و بیماری اعصاب و نقرس سرد بسیار مفید است .

سر :مغز را می پالاید بیخ شرنگ را با سرکه بپزند و مزمزه کنند درد دندان را فرو می نشاند .شرنگ را در روغن زیتون بجوشانند و آن را در گوش بچکانند صدای گوش را از بین می برد . کشیدن دندان را آسان می کند .

نفس کش و سینه :در علاج بلند نفسی بدان قی کنند بسیار خوب است .

اندام های غذا :بیخ شرنگ در علاج استسقا خوب است ولی با معده ناسازگار می باشد . در بیرون راندن بلغم پرمایه و غلیظ از مفاصل و پی ها ویژگی دارد .

زرداب را روان می سازد و برای علاج قولنج تر و بادی دارویی است بسیار سودمند و شاید خون را هم بیرون آورد .

از آنجا که در روده ماندگار نیست و بسیار زودگذر است تلخی اش تأثیر چشمگیری بر روده ندارد .در مداوای بیماری های گرده و آبدان مفید است .

زهرها :شرنگی که هنوز به رنگ سبز است و چیده شده زیاد از اندازه مسهل و زیاد لازم قی آور است.بیماررا آزارمی دهد وشاید کشنده باشد. یخ شرنگ پادزهر مار است .در خنثی کردن سم کژدم بهترین پادزهر است خوردن و پاشیدن آب پز آن بسیار مفید است .

شربین

درختی است که از آن قطران می گیرند .بهترش آن است که قطرانش پرمایه و صاف و نیرومند و بدبو باشد و هرگاه از درخت تراوید قطرانش بحال خود ماند و از هم نپاشد .

این درخت را در زبان فارسی اورس می گویند .ضد گندیدن و تن مرده را نگهدار است .

خاصیت :پوست اورس گیرندگی دارد .

سر :کسی که زیاد از بر میوه این درخت بخورد از گرمی بخشیدن زیاد و از گزیدن معده که خاصیت اوست دچار سردرد گرم می شود .برگش را در سرکه بپزند و بدان مزمزه کنند درد دندان تسکین می یابد .

سینه :ثمرش داروی سرفه است .

اندام های غذا :ثمرش معده را می گزد . با معده و کبد سازگار است .

اندام های راننده :ثمرش از چکمیزک مفیدتر است . با فلفل بخورند بول را ریزش دهد .پوستش خورده شود شکم بند می آید و شاید بول را هم

بند آورد .

زهرها :ثمرش با آب انگور کهنه پادزهر سمومیت از خرگوش دریایی

است .ثمرش را با پیه شتر مخلوط کنند و به تن بمالند حشرات از آن می گریزند .

شقورس

خاصیت :گرم است و افشره اش را در علاج دردها می خورند .

آرایش:سبزش را با آب انگور کهنه بر پوست بمالند علاج لک و پیس است .

زخم :زخم مزمن را بهم می چسباند و گردش را بر گوشت زائد بپاشند مفید است .

مفاصل : با سرکه بر نقرس بمالند مفید است .

سینه :با شیرینی ها بلیسند داروی سرفه است .

اندام های غذا :مقداری را با ادرومالی بخورند سوزش معده را تسکین می دهد .

اندام های راننده :اگر زنان بردارند در ریزش حیض ملایم است .

شلکا انجیر

دیسقوریدوس در کتاب خود گوید :درختی است تنومند ، به درخت انجیر می ماند و شیره بسیار دارد .برگش شبیه برگ توت و سالیانه سه الی چهار بار میوه می دهد . میوه اش از جوانه شاخه ها سر بر نمی زند ، چنان که در درخت انجیر دیده می شود ، بلکه میوه آن از ساقه شاخه ها و به انجیر بیابانی شبیه است .

مزه اش از انجیر نارسیده شیرین تر و دانه هایش به بزرگی دانه انجیر

نیستند .مزاج : گرم و تر است .

خاصیت :از شیره درخت آن قرص می سازند و حقنه(وارد کردن مانند شیاف ،آمپول و ...) می شود که ملین است و بسیار گدازنده .

اندام های غذا :با معده ناسازگار است .

زخم و قرحه :شیره آن چسبنده است و زخم های دشوار را درمان می کند. دمل و جوش :آماس های سخت را نرم می کند .

اندام های دفعی :مسهل است .

تب ها :شیره درخت آن در علاج تب لرز مفید است .

زهرها :شیره آن را بر جای نیش بمالند پادزهر حشرات است .

شلمک

گیاهی است که در میان گندم زار می روید .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت :لطیف ، زداینده ، تحلیل برنده .

آرایش :مخلوط آن را با گوگرد بر لک و پیس بمالند مفید است .

ورم و جوش :با تخم کتان بر ورم و خنازیر بگذارند نرم می کند .

زخم و قرحه :شلمکی را که با گندم روئیده اگر بر زخم بمالند یا بسایند و بر زخم بپاشند مفید است .مالیدنش داروی قوباء(نوعی بیماری ویروسی) است با پوست ترب بر زخم بگذارند مفید است .

مفاصل :در عسل آب بپزند و ضماد کنند علاج بیماری اعصاب است .

سر :مستی و بیهوشی می آورد .

اندام های راننده :شلمك و به ویژه با قاوت جو را بسوزانند و دودش را برکشند به باردار شدن زن کمک می نماید .

شلغم

بیابانی و کاشتنی است .

مزاج :هر دو نوع گرم و تر هستند .

خاصیت :پخته آن غذایی بسیار متراکم می دهد و بهترش آن است که با گوشت چرب بپزند .

آرایش:اگر شلغمی را بسوزانند و موم و روغن گل در وسط آن بریزند و بر خاکستر گرم بگذارند تا موم بگذارد علاج کم مویی کهنه است .

زخم :همین کار در ترک های چرکین ناشی از سرما مفید است .

سینه :شلغم پخته با گوشت چرب ، سینه و گلو را نرم می کند .

اندام های غذا :زیاد در معده ماندگار است .

مفاصل :آب پزش را بر نقرس بپاشند بسیار سودمند است .

چشم :خوردنش برای چشم مفید است .

اندام های راننده :آبش بول را ادرار می دهد و شهوت انگیز است .

شنبلیله

مزاج :گرم و خشک و رطوبتی بیگانه دارد .

خاصیت :رساننده و نرمی بخش است .

آرایش: روغنش همراه آس برای مو مفید است .اثر زخم را از بین می برد .

ماده لعابی تخم شنبلیله و به ویژه اگر با روغن گل باشد ترک های ناشی از سرما را درمان می کند .

در داروهای لکه های سیاه رخساره و زیبا شدن رنگ و دگرگونی بوی دهان و بوی بد تن و عرق مفید است .

ورم و جوش :ورم های بلغمی و سخت را از بین می برد .

آرد شنبلیله ورم های گرم پدید و ناپدید را شفا می دهد ، به شرطی که التهاب نکرده و تا اندازه ای سخت باشند .ورم های اندرونی را نرم می نماید و می رساند .

زخم :با روغن گل داروی زخم می باشد .

سر :سرشویه کنند شوره را از بین می برد . سردرد می آورد و به ویژه اگر با آبکامه باشد اما آبکامه برای معده خوب است و اگر همراه شنبلیله باشد از گزندش به معده می کاهد .

چشم :آب پز شنبلیله نقطه سرخ چشم را بر طرف می کند . بر چشم بمالند مواد غلیظ را که سبب آماس چشم می شوند از بین می برد .

سینه :صدا را صاف می کند ، کمی غذا به شش می دهد . سینه و گلو را نرم می کند . سرفه و برنشیت را تسکین می دهد و به ویژه اگر با عسل یا انجیر یا خرما بپزند .در علاج آماس و درد و بهم آمدن زهدان در آب پزش بنشینند مفید است .

آب پزش با سرکه که داروی زخم روده است . شنبلیله سبز را بخورند و سرکه بر آن سر بکشند داروی زخم معده است .آب پزش همراه آب علاج اسهال است .

روغنش آماس مقعد را فرو می نشاند .حقنه(وارد کردن مانند شیاف ،آمپول و ...) اش پیچش و درد شکم را بر طرف می کند .آب پز آن با عسل رطوبت های پرمایه را از معده سرازیر می کند .

بول و حیض را روان می سازد .زنانی که زهدان سخت دارند و به دشواری بچه می آورند و زهدان خشک دارند فرزجه شنبلیله و پیه اردک بسازند و همین را کسانی که بواسیر دارند انجام دهند مفید است .

شنگرف

بعضی ها گویند شنگرف هم قوت سفیداب است و برخی معتقدند که در قوت یا شاه دانه برابر است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :گیرندگی بیش از کشندگی دارد .

زخم و قرحه :زخمها را بهم می آورد . گوشت را در زخم ها بر می آورد .

داروی سوختگی و جرب خشک است .

سر :خوره دندان ها را بر طرف می کند .

شنگ

مزاج :کمی حرارت و سردی دارد و می توان گفت ولرم است .

خاصیت :تا اندازه ای گیرنده و بیخش بیشتر گیرندگی دارد .بیخ شنگ را در پادزهرها بریزند اندام ها را محکم می کند .

زخم و قرحه :برگ خشکیده اش زخم را بهم می آورد و در علاج زخم های کهنه مفید است و در این زمینه گلش کاری تر است .

سر :برگ ، بیخ و گلش ، هر کدام را با افشره جو بخورند علاج زخم شش و داروی خون برآوردن است .

اندام های غذا :شنگ و به ویژه آبش معده را توان می بخشد و ریزش مواد را از معده باز می دارد .

اندام های دفعی :شـنگ و به ویژه گل شنگ یا افشره اش را با آب انگور کهنه بخورند بهترین علاج زخم روده است . ضماد شنگ و خوردنش خونریزی زهدان را قطع می کند .

شوکران (بیخ تفتی)

دیسقوریدوس گوید :گیاهی است که مردم گرگان آن را (بوط)می خوانند .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :خونریزی را بند می آورد .

آرایش :به علت سردی زیاد که دارد اگر بر جای موی چیده بمالند مانع بازروئیدن مو می شود .بر پستان بمالند بزرگ نمی شود .

ورم :افشره اش داروی جمره و مورچگی است .

مفاصل :بر نقرس گرم بمالند مفید است .

سر :گویند افشره اش رطوبت های گوش را از بین می برد .

چشم :داروی چشم درد است .

سینه :بر پستان بگذارند بزرگ نمی شود و بی اراده شیر از آن نمی تراود .

اندام های راننده :خونریزی را بند می آورد . داروی درد زهدان است .

بر بیضه بگذارند بزرگ نمی شود .

زهرها :سم قاتل است .

شیر

گوهر شیر ترکیبی است از آبی و پنیری و چربی .در شیر گاو چربی زیاد است .شیر شتر بسیار رقیق و چربی و پنیری اش از شیر گاو کمتر است .

شیر بسیار خوب آن است که رنگش بسیار سفید ، قوامش معتدل و قطره اش بر ناخن نلغزد و باقی بماند .

مزاج :مواد آبکی شیر کم و چربی آن معتدل است و کمی گرایش به گرمی دارد .شیر ترش (ماست)سرد و خشک است .

خاصیت :به سبب گوهر آبی که دارد لطافت بخش و شوینده است و گزندگی ندارد .

اندام های غذا :هر شیری و به ویژه شیر پستان زن تغذیه زیاد به مغز می دهد .

شیر زود هضم است و باید چنین باشد .

شیر وقتی غذایی شده است که سایر غذاهایی که هضم ها دیده و به بارها پالایش رسیده اند هم حال شده است .

کسی که شیر می نوشد باید بعداً آرام بگیرد که مبادا شیر تباه گردد و بترشد . اما نباید بعد از شیر نوشیدن فوراً خوابید و نباید غذای دیگری خورد .

شیر ناجوشیده بادزا است و چون بجوشد معتدل می شود . نوشیدن شیر برای زیبایی رنگ بسیار مفید است اما گاهی لکه های سفید در رخساره به وجود می آورد .شیر را با شکر بخورند رنگ را بسیار زیبا می کند و به ویژه زنان از آن بهره می برند .

شیر فربه کننده است و حتی آب پنیر هم فربهی می دهد چنان که اگر آنهایی که مزاج گرم و خشک دارند آب پنیر بنوشند و اسهال شوند دلیل چاق شدن

آنهاست .

آب پنیر را بر رخساره مالند لکه ها و اثرها را از بین می برد و اگر بخورند هم همین اثر را دارد .

ورم و جوش :اکثراً از اثر شیر نوشیدن دمل های بد و آماس های تباه و بادکردگی و سرخ شدن پوست و گری و خارش از بین می رود . کسانی که ورم های درونی دارند بهتر آن است که از خوردن شیر پرهیز کنند .

زخم و قرحه :شیر زخم های ناپیدا را می شوید و پاک می کند و می پوشاند.

مفاصل :شیر عموماً با اعصاب ناجور است و برای بیماران عصب و به ویژه آن بیماری که سرد و بلغمی باشد خوب نیست .

سر :شیر بز آب بینی زکامی را بند می آورد.تندی آن را ملایم می کند. داروی زخم گلو است .شیر فراموشی خشک و غم و وسوسه را از بین می برد .

شیر برای دندان خوب نیست ، دندانها را می کاود ، می خورد ، خرد می کند و به ویژه اگر دندان انسان سرد مزاج باشد . لثه را سست می کند . بهتر آن است که بعد از شیر نوشیدن با عسل و آب انگور کهنه و سکنجبین مزمزه

کنند.

شیر برای بیماریهای سردرد و سرگیجه و کسانی که احساس صداهای غریب (طنین)می کنند خوب نیست .نباید بعد از شیر خوردن خوابید . شیر عموماً برای کسانی که ضعف سر دارند بد است .

چشم :شیر سبب تم و پرده چشم می شود .اما در چشم بدوشند برای مداوای رمد و دفع گزند مواد گرم و ناسازگار که به چشم درآیند مفید است و زبری را از بین می برد .

برای از بین بردن نقطه خونی (طرفه)مفید است و همچنین اگر شیر با سفیده تخم مرغ و روغن خام گل مخلوط کنند و بر چشم دردمند گذارند بسیار سودمند است .

اندام های تنفسی :شیر تازه دوشیده بز برای سرفه و سل و خون برآوردن خوب است .

شیر گوسفند بهتر از آنها است .در دهان گردانیدن و غرغره کردن شیر داروی خفگی ها و ذبحه صدریه و آماس زبان کوچک و

لوزتین است .

برای بیمارانی که خفقان تر خونی یا بلغمی دارند خوب نیست . شیر شتر علاج برنشیت و ضعف اندام ها است .

اندام های غذا :شیر سبب بندآمدنی ها در مثانه و کبد می شود .آب پنیر در علاج یرقان مفید است .

آب پنیر زرداب سوخته را ریزش می دهد .آب پنیر مخلوط با افتیمون سودای سوخته را بیرون می راند .شیر سنگ به وجود می آورد .

شیر را آنقدر بجوشانند تا ماده آب از آن خارج شود ، شکم را بند می آورد و بهم خوردن عادت ماهانه را سر و سامان می بخشد .

شیر شتر حیض را راه می اندازد .

دوغ گاوی برای بیرون دادن مراره خوب است .

با شیر دوشیده حقنه(وارد کردن مانند شیاف ،آمپول و ...) کنند زخم های زهدان را علاج می نماید .شیر بز برای زخم آبدان مفید است .

شیر زیان جماع را جبران می کند و شهوت انگیز است .هر شیر و حتی شیر ترش (ماست)که تر و بادزا است آرزوی جماع را زیاد می کند .

شیر بادکن روده است .هر شیری که پرمایه باشد و به ویژه آغوز که بسیار پرمایه است قولنج را بر می انگیزاند و سنگ پدید می آورد .شیر در علاج پوسته انداختن مفید است .شیر ترش و پخته اسهال زردابی و خونریزی را بند می آورد .شیر شتر داروی بواسیر است .آماس های اطراف مقعد ، زخم های مقعد ، ورم های زهار ،زخم های زهار را اگر با شیر بیندایند درد را تسکین می دهد .

تب ها :شیر تازه دوشیده از بز برای بیماری دق مفید است . شیر ترش اگر به خوبی چربیش را بگیرند ولی چربی بماند اکثراً تب دق را قطع می کند . اما باید در حالتی باشد که با اشتها آن را بخورند .انواع شیر پرمایه (غلیظ)اکثراً تب می شوند و تب داران باید از آن پرهیز کنند .

زهرها :کسی که سم خورده و مسموم شده است شیر بنوشد مفید است .

شیره انگدان (حلتیت)

بیخ و ساقه انگدان را نشتر می زنند و شیره آن را می گیرند . حلتیت خشک شده آن شیره است .بهترینش آن است که رنگش مایل به سرخی و صاف و روشن است و آن را «مر »می گویند . بوی تندی دارد و بویش به بوی گندنا شبیه نیست و رنگش سبز نمی باشد و چشیدنش بدمزه نیست و به آسانی می گدازد و هر گاه آب شود رنگش سفید است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :بادشکن .از گدازندگی که دارد باد را از بین می برد و با این همه خود بادزا است .قطع کننده است و خون لخته شده درونی را تحلیل می برد .

آرایش :با سرکه و فلفل محلول شود داروی کم مویی است اگر با غذا مخلوط کنند رنگ را زیبا می کند و زگیل های میخی را بر می کند .

دمل و جوش : اگر ورم پلید و کشنده را با نیشتر باز کنند و حلتیت در آن بمالند سودمند است .در علاج دمل های محسوس و غیر محسوس خوب است .

زخم و قرحه :داروی قوباء(نوعی بیماری ویروسی) است .

مفاصل :حلتیت را با آب انار بنوشند داروی گسستگی در ماهیچه است .

گوینـد اگر مقـداری از آن را با موم مخلوط کننـد و قورت دهنـد یا با فلفل و فیجن و آب انگور کهنه بخورند درد پی ها را از قبیل کشیدگی و فلج معالجه می نماید .

سر :تنها حلتیت با حلتیت مخلوط با کندر اگنه دندان کرم خورده می باشد یا بر دندان دردمند بگذارند درد تسکین می یابد .

در معالجه صرع همان کنش فاوانیا را دارد . اگر با آن غرغره کنند کرم را از گلو بر می کند .

چشم :در سرآغاز آب آوردن با عسل به چشم بکشند خوب است .

سینه :در آب حل شود و بنوشند فوراً صدا را صاف می کند .

زبری دیرینه پـای گلو را شـفا می دهـد .اگر با تخم مرغ بخورنـد داروی سـرفه دیرپا و ورم حجاب حاجز است و در علاج ورم زبان کوچک تأثیر زاج بلوری دارد .

اندام های غذا :اگر با انجیر خشک بکار برند داروی یرقان است .

حلتیت با معده و کبد ناسازگار است و به آن دو زیان می رساند .

انـدام های دفعی :شـهوت انگیز است .داروی بواسـیر است .بول و حیض را روان می سازد .زخم روده را درمان می کنـد . در علاج اسهال سرد و کهنه سودمند است .

تب ها :در علاج تب سه در میانه بهترین دارو است .

زهرها :ضماد ، خوردن و پاشیدن محلولش با روغن زیتون پادزهر مارگزیده و نیش حشرات و به ویژه نیش کژدم و رتیل است .

شیره فیل زهره

دو نوع است .هندی و مکی .

هندی در سر و کار داشتن با مو از مکی بهتر و مکی در معالجه ورم ها از هندی مفیدتر است .

مزاج :گرمی و سردی معتدل دارد و خشک است .

خاصیت :در هندی آن گدازندگی هست و اندکی گیرندگی و در علاج هر نزیفی مفید است .

آرایش :مو را محکم می کند و رنگ مو را سرخ می گرداند و به ویژه هندی قوی تراز مکی است .

لکه های سیاه صورت را می زداید و همه نوع آن داروی کژدمه است .

ورم و جوش :داروی ورم های سست و مورچگی است .

زخم و قرحه :زخم پلید را درمان می کند .

مفاصل :مفاصل را استحکام می بخشد .

سر :در مـداوای چرک و ریم گوش ، زخم گوش ، زخم لثه و بیماری لثه بسـیار سودمنـد و اگر آن را به دهان بمالند جوش دهان و زبان را خوب

می کند .

چشم :دوای رمد است . قرنیه را جلا می دهد . تم چشم را از بین می برد .شفای گری چشم است .

سینه :خوردن هندی اش علاج خون برآوردن و سرفه است .

انـدام های غـذا :خوردن یا مالیدن نوع هندی آن بر بدن در علاج یرقان سـیاه و طحال سودمند است و درخت آن نیز در این زمینه و دراسهال معده مفید است.

اندام های دفعی:داروی ترک های مقعد است .بخورند یا بردارند در علاج اسهال مزمن اسهالی که از ناتوانی معده باشد ،مؤثر است

و خون حیض را راه می اندازد .
میوه تازه و ترش در بیرون راندن بلغم آبی و شفا دادن زخم های مقعد و بازداشتن خونریزی زنانه و علاج بواسیر سودمند است .
زهرها :میوه اش در مقابل سم های کشنده مقاومت می کند و هندی آن را بخورند گزند مارگزیده را خنثی می سازد .

شیشه

مزاج :گرم و خشک است .
سر دندان را جلا می دهد .اگر با روغن گل باشد مو را باز می رویاند و اگر سر را با آن بشویند جوش های سوزنی را علاج می کند .
چشم :دیده را جلا می دهد ، سفیدی را بر طرف می کند و سوخته اش مفیدتر است .اگر سائیده سوخته اش را با آب بخورند بهترین داروی سنگ گرده و مثانه است .

شیترک

شیترک هندی قطعه چوبهای کوچک و باریک و دارای پوستی است شبیه دارچین و اگر بشکنی رنگش میانه سرخ و سیاه است .
مزاج :با سرکه بر پوست بمالند علاج لک و پیس و برص است.
زخم و زخم:با سرکه برپوست انداختن گری را درمان می کند .
مفاصل :اگر خورده شود بهترین علاج درد مفاصل است .
اندام های غذا :بر طحال بمالند لاغرش می کند .
اندام های راننده :می گویند بیخش را به گوش آویزند درد مثانه تسکین می یابد .

ساده

مرکزاین گیاه هندوستان است .درمردآب های سرزمینهای سیاه گل می روید.
بهترین آن است که تازه و تر و رنگش مایل به سفیدی باشد ، زود خرد نشود بوی ناردین را بپراکند .
عفونتی و شورمزه و سست و پژمرده نباشد .
مزاج : سرد و خشک است .
خاصیت :گویند با لباس باشد لباسها را از بید حفظ می کند .
آرایش :زیر زبان بگذارند بوی دهان را خوش می کند و نمی گذارد دندان خراب شود .
ورم و جوش :برگ ساده را می سایند ، در گلاب می پزند و ضماد می سازند در علاج ورم گرم بسیار مفید است .
اندام های غذا :در علاج ورم گرم چشم مفید است .

سپوس (نخاله)

مزاج :گرم و خشک است .
خاصیت :زداینده ، نرم کننده و بسیار تنقیه کننده است ولی باز در تنقیه به گاودانه نمی رسد .بلغم را تحلیل می برد و بادها را می پراکند .

ورم و جوش :سپوس مخلوط با سرکه ورم های نوخاسته را فرو می نشاند .

ورم بلغمی و بادکردگی را علاج است .

زخم و قرحه :سپوس را با سرکه بسیار تند ضماد کنند و تا گرم است بر گری چرکین بگذارند بسیار مفید است .

سینه :سپوس و به ویژه اگر آب پزش را با شکر و روغن بادام بخورند سینه را نرم می کند .با آب انگور کهنه مخلوط شود و بر ورم پستان بگذارند مفید است .

اندام های دفعی :روده را تحریک می کند و محتویات را بیرون می ریزد . سوپ سپوس را بخورند شکم نرم می شود .

زهرها :ضماد سپوس پادزهر کژدم و مارگزیده است .

سدر (نبق =میوه سدر)

درختی است بزرگ و تناور و خاردار .میوه ای می دهد سرخرنگ ، خوشمزه و به اندازه ی فندق که آن را می خورند .این درخت اکثراً در گرمسیرها می روید و در آن سامانها نامهای گوناگون دارد .برخی از مردم این درخت را کنار می گویند .

مزاج : تر و خشکش می خشکاند ، لطافت می بخشد و تمام اجزاء درخت این کنش را دارد .دود درخت کنار بسیار گیرنده است .

خاصیت :نبق و به ویژه قاوتش بسیار قبض است .

آرایش :مو را از ریزش باز می دارد ، بلند و تقویت می نماید و نرم می کند . انگم سدر جوس سوزنی را از بین می برد ، سپوسه سر را می زداید و مو را سرخ می کند .

ورم و جوش :برگ کنار ورم را نرم می کند و تحلیل می برد .

سر :انگم سدر سرشویه شود سپوسه و شوره را می زداید ، سر را پاکیزه می کند و مو را پیچ می دهد .

سینه :برگش داروی برنشیت و بیماریهای شش است .

اندام های غذا :معده را توان می بخشد . بندآور شکم است .نبق و به ویژه قوتش خونریزی حیض را بند می آورد .

قرحه روده را علاج می کند و اسهال را که ناشی از ضعف معده باشد بند می آورد .اگر با آب پز کنار حقنه کنند یا بنوشند همین تأثیرات را دارد .

سیلان زهدان را علاج می کند .نبق تر و تازه همکار به ، زالزالك ، سیب و گلابی است یعنی به اعتدال بخورند شکم را بند می آورد و اگر زیاد بخورند ، هضم نشود و مزاج از آن نفرت پیدا کند قی و اسهال شدید بدنبال دارد .

سدر

گویند لنج سدر است .لنج از درخت های تنومند ، بلند و به مصر انتقال داده شده است و در آنجا مزه آن تغییر کرده است .

دیسقوریدوس گوید :لنج درختی است که در مصر می روید و میوه اش خوردنی است . گاهی نوعی از رتیل در این درخت پدید می آید و به ویژه در لنج های اطراف صعیه .

گروهی پندارند که این درخت اول در ایران و سم بوده ، بعد از آنکه به مصر منتقل شده تغییر مزاج داده ، مزه اش دگرگون شده ،می خورند و زیانی ندارد .

خاصیت درمانی :برگ کوبیده لنج را بر اندامی یا جایی که خونریزی دارد می گذارند نزیف را بند می آورد .

سرخس نر

چیزی است که به سرخس می ماند ، بر درخت های کهنسال بلوط می پیچد و از سرخس عادی کوچکتر و کم پرزتر است .ریشه های درآمده هم دارد که در مزه اش تا اندازه ای شیرینی همراه با تندی ، تلخی و گیرندگی حس می شود و قوتی گندانند در آن هست .

مزاج :بسیار گرم و خشک است .

آرایش: موی را باریک می گرداند ، می سترد و از بین می برد زیرا هم عفونی است و هم تند .

مفاصل :گروهی عقیده دارند که در علاج فلج و دهن کجی مفید است .

سرمه

بهترین قسم سرمه ورقی است که خرده های آن درخشندگی دارد ، خالص و بی آلایش است .بسیار زود می شکند .

در مداوای قرحه مفید است ، گوشت زائد را از بین می برد . زخم را بهم می آورد .برای علاج سوختگی سرمه و پیه تازه را مخلوط می کنند و ضماد می نمایند ، نمی گذارد بترکد و قرحه شود و اگر قرحه بشود سرمه مخلوط با موم و اسپیدان چاره آن است .

سر :خونریزی مغزی که از پرده مغز باشد با سرمه بند می آید .

چشم : چشم را سالم نگه می دارد و چرک زخم های چشم را از بین می برد. فرزجه آن نزیف زهدان را متوقف می نماید .

سریش

دیسقوریدوس گوید :بعضی از مردم از این رو این گیاه را سریش نامیده اند چون چسب مشهور را از آن می گیرند .

برگ سریش به برگ گندنای شامی می ماند .ساقه صاف دارد .

مزاج : گرم است .

خاصیت : گرمی می دهد .

ورم و جوش :با قاوت مخلوط شود ورم نوخاسته گرم را فرومی نشاند .

قرحه :ضماد سریش در علاج قرحه بدخیم و پلید ، زخم و دمل های چرکین ، سوختگی از آتش سودمند است .

آرایش :اگر بیمار داء الثعلب گرفته ، جای موهای ریخته را با پارچه پشمین ماساژ دهد و ضماد خاکستر سریش بر آن بگذارد مو را باز می رویاند .

اگر لکه سفید بهک را در آفتاب با پارچه ای ماساژ دهند و بیخ سریش را با سرکه بر آن بمالند لکه از بین می رود .

سر :سریش را به تنهایی یا سریش مخلوط با کندر ، عسل ، آب انگور کهنه و مر بپزند و نیمه گرم در گوشی بچکانند که بر عکس طرف دندان دردناک است درد دندان تسکین می یابد .

آب بیخ سریش را با آب انگور کهنه قدیمی و شیرین و با مر بپزند داروی درد گوش است .

چشم :همین دارویی که برای درد گوش ذکر شد بر چشم بمالند در همه بیماریهای چشم مفید است .

سینه :دو مثقال سریش را با آب انگور کهنه سیاه پرمایه انگوری بخورند در علاج درد جنین ،سرفه و سستی ماهیچه ها مفید است ،بول و حیض را ریزش می دهد .

بیخ سریش را با درد آب انگور کهنه بپزند و بر آماس پستان بگذارند بسیار خوب است .

زهرها : پادزهر حشرات موذی است . برگش سریش را بر جای نیش حشرات بگذارند مفید است .

اگر ثمر و گل سریش را با آب انگور کهنه بخورند بهترین علاج نیش کژدم

است .

سراج القطرب

گیاهی است که به زوفا نزدیک است . تنها تخمش بکار می آید .
مزاج :گرم و خشک است .
خاصیت :بازکننده است و گیرندگی در مزاجش چیرگی دارد .خونریزی را از هر کجا باشد بند می آورد .
قرحه :بهترین علاج زخم است .
سر :ضمادش خون دماغ را قطع می کند .
نفس کش :خون برآوردن را بند می آورد . بدان حقنه کنند علاج قرحه روده است .
زهرها :تخمش با آب انگور کهنه خورده شود پادزهر نیش عقرب است .
بعضی می گویند تخم نوع بیابانی را بر کژدم گذارند کژدم تخدیر می شود و نیش نمی زند .

سرو کوهی

مزاج :گرایش به گرمی و خشکی دارد و ثمرش نیز گرم و خشک است .
خاصیت :گرمی بخش ، لطیف و بادشکن است . در ثمرش قبوضیتی است که در سایر اجزاء درخت نیست .
مفاصل :در علاج گسستگی ماهیچه سودمند است .
سینه : داروی درد سینه و سرفه است .
اندام های غذا :تنقیه کننده است و راه بندان ها را باز می نماید .با معده سازگار و نفخ معده را علاج است .
بول و حیض را ریزش می دهد . علاج خفگی و درد زهدان است .
زهرها :گزند حشرات موذی را دفع می نماید . دود چوب ، ثمر و برگش حشرات و مگس را می گریزاند .

سراوند

دیسقوریدوس گوید :نام زراوند نامی است قدیمی و بعد از این نام بعضی آن را «ارسطن »گفته اند که به معنی سرامد است و کلمه «لوخوس »را بدان افزوده اند که به معنی زن تازه زائیده است و به معنی بافایده ترین دارو برای زن تازه زائیده می باشد .
مزاج :همه انواعش گرم و خشک است .
خاصیت :زداینده ، لطافت بخش ، بازکننده ، نازک کننده و با کشش است . خار و پیکان ها را جذب می کند .نوع درازش در زدودن و گرمی بخشیدن دارای مقام اول است و از این رو در باز رویانیدن گوشت و بهبودی بخشیدن به قرحه تأثیرش از همه بیشتر است و اما در بقیه کنش ها غلتان آن مفیدتر
است .زیرا در باز کردن و نرم نمودن یکه تاز است و در گرمی بخشیدن با نوع دراز برابر یا اندکی کمتر است .
آرایش :بهک را می زداید ، دندان را جلا می دهد . چرک را از دندان می برد ، رنگ را رونق می بخشد ، برای دندان غلتان آن از همه بهتر است .
زخم و قرحه :قرحه های پلید ، بدخیم و پوست انداز را تنقیه می کند و گوشت می رویاند .برای باز آوردن گوشت نوع دراز آن بهتر از سایرین است .

اگر زراوند را با زنبق بر قرحه های گود و گندیده بگذارند چرك و ریم را از بین می برد و گودی را پر از گوشت سالم می كند .
مفاصل :همه انواع زراوند و به ویژه غلتان آن در علاج گسستگی ماهیچه مفید است .جای نقرس را با آن بمالند و از گسستگی ماهیچه جلوگیری می كند .
اگر بیماران نقرس بخورند مفید است .
سر :زراوند را با عسل در گوش بچكانند چرك گوش را پاك و شنوایی را تقویت می نماید و نمی گذارد دمل در گوش پدید آید .
زراوند و فلفل كه با هم باشند ریختنی های مغز را خارج می كنند .
زراوند و به ویژه غلتان آن در مداوای برنشیت ، در تنقیه سینه ، در تسكین دادن پهلو درد اگر با آب مخلوط شود و بخورند سودمند است .
اندام های غذا :داروی سكسكه و همراه سكنجبین علاج طحال است .
گاهی زراوند را با سركه بر طحال بمالند بسیار مفید است و در این علاج ها غلتان آن از همه قوی تر است .
اندام های دفعی :خلط های بلغمی و مراری را بیرون می راند و به مقعد فایده می رساند .اگر زراوند دراز یا غلتان با مرو فلفل مخلوط شود و خورده شود در تنقیه زائده های زهدان ،پاك شدن خون تازه زائیده ، روان ساختن خون حیض مفید است .
تب ها :داروی تب لرز است .
زهرها :پادزهر نیش كژدم است و به ویژه قسم دراز آن پادزهره اش بیشتر است .
اگر آن را با نوشابه هایی بنوشند یا آن را ضماد كنند و بر جای نیش بگذارند حشرات و زهرها را دفع می كند .

سركه

مزاج : سركه تركیبی از گوهر گرم و سرد است كه هر دو لطیفند و سردی آن چیرگی دارد .
خاصیت :بسیار خشكاننده است . در حالات خونریزی سركه می خورند و بر جای خون برآمدن می پاشند مانع خونریزی می شود .
سركه از آماس جلوگیری می كند .
سركه نمك هضم است .ضد بلغم است . به نفع آنهاست كه مزاج صفرایی دارند و به زیان سودائیان .
آرایش :بازدارنده آماس است .سرایت غانغرینا را خنثی می كند ، شفای باد سرخ است چه بخورند چه بمالند .ورم را از زیاد شدن باز می دارد . داروی كژدمه است .علاج مورچگی و جمره است و بر پوست بمالند نمی گذارد مورچگی و جمره سبب آماس شوند .
زخم و قرحه :پشم را از سركه تر كنند و بر زخم بگذارند ورم نمی كند . سرایت قرحه واگیر و گری و قوباء را از بین می برد .
در علاج سوختگی از هر چیزی زود اثرتر است .
مفاصل : برای عصب خوب نیست .سركه و گوگرد را بر نقرس بمالند مفید است .
سر :سركه را با روغن زیتون یا روغن گل مخلوط كنند و خوب به هم بزنند و پشم ناشسته را بدان تر كنند و بر سر گذارند سردرد گرم تسكین می یابد .
سركه لثه را تقویت می كند . خوردنی یا مالیدنی آن برای لثه خوب است و به ویژه اگر سركه با زاج بلوری حل شده باشد و در دهان بگردانند علاوه بر تقویت لثه دندان لق را محكم كند و خون از لثه آمدن را علاج می كند .
بخار سركه حس شنوایی را تقویت می كند ، كم شنوایی را از بین می برد و صداهای گوش را می خواباند .

چشم :سرکه و عسل را بر لکه های بدرنگ زیر چشم بمالند مفید است ولی بسیار سرکه خوردن دید را ناتوان می کند .
سینه :به نفع زبان کوچک است .در گلو گردانیدن سرکه مانع سرازیر شدن خلط به گلو می شود .
علاج افتادن زبان کوچک است .
نوشیدن سرکه گرم کرده در علاج سرفه مزمن ، بلند نفسی و زالو بسیار مفید است .
اندام های غذا :با معده گرم و تر سازگار است . اشتهاآور و کمک هضم است .معده را دباغ می دهد و بخار سرکه استسقا را تحلیل می برد .اما همیشه خوردنش ممکن است سبب استسقا شود .
اندام های راننده :زهدان را خنک می کند . با سرکه گرم کرده و نمک حقنه (حالتی مثل شیاف و آمپول)کنند زخم واگیر روده را علاج است اما باید قبلاً حقنه نرم بعمل آید و لینت شکم حاصل شود .
زهرها :برجای نیش حشرات ریزند مفید است . برای دفع گزند افیون و شوکران بخورند مفید است .سرکه ای که از انگور وحشی می گیرند با نمک در گزیده سگ هار و غیره مفید است .
در هر مسموم شدنی خوردن سرکه گرم کرده سودمند است .

سس صغیر

گیاهی است با ساقه ای ترد و زودشکن دارای گل و تخم هایی است به رنگ سرخ که بسیار تیز و تندمزه است .هر چه در سرخی تیره تر باشد و در بو تندتر ، مرغوب تر است .
خاصیت درمانی :بادشکن است و با مزاج پیران و نوپیران سازگار .
بیماری های سودا را از بین می برد .
مفاصل :علاج ترنجیدگی است .
سر :در معالجه مالیخولیا و صرع سودمند است .
اندام های غذا :صفرایی مزاجان را آزار می دهد و برای آنها قی آور است و تشنگی می آورد .
اندام های دفعی :در بیرون آوردن بلغم مؤثر است .

سفید آب

آنک را می سوزانند خاکستری که بدست می آید سفید آب نامند و اگر در سوختن افراط شود آن خاکستر سرنج و لطیف تر می گردد .
سفید آب را بوسیله سرکه و نمکها و سایر چیزهایی که در کتاب های طبی آمده است به دست می آورند .
مزاج :سرد و خشک است . سفیدآب سرکه ای لطافتش بیشتر و ژرف و رونده تر است .
دمل و جوش :ورم های سخت و سرد را نرمی می بخشد .
زخم و قرحه :سفیدآب را با مرهم می آمیزند زخم قرحه را پر می کند و گوشت را می رویاند .سفیدآب و به ویژه سرنج ، گوشت بد را می خورد و باز آوردن گوشت آن از سفیدآب بهتر است .
چشم :در علاج جوش های چشم سودمند است .
اندام های دفعی :جزء داروهای ترک مقعد و بسیار سودمند است .
زهرها :سفیدآب سم است .

سقانی

ممکن است شکر تیغال باشد .

اندام های دفعی :در تنقیه کلیه نظیر ندارد .

زهرها :کارساز گزیدگی سگ هار است .

سقمونیا (محموده)

بهترین محموده آن است که بی آلایش ، کبودرنگ مایل به سپیدی و همرنگ صدف صاف باشد .زود در دست خرد می شود همین که در آب حل شد آب را همرنگ شیر می سازد و برای بکار بردنش بهتر آن است که آن را در داخل سیب بر آتش بریان کنند و با آب کرفس بیامیزند تا هیچ خطری در بر نداشته باشد .

مزاج :گرم و خشک است و گرمی آن از خشکی بیشتر است .

خاصیت :زداینده و گدازنده و دشمن معده و کبد است .

آرایش : لک و پیس و برص و لکه های سیاه صورت را می زداید .

زخم و قرحه :با عسل و روغن زیتون بپزند و ضماد کنند و بر زخم بگذارند مفید است .

جوش :با سرکه بر گری چرکین بمالند خوب می شود .

مفاصل :با سرکه و سوسن ضماد شود درد مفاصل و سرین را از بین می برد و در علاج بیماری اعصاب مفید است .

سر :بیخ گیاه و افشره آن با سرکه و روغن گل سردرد را دوا می کند . محموده را با سرکه و روغن گل مخلوط کنند و بر پیشانی کسی که سردرد همیشگی دارد ببندند خوب می شود .

سینه :قلب را می آزارد .

اندام های غذا :با معده و کبد هیچ سازگار نیست و بسیار زیان در

بر دارد.

افسردگی می آورد .دل بهم خوردن و تشنگی و بی اشتهایی به دنبال دارد .اصلاحش با یک برابر تخم کرفس و انیسون است .

دراسهال دادن زرداب بسیار فعال است .اما اثرش در مملکتی و از هوایی به هوایی فرق دارد .

اگر به اندازه ی کم از محموده کهنه خورده شود بول را ریزش می دهد ولی اسهال نمی دهد و اگر با الوا یا با لوبیا گرگی و نمک و تخم های خوشبو بسیار کم آن همین کار را می کند .

زهرها :خوردنش یا مالیدنش بر اندام پادزهر نیش کژدم است .

سکبینه

درخت سکبینه خودش بهره ای ندارد و هر چه هست در انگم آن است .

تا متراکم و صاف تر باشد و رنگ رویه اش سرخ مایل به سفیدی و رنگ درونی اش سفید مایل به سرخی باشد و زودتر در آب حل شود بهتر است و هر آنچه از اصفهان آورند بسیار خوب است .

اما نوعی که با زرد سفید شبیه است و یا با زرد مخلوط شده باشد بد است .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : گدازنده ، لطافت بخش ، بادشکن ، گرمی بخش و زداینده است .

آرایش :سکبینه را در خوراک بریزند رنگ را زیبا می کند .

مفاصل :در علاج فلج و گسستگی ماهیچه و وترهای میان ماهیچه مفید است .

سکبینه را بخورند یا حقنه کنند مواد ماندگار در سرین را اسهال می دهد و درد سرد مفاصل را دوا می کند .

سر :داروی صرع است و سردرد سرد و ناشی از باد را تسکین می بخشد .

چشم :در چشم بکشند تم را از چشم می راند ، آماس پلک را فرو می نشاند و لکه های داخل چشم را می زداید .در علاج آب در چشم آمدن بهترین دارو است .

سکبینه را در سرکه بسایند و بر ورم جو مانند پلک بگذارند از بین می رود و قرحه های چشم را درمان کند .

سینه :سکبینه را با آب فیجن فشرده بخورند در علاج سینه درد ، پهلودرد ، سرفه همیشگی و بدتنفسی مفید است و سینه را از خلط های نارسیده پاک می گرداند .

اندام های غذا :در علاج استسقا خوب است .آب زرد را بیرون می ریزد . از سکبینه و بادام تلخ یا به جای بادام تلخ ، فیجن را با عسل یا نان گرم ضماد سازند درد کبد را از بین می برد .بخورند یا حقنه کنند در علاج قولنج ، درد و پیچش روده و از بین بردن سنگ گرده و مثانه مفید است .

سکبینه شهوت انگیز است .حیض را ریزش می دهد . شکم را ملایم و نرم می کند.خلط لزج و آب زرد را بیرون می ریزد و برای زهدان مفید است .

تب ها :در تب های هر روزه سودمند است .

زهرها :بر پوست بمالند پادزهر نیش حشرات و ضد سم خوردگی است و در این زمینه از بارزد بسیار مؤثرتر است .

سلق

دیسقوریدوس گوید :دو نوع هست یکی سفید و یکی سیاه .

مزاج :به عقیده بعضی خشک و گرم است و بعضی می گویند سرد است . ولی درست این است که مزاجش مرکب است اما در تر مزاجی بیخش اختلافی نیست .

خاصیت :ماده بوره ای دارد ، لطافت بخش و گدازنده است و در باز کردن بندآمده ها از سوسن قوی تر است .

نرمی بخش است .سلق سیاه به ویژه اگر با عدس باشد قبض است .

ماده بوره اش گدازنده و خاکی اش گیرنده است .همه انواع آن کم غذا است .

آرایش :افشره آن و آب پز برگش ترک های ناشی از سرما را دوا می کند .

در علاج داء الثعلب سودمند است . اگر لکه های سیاه صورت را اول بوسیله ی نطرون بشویند و بعد برگ سلق بر آن گذارند سود می بینند . افشره سلق زگیل ها را بر می کند . قاتل شپش است .

ورم :سلق در آب جوشیده را بر ورم بگذارند تحلیل می برد و پخته

می گرداند .سلق را چنان که هست بر زیاده گوشت ها بگذارند مفید است . ضماد سلق و سوسن را بر ورم گرم بگذارند مفید است .

قرحه :برگ در آن جوشیده سلق داروی سوختگی است و اگر با عسل مخلوط بشود و بر پوست بمالند علاج (بیماری ویروسی پوستی)است و ضمادش زخم چرکی را بکلی بهبودی می بخشد .

سر :آب سلق را با زهره کلنگ در بینی کنند کج دهنی را خوب می کند و زخم بینی را از بین می برد .

آب نیم گرم سلق را در گوش بچکانند درد تسکین می یابد .آب سلق را سرشویه کنند سپوسه را از بین ببرد .
اندام های غذا :بیخ سلق که ماده بوره ای در آن زیاد است برای معده بسیار بد است . هر معده ای هر چند قوی باشد از سلق به کزکز می افتد و سوزش حس می کند .
سلق کم غذا است و به تنهایی و به ویژه اگر با خردل و سرکه باشد در باز کردن بندآمده های کبد و طحال مفید است .
سلق سیاه و به ویژه اگر با عدس باشد بندآورنده شکم است . بی شک اگر سلق در آث آنقدر بجوشد تا از هم بپاشد قبوضیت می آورد . با آبش حقنه کنند رسوبی درد را بیرون می ریزد .
هر نوعی از سلق سبب باد و قرقر می شود و پیچش و درد شکم بدنبال دارد . اما اگر سلق با غذا خورده شود در قولنج مفید است .

سومقوطون

می گویند همیشه بهار و از تیره مهر گیاه است .
مزاج :سرد و خشک است ، رطوبتی معتدل الحراره دارد و لطیف و تکه کننده است .لزجی پیاز دشتی را دارد که گدازندگی اش از آن است و تا اندازه ای جمع کننده و گیرنده است لیکن سردی و خشکی در مزاجش چیرگی دارد .نه بو دارد و نه چندان شیرین است . آب دهان را گرد می آورد و اجزای گوشت را در دیگ چنان بهم می آورد که گویی یکپارچه شده است .
مفاصل :آب پزش داروی گسستگی در پی ،وسط های ماهیچه ها و کناره های ماهیچه ها است و نمناک ها را بهم جوش می دهد .
سینه :زبری گلو را از بین می برد . خون برآوردن را بند می آورد . با عسلاب باشد شش را می پالاید .در علاج قرحه روده ، پوست اندازی روده (سحج)فتق آبی روده ،درد گرده ، سودمند است و می گویند خونریزی حیض را بند می آورد .

سوس (مهک ، شیرین بیان)

مزاج :بیخ مهک مزاجش معتدل است و اگر به طرفی گرایش پیدا کند رو به حرارت و رطوبت است .
ورم :افشره و بیخش داروی کژدمه می باشند .
قرحه :افشره اش برای زخمها بد نیست و مفید است .
چشم :بیخ مهک و افشره اش داروی ناخنه و افشره اش مؤثرتر است .
سینه :قصبه الریه را نرم می کند . ریه را می پالاید ، به نفع شش و گلو است و صدا را صاف می کند .
اندام های غذا :آبش تشنگی را فرو می نشاند و برای التهاب معده داروی خوبی است .
علاج سوزش بولی ، قرحه گرده و مثانه و گری مثانه است .
تب ها :در تب های کهنه مفید است .

سوسن کوهی

مزاج :گرم و خشک است .
خاصیت :خون را به زیر پوست می کشاند ، زداینده قوی است ، در علاج ورم و دردهای سرد و باد و بادکردگی مفید است .
مفاصل :ضماد بیخ و برگش در عرق النساء و درد مفاصل سودمند و درد سرد مفاصل و گسستگی ماهیچه را درمان می کند .
سینه :با عسل باشد و بلیسند در علاج خون برآوردن کمک است .
سر :سردرد می آورد .

اندام های راننده :آب پز بیخش و به ویژه شربتش بول و حیض را ریزش می دهد .

زهرها :سوسن کوهی و به ویژه نوع مصری آن پادزهر حشرات موذی

است .

سیسارون

چوب گیاه سیاه دانه است و تلخی و گیرندگی دارد .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :گدازنده و اندکی قبض است .

اندام های غذا :آب پز بیخش برای معده مفید است .

آب پز بیخش بول را ریزش می دهد .

سیون (ترتیزک آبی)

سیون همان قرت العین است .گیاهی است که در آب های راکد پیدا است و نوعی بوی خوش دارد .خام و پخته اش در علاج سنگ سودمند است .

سیسالیوس (کاشم)

برگش به برگ رازیانه می ماند و از برگ رازیانه ستبرتر و ساقه اش زبرتر است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :کاشم و بیخ و تخمش گدازنده ، لطافت بخش و بادشکن است . دردهای ناپیدا را تسکین می دهد .بلغم بند آمده را می گدازد .چهارپایان از آن بخورند بهره بسیار می دهد .با آب انگور کهنه بخورند ضد سرما است و اگر با فلفل باشد برای سرما خوب است اما پلک را زیان می رساند .

مفاصل :برای درد پشت خوب است .

سر :بهترین داروی صرع و سبک عقلی است .(کند ذهنی)

سینه :کاشم و به ویژه بیخ و تخمش که با هم باشند در علاج برنشیت ، دشواری نفس ، نفس بلندی و سرفه مزمن ،بسیار مفید است .

اگر بیخ کاشم را با عسل درآمیزند معجون شود و بلیسند سینه را از رطوبت های لزج پاک می نماید .

اندام های غذا :بادشکن است . دردهای درونی را درمان می کند . کاشم و به ویژه بیخش در هضم غذا کمک می کند . با معده سازگار است . پیچش و درد روده که ناشی از بادکردگی باشد علاجش با کاشم است .

زایمان انسان و حیوانات را آسان می کند . داروی عسر بول است . در مداوای درد زهدان و خفگی زهدان و دردهای درونی مفید است .

اگر به مدت ده روز هر روز افشره ساقه این گیاه و تخمش را در سیکی بریزند و بنوشند درد گرده بر طرف می شود .

کاشم عموماً برای گرده خوب است .خوردنش علاج چکمیزک است ، حیض را ریزش می دهد و در دردهای ناپیدا مفید است .

تب ها :گویند برای مداوای تب بلغمی بد نیست .

سیب

از همه معتدل تر سیب شامی است .

مزاج :سیب بی مزه سردی و تری بیشتر دارد .

خاصیت :سیب و به ویژه برگش بازدارنده زائده ها است .

ورم و جوش :برگ و افشره آن علاج ورم گرم نوخاسته و مورچگی است .

قرحه :برگ و الیاف سیب و افشره آن گیرنده قرحه را بهم می آورد .

مفاصل :همیشه خوردن و عادت کردن به خوردن سیب به ویژه بهاری آن درد عصب در پی دارد .

سینه :سیب و به ویژه سیب خوشبوی شامی و شیرین ، خوشبو و ترش آن قلب را توانا می کنند .

اندام های غذا :ضعف معده را درمان می کند .

تب ها :سیب نارس سبب تب می شود .

سیر

چندین نوع است :کاشتنی که مشهور است .گندنایی که قوتش مرکب از قوت سیر و گندنا است .

سیر بیابانی تلخ و گیرنده است و آن را سیر مار هم می گویند .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :ملین ، بسیار بادشکن ، زخم آور پوست .

آرایش :سیر را با آب پز پونه کوهی بخورند و بر تن بمالند شپش و رشک را ریشه کن می کند .خاکستر سیر را با عسل مخلوط کنند .بهک و لک خونی زیر پلک را می زداید و داروی کم بودن مو است که از مواد متعفن بهم آمده است .

جوش :سیر دمل های باطنی و ناپدید را باز می کند . خاکسترش داروی جوش ها است .

زخم و قرحه :پوست را زخم می دهد . خاکستر سیر با عسل داروی قوباء و گری تر است .سیر بیابانی را تا تر است بر زخم بدخیم بگذارند زخم را بهم می آورد .

مفاصل :داخل کردن مانند آمپول و شیاف سیر در علاج بیماری اعصاب مفید است .

سر :سیر مایه سردرد می شود .سیر کفیده و در آب پخته داروی دندان درد است . آب پز سیر را در دهان گردانند درد دندان تسکین می یابد ، به ویژه اگر با کندر مخلوط باشد .

چشم :دید را ناتوان می کند و سبب جوش های داخل چشم می شود .

سینه :سیر پخته گلو را صاف می کند و داروی سرفه مزمن است . درد سینه و سردی را دوا می کند و زالو را از گلو بیرون می آورد .

اندام های غذا :سیر و زیتون و هویج را با هم بپزند در علاج شکم گندگی داروی بسیار خوبی است .

اندام های راننده :در آب پز برگ و ساقه سیر بنشینند بول و حیض ریزش می یابد و بچه دان بیرون می آید و اگر آب پزش را بخورند یا بدان (داخل کردن مانند آمپول و شیاف کنند) باز همین تأثیرات را دارد .سیر را بکوبند و با عسلاب بخورند بلغم را بیرون می آورد .داروی کرم است و ملین .سیر به علت اینکه گدازنده و خشکاننده است شاید برای غریزه جنسی خوب نباشد ، اما اگر سیر را چندان در آب بجوشانند تا تندیش از بین برود شاید در باقیمانده اش گرمی اندك بماند و بخشکاند و مواد بلغمی را در

مزاج بلغمی به باد مبدل سازد و غریزه جنسی را دگرگون کند .
زهرها :اگر سیر را با آب انگور کهنه بخورند پادزهر نیش حشرات و پادزهر نیش مار است و همچنین در سگ هار گزیده مفید است .

سیر بیابانی

از سیر کاشتنی بسیار ریزتر است .برگ و ساقه ای دارد که بر ساقه گلی سفید رنگ پدیدار است .
مزاج :گرم و خشک است .
خاصیت :لطیف و زداینده و باز کننده است .
زخم و قرحه : زخم های بزرگ و پلید را خوب می کند .
مفاصل :در علاج گسستگی ماهیچه داروی خوبی است .

دارچین

چندین نوع دارچین هست و نام های متعدد دارد .دارچین خوب که به سیاهی می زند ، کوهی و ستبر است (غلیظ).دارچین سفید و سست که ریشه اش از هم پاشیده ،سیاه رنگ و صاف است و کمتر گره دارد .
دارچینی که به رنگ سبز مایل و مزه اش همان مزه (سلیخه ، دارچین ختایی)،پوستش به پوست آن شبیه و به رنگ سرخ است که این نوع تا مدتها قوتش می ماند و به ویژه اگر کوبیده شود و بوسیله محلولی قرص گردد .
بهترینش آن است که بوی خوش دارد و تند مزه است و زبان را نیازارد . رنگش صاف و بدون آمیزه است .
مزاج :گرم و خشک است .
خاصیت :همه دارچین ها گرمی بخش ، باز کن ، زداینده عفونت ، بسیار لطیف ، جذب کننده هستند و علاج همه نیروهای تباه ، خلط های زنگاری و فاسد می باشند .
روغن دارچین گدازنده ،بسیار گرم و تحلیل برنده است .
آرایش:محلول آن را بر لکه ها و نقطه های عدسی می مالند و با سرکه علاج جوش های شری است .
زخم و قرحه :در مداوای اگزما وزخم ها مفید است .
مفاصل :در علاج لرزه روغن دارچین تأثیری عجیب دارد .
سر :برای زکام خوب است .روغنش سرگرانی می آورد . دماغ را می پالاید و رطوبت های دماغ را بر می چیند . مسکن درد گوش است .
چشم :خوردن و به چشم کشیدنش تم و تیرگی چشم را می برد و رطوبت غلیظ چشم را می زداید .
سینه :داروی سرفه است . سینه را می پالاید . ورم ها را می رساند. کبد ، بندآمدنی های کبد را باز می کند و کبد را توان می بخشد .
اندام های غذا :رطوبت معده را بر می چیند ، معده را قوی می کند و داروی استسقا است .
اندام های دفعی :دارچین را با کمی روغن زیتون ، موم وزرده تخم مرغ مخلوط کنند درد و ورم زهدان و کلیه را دوا می کند . اگر تنها باشد قوتی بیش ازلازم دارد و سفتی به بار می آورد .
دارچین بول و حیض را براه می اندازد . اگر با زیره سیاه باشد علاج بواسیر است .

تب ها :برای تب و لرز مفید و به ویژه اگر روغنش را به تن بمالند بهتر است .

زهرها : ضد حشرات موذی است .

اگر با مر باشد پادزهر کژدم است .

دارچین ختایی

چندین نوع دارچین ختائی هست :نوعی سرخرنگ ، خوشبو و خوشمزه است .

نوع دوم مزه اش مزه فیجن است .نوع سوم مایل به بنفش است و بوی گل سوری می دهد.نوع چهارم سیاه رنگ ،بدبو ،پوستی نازك و ترکیده دارد. نوع پنجم رنگش مایل به سفیدی ، بوی گندنا می دهد .

نوع ششم لوله های باریك و توخالی دارد .

بهترین نوعش آن است که رنگش سرخ روشن ، صاف و هموار ، چوبش مستطیل ، لوله اش ستبر ، سوراخ میان لوله اش تنگ ، زودشکن ، پرمایه ، خوشبو و زبان گز باشد .زبان را جمع کند . نوع سیاه آن بد است و ممکن است الیاف آن را بکار برد لیکن از چوبش بهره ای به دست نمی آید .

مزاج :گرم و خشك است .

خاصیت :بادهای متراکم را می پراکند ، اندکی قبوضیت دارد .زیاد تند است ، بسیار لطیف است و تندی را تکه تکه می کند .از قبوضیتی که دارد کمك مواد گیرنده و از تحلیلی که در اوست کمك مواد اسهالی است و چون گدازنده و گیرندگی و لطافت دارد اندام ها را تقویت می نماید .

ورم :ورم های سرد و گرم درونی را می گدازد.

قرحه :با عسل بر قرحه نرم بمالند مفید است .

چشم :از آنجا که دارای نیروی گیرنده و تحلیل برنده است در داروهای چشم کارآمد است .

سینه :با سینه سازگار است .

اندام های غذا :شربت دارچین ختابی یا آب انگور کهنه ای که با دارچین ختایی آمیخته شده برای کبد و معده خوب است .

بول و حیض را ریزش می دهد به ویژه اگر سبب بند آمدن خلط غلیظ باشد تأثیرش بسیار است .درد گرده و آبدان را تسکین می دهد .در آب پزش نشینند در علاج فراخ شدن زهدان و لغزیدن زهدان مفید است .دود دارچین ختایی و خوردن آب پز آن نیز در علاج بیماریهای زهدان که ذکر شد سودمند است .

زهرها : برای دفع گزند از نیش مار می خورند .

دارکیسه

عبارت ازپوست درختی است که ازهندوستان می آورند و بسیارقابض است. خاصیت :قابض است .

اندام های سینه : در علاج خون برآوردن ، سینه پهلو مفید است و صدا را صاف می کند .

اندام های دفعی :علاج زخم های روده است .

دارشیشعان ، قندول

دیسقوریدوس گوید :برخی آن را (فسعانن)و سریانها (وباکسبین)و ایرانیان دارشیشعان می نامند . درختی است که چوبی غلیظ

دارد و از این غلظت آن را زبر شناخته اند .خارهای بسیار دارد . عطاران دارشیشعان را در برخی از مرهم ها بکار می برند .
بهترینش سنگین وزنی است که اگر آن را پوست بگیری به رنگ سرخ مایل به بنفش می نماید و بو و مزه خوش دارد .
آنچه سفید و بی بو است خوب نیست .
مزاج :گرم و خشک است .
خاصیت :می گدازد ، می گیرد ، بادشکن است ، ریزش خون و رطوبت را بند می آورد و گند را می زداید .
زخم و قرحه :داروی زخم های ساری و گندیده است .
مفاصل :در علاج سست شدن پی ها بسیار مفید است .
اندام های سر :فتیله ای از دارشیشعان بوی بد بینی را از بین می برد . مزمزه با آب پز آن جوش های درون دهان را خوب می کند و دندان ها را نگاه می دارد .
سینه :آب پز آن مانع خون برآوردن می شود .
اندام های غذا :باد معده را از بین می برد .
اندام های دفعی :آب پز آن شکم را بند می آورد و باد روده ها را می برد و علاج بی اختیاری ادرار است .
اگر آن را بر قرحه های میان مقعد و بیضه بپاشند سفتی آنها را نرم و از سرایت آنها جلوگیری می کند .

داروش

معروف است . میوه اش نخود سیاه است . تماماً مستدیر نیست .چین هایی دارد که اگر بشکنند بدست می چسبند .
گیاه داروش انگل درختان بلوط و سیب و گلابی می شود .
قوت آبی و هوایی در آن بسیار بسیار است .
بهترش شاداب و صاف است که درون آن به رنگ تیره و بیرون سبزرنگ باشد.می کوبند ، می شویند و می پزند .
مزاج :گرم و خشک .
خاصیت :تحلیل برنده است ، رطوبت های پرمایه را از ژرفا جذب می نماید ،می گدازد و نرمی می دهد .
آرایش :اگر با زرنیخ بر سر ناخن تباه بگذارند آن را بر می کند .
دمل و جوش :تنها و به ویژه اگر با آهک باشد داروی ورم های سرد و جوش های خارشی و شبانگاهی می باشد .
زخم و قرحه :قرحه های کهنه و زخم های بد را نرم می کند .
مفاصل :اگر با هم وزن خود رازیانه و همان اندازه موم باشد مفاصل را نرمش می دهد .
سر :مخلوط آن با رازیانه و موم داروی ورم های سرد پشت گوش است .
اندام های غذا :اگر با چیزهای قوی از قبیل آهک باشد و بر طحال بگذارند ورم طحال را از بین می برد .

درمنه

سه نوع درمنه هست :رومی ، ترکی و ارمنی . بهترینش درمنه ارمنی است .
مزاج :گرم و خشک .
خاصیت :همه انواعش تکه کننده ، بادشکن و گیرنده است .
آرایش :خاکسترش مخلوط با روغن زیتون یا روغن بادام در کم بودن مو مفید است .روغنش موی ریش را زود می رویاند .

ورم و جوش : ورم و دمل را تسکین می دهد .

قرحه :خوره و سودا را مانع می شود .

سر :مایه سردرد است .

چشم :آبش علاج رمد است .

اندام های نفس :علاج دشوار نفسی است .

اندام های راننده :داروی کرم و کرم کدو است . بول و حیض را ریزش می دهد .

دردار ، درخت پشه

مزاج : سرد است .

خاصیت : می زداید ، قبض است و در غلاف میوه اش رطوبت هست .

آرایش :صورت را زیبا می کند و جلا می دهد .

رخم و قرحه : از این رو که قبض است و زداینده دردار و به ویژه پوست درخت آن را اگر بسایند و گرد آن را بر گری چرکین بپاشند ،یا بر زخم ها بگذارند مفید است .زخم ها را بهم می آورد .

ریشه و برگ آن را بپزند و بر استخوان شکسته بمالند سودمند است .

اندام های دفعی :پوست ستبر آن را یک مثقال با آب سرد یا آب انگور کهنه ریحانی بخورند بلغم را خارج می کند .

دیسقوریدوس گوید :دردار درختی بید مانند است .اهل شام آن را دردارو و اهل عراق درخت پشه می نامند .

غوزه باد کرده انار مانند بیرون می آورد که در آنها رطوبتی هست و آن رطوبت پشه آفرین .هر گاه آن را بشکافند پشه بیرون می آید .همچنین رطوبتی در پوست آن درخت هست که هرگاه خشک شود جانوری بوجود می آورد که شبیه به پشه است .

برگ سبز دردار را اگر بپزند خوردنی است .

خاصیت :قبض است و زداینده . پوست و بیخش نیز تقریباً همین خاصیت را دارد .

آرایش : رطوبت غوزه دردار صورت را جلا می دهد .پوستش با سرکه برص را از بین می برد .

زخم قرحه :پوست دردار را بر جای ضربه و بر زخم ها ببندند سودمند است .

همچنین برگ ، پوست و شکوفه اش داروی زخم هاست . چیزی آرد مانند از پوسته اش پراکنده می شود که آن هم برای زخم ها مناسب است ، ساییده پوست و آن گردی که از پوستش بر می خیزد علاوه بر

به هم آوردن زخم ،مانع سرایت زخم های پلید می شود ، به ویژه اگر با هم وزن خود انیسون پخته معجون شود بسیار مؤثرتر است .

مفاصل :آب پز بیخ و برگش را بر استخوان شکسته بمالند مفید است .

اندام های دفعی : پوست آن را پخته یا با آب سرد بخورند بلغم را بیرون می آورد .

درونه

عبارت است از قطعات چوبی و ریشه ای به اندازه بندهای انگشت و کوچک تر ، با درون سفید وبیرون خاکی رنگ که سخت و سنگین است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :باد را پراکنده می کند .

سینه : قلب را توان می بخشد و بهترین داروی خفقان است .

اندام های دفعی : بادهای زهدان را از بین می برد .

زهرها :خوردنش یا با انجیر ضماد شود پادزهر کژدم و رتیل ، سایر سم هاست .

دراج

پرنده ای است مشهور .گوشت دراج از گوشت کبک و انواع کبوتر بهتر است . از گوشت تذرو معتدل تر ، لطیف تر ، خشک تر و از آن گرمی اش کمتر است .

سر : گوشت دراج مغز را افزایش می دهد و هوش را فزونی می بخشد .

اندام های دفعی : گوشت دراج در زیاد نمودن آب پشت بسیار مؤثر است .

درخت غار

برگ و دانه غار به منظور دارویی بکار می رود . دانه اش از همه اجزاء آن دارویی تر است .

مزاج :گرم و خشک .

مفاصل :در علاج سستی پی و فلج و دهان کجی مفید است .

سر :ساییده اش عطسه آور است .

اندام های غذا :داروی ورم های کبد و طحال است .

در علاج قولنج سودمند است .

دند

دند چینی مانند پسته و دند کنار آبی مانند کرچک سرخ نقطه های سیاه دارد .

دند هندی از دند چینی کوچک تر و از ساحلی بزرگ تر است . مغزش گرد رنگ مایل به زردی است .

خاصیت عجیبی دارد .مغز دند در رستنگاه خود باقی می ماند ولی در غربت بتدریج کاهش می یابد تا به کلی نابود شود .

نوع چینی آن بهتر ، قوی تر و نوع هندی آن در درجه دوم است . دند ساحلی بد و در تأثیر کند است ، افسردگی و شکم درد و پیچش روده می آورد . باید دند را با آهن شکست و نباید بر آن لب زد چون رنگ لب را می برد و لکه سفیدی مانند برص بوجود می آورد .بعد از آنکه پوست را شکستند زبانه ای پدید می آید باریک به وزن نیم حبه ، باید آن پوستک زبانه را انداخت و مغز را بدست آورد .مزاج :بسیار گرم

آرایش :اگر دند را در آب خیس کنند تا نرم شود و با آن آب استفراغ کنند سیاهی مو را نگه می دارد .

مسهلی است بسیار قوی و رطوبت و سودا و بلغم داخل مفاصل را بیرون می آورد .

دود

گوهری است خاکی و لطیف .دودها در گوهر متفاوتند ، چون از گوهر خاکند هم خشکی می دهند و هم اندکی گوهر آتشی دارند .

قوی ترین دودها به ترتیب اولویت : دود قطران ، دود قیرتر ، دود میعه = استرک ، دود مر ، دود کندر و دود بر درخت سقز .

خاصیت : رساننده و تحلیل برنده .

چشم :دود کندر و دود ثمر درخت سقز از داروهای چرک چشمند و نمی گذارند مو از چشم درآید .آماس و سرخ شدن پلک را علاج می کنند .

داروی خوره چشم و رطوبت هایی است که با رمد نباشد .

جوش های چرکین اشک ریز را مداوا می کنند .

دوسر

این گیاه برگش به برگ گندم شبیه است ، لیکن از برگ گندم نرم تر است .

تخمش دو یا سه پرده دارد . چیزی مو مانند بر آن هست .

از تخمش افشره می گیرند و نگاه می دارند که از خود گیاه بهتر است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : گدازنده و خشکاننده است .

دمل و جوش :ورم هایی را که در راه سخت شدن هستند نرم می کند و از سفت شدن باز می دارد .

آرایش :کم بودن مورا شفا می دهد .

چشم :داروی (غرب) است .

ذیحه و خرم

دارویی است ایرانی و آن را ذیحه و خرم گویند .

اندام های سر :برای حافظه ، ذهن و هوش سودمند است

رازیانه

تخمش به تخم کرفس می ماند .

مزاج :رازیانه بیابانی بسیار گرم و خشک تر از کاشتنی آن است .

خاصیت :بند آمده را باز می کند .

چشم :رازیانه و به ویژه شیره اش دید را قوی می کند .

سینه :رازیانه سبز و به ویژه کاشتنی با ترنجبین شیر پستان را افزایش می دهد .

اندام های غذا :با آب سرد بخورند برای دل بهم آمدن و التهاب معده را مفید است .

اندام های راننده :رازیانه و به ویژه بیابانی اش سنگ را خرد می کند .

تب ها :در علاج تب های مزمن مفید است .

زهرها :پادزهر نیش حشرات است .

بیخش را بکوبند و برگزیده سگ هار بمالند مفید است .

رته

فندق هندی است و ثمری دارد به بزرگی فندق .

مزاج :گرم و خشک

ورم :با سرکه بر خنازیر بمالند مفید است .

قرحه :داروی گری و خارش است .

مفاصل :بادآزار دهنده ی پشت را از بین می برد .

سر :در علاج سردرد ، بیهوشی ، گیجی ، صرع ، دیوانگی و مالیخولیا سودمند است .باید آن را به بینی بکشند .

چشم :افشره و به ویژه افشره قسم کوچکش را در چشم بکشند ، در علاج آب چشم مفید است .

اگر با آب مرزنگوش به بینی بکشند چشم درد (سبل)و تیرگی چشم را علاج می کند .با سرمه به چشم بکشند برای لوچ خوب است .

سینه :در معالجه ذات الجنب سرد ، برنشیت ، سرفه مزمن و خون برآوردن مفید است ، زیرا نوعی گیرندگی دارد .

اندام های غذا :در علاجی قی و اسهال شدید مفید است و معده سرد را سر حال می آورد .

اندام های راننده :خوردنش درد زهدان را درمان می کند . از محلولش بردارند حیض را ریزش می دهد .

اگر افشره اش را بخورند علاوه بر راه انداختن حیض مراره سودایی و بلغم و مواد آبکی و صفرا را بدون هیچ فشاری بکلی از بدن بیرون می ریزد و تا حدی است که برص و یرقان و لکه های سیاه پوست و غیره را نیز شفا می دهد و قولنج را تحلیل می برد .

تب ها :در علاج تب ها مفید است .

زهرها : پادزهر نیش کژدم و رتیل است .

روناس

تلخ است و با ملایمت می زداید .

آرایش :با سرکه مخلوط باشد و به پوست بمالند بیماری ویروسی لک و پیس سفید و آثار زشت پوست را می زداید .

مفاصل : با عسلاب بخورند در علاج بیماری اعصاب و فلجی که زیان به حس رسانیده مفید است .

اندام های غذا : ثمرش را با اسکنجبین خورند علاج ورم طحال است ، کبد را می پالاید و طحال کبد را تقویت می کند .

اندام های راننده :در ادرار بول چنان قوی است که شاید خون با بول بیرون بریزد.کسی که این دارو را می خورد باید هر روزه تن خودرا شستشو دهد .

روناس را بردارند حیض را ریزش می دهد .

زهرها :شاخ و برگش پادزهر حشرات موذی است .

روغن

نیازی به تعریف ندارد . روغن کرچک وروغن ترب یک تأثیر دارند و هر دو گدازنده هستند .روغن کرچک از روغن ترب قوی تر و روغن ترب از روغن کرچک گرم تر و شبیه روغن زیتون کهنه است .

مزاج :روغن ترب گرم و خشک است .

روغن سوسن و یاسمن گرم و خشک هستند .

روغن گزنه ، کاجیره و نرگس گرم و تر هستند .

روغن هیری ، حب البان و بادام تلخ تر هستند .

روغن شاخه تاک و روغن گل وسیب در سردی رسانی و قبضی بهم نزدیکند و روغن به هم همین حال را دارد .

روغن بابونه حرارت معتدل دارد و روغن شبت شبیه آن است و گرم تر است.

روغن نرگس در اثر بخشی شبیه روغن شبت است لیکن بویی تندتر از بوی روغن شبت دارد .

روغن شبت با سر سازگار نیست .

روغن بنفشه قبوضیت ندارد .ولی کمی سرد است .

روغن سداب گدازنده است .

خاصیت :روغن بادام و به ویژه بادام تلخ باز کننده است .

روغن سیب و به هم قبض و هم سردی بخشند .

روغن بابونه مسکن درد ، برنده غلظت ، تراکم و تحلیل برنده بخار است .

روغن سوسن ملین است .اندام ها را توان می بخشد ، رساننده است و درد را تسکین می دهد .روغن آس اندام ها را محکم می کند ، از روغن «به » سردی بخش تر است و ماده های تراونده را باز می دارد .

روغن سداب همانند روغن غار باد را به کلی از بین می برد ، از روغن غار گرمتر است و هر دو روغن بادشکن و مسکن درد هستند .

روغن کوشنه در تغییر دادن حالت وبایی مفید و بوی دیک و هوا را خوش می گردانند .

آرایش :روغن غار علاج کم بودن مو است .

روغن آس ریشه مو را محکم می کند و تقویت می دهد و سیاه می گرداند .

روغن کوشنه جوانی مو را نگه می دارد .

روغن بادام و مخصوصاً بادام تلخ که با عسل باشد ، همراه بیخ سوسن و موم گداخته چین و چروک و لکه های سیاه و سفید و غیره رادرمان می کند .

اگر پخته روغن بادام را بر سر بمالند شوره و سبوس را علاج می کند .

روغن کرچک لکه های سفید و سیاه را مداوا می کند .

روغن شنبلیله علاج بد رنگی است و به ویژه اگر در پیرامون چشم پدید آید .

دمل و جوش : روغن بادام علاج آماس دردناک و روغن سوسن سخت شده های کهنه را می گدازد و از بین می برد .

زخم و قرحه :روغن کرچک علاج جوش های غلیظ و گری است .

روغن شنبلیله سعفه را از بین می برد .

روغن آس در مداوای زخم مفید است .

روغن کوشنه در کمترین وقت گری و خارش را بر طرف می سازد .

مفاصل :روغن بادام در احساس درد و سوزش مفید است .

روغن بابونه رفع خستگی می کند .

روغن سوسن و روغن شبت هم رفع خستگی می کنند و هم در سرمازدگی مفیدند .

سر :روغن بادام داروی سردرد ، تپش و وزوز و سوت داخل گوش است .

روغن بادام تلخ فایده های بسیار دارد و بسیار لطیف است . اکثر فایده اش در مداوای گرفتگی و وزوز گوش است .

روغن گل در علاج التهاب دماغ بسیار مؤثر است . ورم هایی را که در حال پیدایش هستند باز می دارد . تقویت مغز می کند ،

هوش را افزایش می دهد و مزاجش نزدیک به معتدل است .

روغن غار و روغن سداب سردرد مزمن را از بین می برند .

روغن شنبلیله شوره سر را درمان می کند .

روغن کرچک در علاج قرحه سر ، ورم های سر و درد گوش مفید است .

اندام های غذا :روغن بادام برای طحال خوب است و برای معده خوب نیست ، زیرا معده را سنگین می کند .

اندام های دفعی :روغن گزنه و روغن کاجیره شکم را روان می سازند .

روغن گل اگر با ماده ای برخورد کند که نیاز به لغزانیدن داشته باشد مسهل است و در حالت اسهال مراره ای قبض است .

روغن کرچک مسهل است و کرم کدو را بیرون می آورد .

روغن بادام در معالجه درد گرده ، بند آمدن بول ، سنگ و درد مثانه ، زهدان و خفگی زهدان سودمند است .

روغن سوسن زایش را آسان می کند .خوردن یا وارد کردن مانند(آمپول)درد زهدان را بر طرف می نماید و در همه این حالات روغن شنبلیله همان تأثیر را دارد و علاوه بر سختی زهدان زخم های درونی آن را نیز از بین می برد و زایمان سخت را آسان می کند .

روغن کرچک در علاج ورم های مقعد ،به هم آمدن زهدان و برگشته شدن آن سودمند است .

تب ها :روغن بابونه در علاج تب های دراز مدت از روغن گل مفیدتر

است .روغن شبت در مداوای تب لرزه بسیار خوب است .

روغن در رسانیدن نرم کردن ،سستی دادن ، از کره قوی تر است و سایر کارهای کره را انجام می دهد .

مزاج : گرم و تر است .

خاصیت :در تن های سخت بی اثر است و در بدن های نرم و متوسط در نرمی و سفتی رسانندگی و گدازندگی دارد . ورم های بیخ گوش را نرم می سازد .

سر :ورم پشت نازک اندام ها را علاج است .

سینه :روغن به تنهایی و به ویژه اگر با عسل و شکر و بادام تلخ همراه باشد ، بلغم و مواد ناسازگار سینه را بیرون می آورد و سینه را نرم نگه می دارد .

بادام را که نوعی قبوضیت دارد اگر با روغن بخورند ملین است . ممکن است قبضی آورد و ممکن است ملین باشد .

زهرها : خوردن روغن در رفع گزند سم خوردگی مفید است .

ریحان

گیاهی است مشهور و دو نوع دارد .

اندام های راننده :ریحان در بادکردگی معده مفید است .

ریحان را بکوبند ، روغنش را بگیرند ، روغن مرهم کنند و بر بواسیر بمالند مفید است .

ریحان سلیمانی

این گیاه در کوههای اصفهان پیدا می شود و شبیه به شبت سبز است .

خاصیت :لطیف و خشکاننده است .

ورم :با سرکه بر باد سرخ و ورم بلغمی می مالند و برگ و روغنش نیز داروی ورم بلغمی است .

قرحه :با سرکه بر قرحه ساری بمالند مفید است .

مفاصل :بر نقرس بمالند سودمند است .

سر :در علاج کج دهنی مفید است .

اندام های راننده :با روغن گل بردارند درد زهدان تسکین می یابد .

زهرها :بر نیش کژدم بمالند خوب است .

ریحان کوهی

همان حوک مشهور است .روغن ریحان کوهی و روغن مرزنگوش دارای نیروی مشابه هستند ، لیکن از مرزنگوش ضعیف تر است و در آن نیروهای مخالف هست .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : هم قابض است و هم مسهل ، زیرا خود به خود قابض است لیکن گاهی با خلطی بر می خورد که برای بیرون آمدن آمادگی دارد خلط را بیرون می راند که در این صورت باید مسهل باشد .گدازنده ،رساننده و بادزا است . زود می گندد و خلط بد و سودایی به وجود می آورد . تخم بادروج داروی سودا است .

دمل و جوش:اگر همراه سرکه وروغن گل بر ورم های گرم بمالند مفیداست.

سر :چکانیدن افشره اش در بینی خون دماغ را متوقف می کند . به ویژه اگر از افشره آن و سرکه آب انگور کهنه و کافور فتیله بسازند علاوه بر در علاج خون دماغ برای سنگینی گوش مفید است .

در بعضی از مزاج ها عطسه آور و در برخی مسکن عطسه است .

چشم :ضماد آن پریدن پلک چشم را از بین می برد . خوردن آن تم چشم می آورد ، زیرا مرطوب است . تبخیر و در چشم کشیدن افشره اش دید را تقویت می کند .

اندام های تنفسی :توان بخشی قلب است . شش و سینه را می خشکاند . در حالت خون برآوردن دارویی خوب است و شیر را به راه می اندازد .

اندام های غذا : دیر هضم است ، زود می گندد ، برای معده بد است .

قابض است و اگر با خلطی برخورد کند که آمادگی بیرون آمدن داشته باشد مسهل خلط است .مدر بول است . مضر معده است ، تخمش داروی بی اختیاری ادرار است .

زهرها :بر جای نیش زنبور و کژدم بگذارند پادزهر است .

ریوند چینی

به عقیده بعضی ریوند بیخ بهمن و ره آورد چین است و به مملکت ما می آید .

خاصیت :گوهر درختش ترکیبی از آبی و هوایی و کمی خاکی تلخ دارد .

آرایش :اگر با سرکه بیامیزند و بر پوست بمالند لکه های سیاه و اثرهای ماندگار بر پوست را می زداید و ماده بوجود آورنده لکه ها را بیرون می دهد .

ورم :با بعضی از داروهای تر ضماد شود و بر ورم گرم بگذارند مفید است .

قرحه :با سرکه مخلوط شود و بر پوست بمالند داروی بیماری ویروسی است .

مفاصل :در افتادن و ضربه خوردن بسیار مفید است .

اندام های غذا :در علاج درد و ناتوانی کبد ، معده ، درد باطنی و سکسکه مفید است .

اندام های رانده :علاج فساد معده ، پیچش و درد روده ، دیزانتری و درد کبد ، آبدان و زهدان و خونریزی است .

تب ها :در علاج تب های دایم و نوبتی مفید است .

زهرها :پادزهر نیش حشرات است .

زاج

بر چند نوعند :سفید ، سرخ ، سبز ، زرد ، قلقدیس ، قلقند ، زاج سوری ، قلقطار که از زاج زرد است .

زاج سبز مصری از قبرسی قوی تر است .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : همه زاج ها سوزنده هستند و خشک ریشه بوجود می آورند .

دمل و جوش:زاج زرد در علاج باد سرخ و ورم های مسری مفید است.

زخم و قرحه :همه انواعش در علاج گری تر و سعفه مفیدند . از آنها فتیله بسازند و در ناصور فرو برند درد و سوزش را بر طرف می کند .

مفاصل :با زاج سوزی و خمر حقنه کنند علاج بیماری اعصاب است .

سر :زاج عموماً و به ویژه زرد آن بازدارنده خون دماغ است .

همه انواعش داروی خوره و ورم های بد لثه هستند .فتیله را به زاج آغشته کنند ، به عسل بمالند و در گوش چرکین وریمی فرو کنند گوش خوب می شود. اگر گرد زاج را در گوش فوت کنند باز مفید واقع خواهد شد .

گرد زاج خوره دندان را متوقف می سازد .

زاج سرخ که به سوری مشهور است دندان های لق را محکم می کند .

مرهمی که با زاج و به ویژه با زاج سرخ باشد خوره دهان و بینی و چرک دهان و بینی را از بین می برد .

چشم :زاج عموماً و بخصوص زاج زرد سختی و زبری پلک چشم را درمان می کند .

اندام های تنفسی :شش را می خشکاند و بعید نیست که انسان را هلاک کند. زهرها :از آنجا که ریه را می خشکاند می توان آن را از سموم شمرد .

زاج سبز

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :خشکاننده و سفت کننده است . بدن را متراکم می کند و خورنده است .گیرندگی و سوزندگی دارد .

زخم و قرحه :داروی ناصور بینی است .

سر :خون دماغ را قطع می کند ، اگر زاج سبز را در آب حل کنند و از این محلول یک قطره در بینی بچکانند تنقیه سر می کند .زاج سبز یکی از داروهای خوب پالایش گوش است و درد سرد گوش را درمان می کند و کرم گوش را می کشد .

اندام های رانده :با عسل بخورند کرم و کرم کدو را از بین می برد .

زهرها :پادزهر قارچ سمی است .

زاج زرد

مزاج : گرم و خشك

خاصيت : بسيار سوزنده ، خشكاننده و بند آورنده خونريزى ها است . سوخته اش خشكاننده تر ، كم آزارتر ، بسيار گيرنده و بسيار گرم است .

ورم و جوش :مخلوط زاج زرد و آب گشنيز را بر پوست بمالند مورچگى و باد سرخ را درمان مى كند .

زاج زرد را بر قرحه پليد و سارى بپاشند مفيد است . گوشت زائد را مى سوزاند و كبره بر زخم مى گذارد .

سر :داروى خون دماغ است . در علاج ورم لثه مفيد است .

چشم :در سرمه مى ريزند ديده را جلا مى دهد و خلط جمع شده در پلك را رقيق مى كند .

اندام هاى راننده :خونريزى زهدان را قطع مى كند .

زاج بلورى

انواع بسيار دارد :پاره پاره ، تر ، گوى آسا ، غلتان .

مزاج :گرم و خشك

خاصيت :بازدارنده ، خشكاننده و همه حالات خونريزى را بند مى آورد .

آرايش :با آب زفت داروى شوره سر ، شپش ، بوى گند دهان و زير بغل است .

زخم و قرحه : علاج قرحه و خيم و خوره زده است .

سر :بر دندان بمالند درد دندان را تسكين مى دهد

زردآلو

مزاج : گرم و تر است . روغن هسته اش گرم و خشك است .

خاصيت : خلط زردآلو زود مى گندد .

اندام هاى غذا : كمپوت زردآلو رفع تشنگى مى كند . زردآلو از شفتالو براى معده بهتر است .

اندام هاى دفعى :هسته زردآلو داروى بواسير است .

تب ها : از آنجا كه بزودى در معده فاسد مى شود تب ها به دنبال دارد . ليكن خوشاب زردآلوى خشكيده در تب هاى گرم سودمند است .

زردچوبه

مزاج :گرم و خشك

خاصيت :بسيار زداينده است .

سر :ماليدنش درد دندان را آرام مى كند .

چشم :افشره اش آب و سفيدى جلو چشم را مى زدايد و در تقويت ديد بسيار مؤثر و مفيد است .

اندام هاى غذا :داروى يرقان است .

زرشک

دو نوع زرشک است : نوعی جلگه ای که گرد و سرخرنگ است و دیگری ریگی یا کوهی که سیاهرگ و مستطیل می باشد.سیاه از سرخ قوی تر است. سرد و خشک و شربت آن در برکندن صفرا بسیار مفید است .

دمل و جوش :ضمادش را بر دمل های گرم گذاشتن بسیار مفید است .

اندام های غذا : معده و کبد را نیرو می دهد و در رفع تشنگی بسیار مفید است .

اندام های دفعی : شکم را بند می آورد ، از خراش روده جلوگیری می کند ، نوشیدنش برای قطع سیلان رطوبت های مزمن رحم بسیار مؤثر است .

می گویند اگر زن باردار چوب زرشک را سه بار به شکم بزند ، یا شکم را با زرشک بپوشاند سقط جنین می کند .

از خونریزی های زیرین جلوگیری می کند .

زرنیخ

گوهری است کانی که به رنگهای سبز و زرد و سرخ یافت می شود .

هر آنچه صاف و بی آلایش است و به آسانی سائیده گردد و بوی کبریت دهد بهترین نوع آن است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : همه انواع زرنیخ سوزنده هستند . ولی زرنیخ سرخ رنگ از زرنیخی که قلقدیون می نامند بهتر است .

آرایش :مو را می سترد . آن را در مداوای کم مویی با صمغ صنوبر می آمیزند .

زخم و قرحه :زرنیخ را با پیه بر زخم ها می گذارند .

دمل و جوش :زرنیخ آمیخته با پیه و چربی داروی گری ، سعفه تر و گندیگی است و پوست را می سوزاند .

اگر زرنیخ آمیخته با پیه و چربی داروی گری ، سعفه تر و گندیگی است و پوست را می سوزاند .

اگر زرنیخ را با مّر مخلوط کنند و بر تن بمالند شپش را ریشه کن می کند ، لکه های خونی را از بین می برد و اگر با زفت باشد در دفع شپش مفید است ، اثر ناخن ها را از بین می برد .

سر :مرهمی که از آن می سازند و به ویژه اگر از زرنیخ سرخ باشد خوره و زخم بینی و دهان را شفا می دهد .

نفس کش :با عسل آب جوشانیده یا عسل آب معمولی بنوشند چرک و ریم بدن را می زداید .

اگر با صمغ صنوبر تبخیر کنند در سرفه مزمن و بر آوردن چرک و ریم مفید است . گاهی زرنیخ را در حبوب ضد برونشیت بکار می برند .

اندام های دفعی :با روغن گل مخلوط شود جوش و بواسیر مقعد را شفا می دهد .

زهرها : بالا آمده آن بوسیله ی حرارت سم است .

زعفران

بهترینش زعفرانی است که تر و تازه و خوشرنگ و دارای بوی تند و خوش باشد و بر موی برگ آن اندکی سپیدی باشد . پر مایه و درست باشد ، زود رنگ دهد ، چسبنده نباشد و خرد نگشته باشد .

مزاج :خشک و گرم

خاصیت :قبض ، گدازنده ، و به سبب قبوضیتی که دارد پزاننده و چسبنده است . گرمای معتدل دارد و باز کننده است . عفونت را می زداید و درون را تقویت می کند .

آرایش :خوردن زعفران رنگ و رو را صفا می دهد .

دمل و جوش : ورم را می گدازد ، بر باد سرخ بمالند مفید است .

سر : سردرد می آورد ، به سر زیان می رساند ، داروی ورم گرم داخل گوش است .

چشم : دیده را جلا می دهد ، اشک ریزی را منع و تیرگی چشم را بر طرف می کند .

با به چشم کشیدنش کبودی چشم که از بیماریها پیدا شده علاج می شود .

سینه : شادی افزا و توان بخش قلب است . بیمارانی که از التهاب حجاب حاجز و پیچش شکم رنج می برند زعفران یا روغن آن را بو کنند به خواب می روند .نفس روان می شود و ابزار تنفسی را نیرو می بخشد .

اندام های غذا : دل بهم آور است . مخالف ترشی است که اشتها را در معده بر می انگیزد و از این رو زعفران اشتها را از بین می برد . کبد و معده را تقویت می کند . معده را دباغ می دهد و قبض می گرداند . برای طحال خوب است .

اندام های دفعی : شهوت انگیز است . ادرار بول کند . زعفران را با موم یا زرده تخم مرغ و دو چندان روغن زیتون مخلوط کنند در علاج سخت شدن زهدان و بهم آمدن دهانه ی آن و قرحه های پلید زهدان مفید است .

زایمان را آسان می کند .

زهرها :اگر سه مثقال را یک مرتبه بخورند از شادی سکته می کنند و می میرند .

زفت

زفت دو نوع است : یکی آبی ، سیاه و مایع که از تیره قیر است و در مرهم ها بکار می رود .

دیگری بیابانی و کوهی است و شیره درخت ینبوت و سایر درختهای صنوبری می باشد .

این شیره اول تر است و بعد که می پزند خشک می شود .

اما اکثر زفت نباتی از درخت ینبوت به دست می آید که آن را (قضم قریش)هم می خوانند . روغن زفت تقریباً مانند قطران است .

خاصیت :خلط های غلیظ را می پزاند .زداینده و گرمی بخش است . ترش بیشتر رساننده و خشکش بیشتر خشکاننده است و در مرهم ها بکار می رود .

آرایش : سفیدی ناخن ها را می زداید . خون را به سوی اندام ها جذب می نماید ، اندام ها را فربهی می دهد و به ویژه اگر مکرر آن را بر اندام بچسبانند و هر باریکه یک دفعه و بزور آن را بر کنند .

زفت را برای علاج ترک پا و سایر ترک ها بکار می برند .ضمادش در کم مویی مایه رویش مو می گردد .

دمل و جوش : زفت و به ویژه زفت تر ورم سخت را نرم می کند .

با آرد جو بر خنازیر گذارند مفید است . زفت را با کبریت یا پوست درخت ینبوت مخلوط کنند سرایت عارضه مورچه را باز می دارد و در علاج غده ها مفید است .

زخم و قرحه :علاج قوباء است . از زخم های گود گوشت بر می آورد ، به ویژه اگر با کوبیده کندر و عسل باشد در باز رویاندن گوشت مؤثرتر است .

زفت تر و زفت خشک هر دو در تنقیه چرکهای پلید قرحه اثر دارند . برای خشکانیدن زخمها زفت خشک مؤثرتر است .

مفاصل : در مداوای ورم ماهیچه سودمند است .

سر : خشک و ترش رویشگاه مژه ها را استوار می کند در رویش مژه کمک می نماید و بیماری (دمعه) را شفا می دهد . زخم چشم را بر طرف می سازد و دید را تقویت می کند .

سینه : زفت و به ویژه اگر همراه بادام و شکر باشد در معالجه سرفه سرد و خشک ، سینه پهلو ، ذات الریه و برآوردن خون مفید است .

زفت رساننده است و اگر با روغن بادام باشد پخته گرداننده تر شود .

اندام های دفعی :ملین است و زیادش مسهل .در علاج ورم گرم و سخت روده ، زهدان و بیضه ها وارد کردن به بدن(آمپول-شیاف...) با آن سودمند است .از داروهای زخم دهانه مثانه به شمار می آید .

ترک های کنار مقعد را زفت بمالند خوب می شود .

زهرها :در برابر زهرها مقاومت می کند و بر مارگزیده مالند مفید است .

زنجفیل

دیسقوریدوس گوید :رنگ آن مایل به سپیدی است ، مزه اش به مزه فلفل می ماند و بوی خوش دارد .زنجفیل ریشه گیاهی است که آن را می خشکانند .

مزاج :گرم و خشک است و رطوبتی زائد دارد که سبب زیاد شدن آب پشت می شود .

خاصیت : گرمای زیاد دارد ، گرمی بخش قوی ، ملین ، نرم کننده و بادشکن است .

سر :هوش و حافظه را زیاد می کند ، رطوبت های اطراف سر و گلو را می زداید .

چشم :خوردن یا در چشم کشیدن آن تیرگی چشم رادرمان می کند .

اندام های غذا :هاضم است و سرمای کبد و معده را سر حال می آورد .

شهوت انگیز ، ملین و ملایم است .

زهرها :پادزهر حشرات موذی است .

زنجبیل بیابانی

بیخ گیاهی است شبیه به مشک زمین چین و از سرزمین چین می آید . لیکن از مشک زمین کلفت تر ،کم بوتر و رنگش خاکی است .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : بادشکن است .

آرایش : چاقی می آورد . بوی آب انگور کهنه و سیر و پیاز را از بینی می برد .

سینه :شاد کننده قلب است .

اندام های غذا :استفراغ را باز می دارد .

بندآورنده ی شکم ، و از بین برنده باد رحم است .

زهرها :پادزهر حشرات موذی و در این زمینه بسیار مفید است .

زنگی دارو

گویند گیاهی است که در سنگلاخ های کم آفتابی می روید .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : لطیف و تحلیل برنده است .

انـدام های غذا : برای طحال بسـیار مفید است . برگ آن را در سـرکه بپزند و مدت چهل روز با سـکنجبین بخورند درد طحال را به کلی از بین می برد . زنگی دارو در تسکین سکسکه و علاج یرقان سودمند است .

سنگ گرده و آبدان را خرد می کند و بیرون می ریزد .

گویند اگر زنان ، زنگی دارو را به خود ببندند مانع بارداری می شود .

زوفرا

دیسـقوریدوس گوید :زوفرا درختی است که در مملکت «لنفوربا »در کوهی به نام «قابیس »که این کوه نزدیک مملکت مصـر است یـافت می شود. ساقه هایش کوتاه و باریک و شبیه به ساقه شبت و گره دار است . برگش شبیه برگ اسپرک و از آن نرم تر است . بوی خوش دارد . سـر ساقه اش باریک و پراکنده ، بر سـر هر شاخه ای تاجی است که غلاف تخمی سیاه ، کاوکی ، مایل به درازی و به تخم رازیانه شبیه و مزه تند و عطرینی دارد .

بیخش سفید و به بیخ گاو شیر شبیه است و بوی مطبوعی دارد .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت : بادشکن و گرمی بخش است .

اندام های غذا :هاضم خوراک و در علاج ورم های بلغمی معده و باد معده مفید است .

چشم :تخم و ریشه آن چشم را جلا می دهند و تیرگی چشم را از بین می برند .

زخم و قرحه :علاج درد گری و خارش است .

بیـخ و تخمش در خشـکانیدن آب پشت تأثیر فیجن را دارد و اگر خورده شود بول و حیض را روان سازد.اگر زن بیـخ آن را فرزجه کند حیض روان می شود. زهرها :خورده شود یا مالیدنی باشد پادزهر کژدم و حشرات موذی است

زوفای خشک

گیاه زوفاکوهی یا کاشتنی است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت : همچون مرزه لطیف است .

آرایش : خوردنش رنگ را زیبا می کند . مالیدنش لکه های صورت را علاج می کند .

دمل و جوش : اگر شربت آن خورده شود ورم های سخت را فرو می نشاند. سر:آب پزش با سرکه درد دندان را تسکین می دهد .

بخار پخته آن با انجیر را در گوش بریزند صدای گوش را می خواباند .

چشم :می پزند و بر چشم ضماد می کنند .طرفه (نقطه خونی چشم) و خون خشکیده زیر پلک را علاج می کند .

سینه :زوفا و آب پزش با انجیر و عسل در بیماری سینه ، برنشیت ، سرفه ، مزمن ، ورم های سخت و بلند نفسی مفید است .

غرغره نمودن با آب پز زوفا در علاج خفگی شکم مفید است .

اندام های غذا : ضمادش که با انجیر و بوره باشد داروی طحال است .

خوردن شربت زوفا برای طحال و استسقا مفید است .

اندام های دفعی :بلغم و کرم ها و کرم کدو را بیرون می آورد . اگر با کرویا و زنبق باشد بسیار مسهل است .

زهره

گیاهی است که برگهایش عدسی و شاخه هایش پایا و کم برگ است .
بیخ باریک دارد .در شوره زارهای گرم و آفتابی می روید و در مزه اش شوری احساس می شود .نوعی دیگر از این گیاه هست که به همیشه بهار شبیه ، رنگش ارغوانی و از آن دیگری خوش رنگ تر است .
زهره اولی زخم را بهم می آورد و بیرون ریختنی ها را نرم می نماید . زهره دومی با سکنجبین خورده شود داروی صرع است .

زهره النحاس

خاصیت : خورنده و با سوزش است .
زخم و قرحه :گوشت زائد را می خورد .
سر :دارو و خشک کننـده قرحه گوش است .سفید آن را بسایند و در گوش دمند ، کری کهنه را از بین می برد .در علاج ورم های بالای دهان و زبان کوچک مفید است .
این دارو را از جمله داروهای خشک کننده بواسیر و زخم های مقعد بشمار آورده اند .

زیتون

درختی است تنومند که در برخی از سرزمینها می روید . از زیتون روغن می گیرند .
روغنی که از زیتون نارسیده گیرند نامش زیت انفاق است و آنچه از زیتون رسیده و میانه رسیده و نارسیده به دست می آید زیت است و بس .روغن را از زیتون کاشتنی و از زیتون وحشی می گیرند .
روغن زیتون اگر کهنه باشد در ضمادها تأثیر روغن کرچك و روغن ترب و روغن سیاه دانه دارد .لیکن از آنها گرم مزاج تر است و کنشش تقریباً آنهاست .
بهترین روغن زیتون که برای تندرستان مفید باشد روغن زیتون نارسیده است.
مزاج :روغن زیتون نارسیده سرد و خشک است .
خاصیت :همه نوع از روغن زیتون تن را توان می بخشد ، جنبش را زیاد می کند و پالاینده است .
آرایش :برگ زیتون وحشی برای کژدمه داروی خوبی است و بر تن بمالند بازدارنده عرق است . روغن زیتون وحشی در بسیاری از کنش ها بـا روغن گل برابر است .روغن زیتون وحشـی مو را نگه می دارد و نمی گـذارد زود سفید شود اما به شرطی که هر روز استعمال شود .
دمل و جوش :ضماد زیتون وحشی در علاج باد سرخ و بیماری مفید
است.ورم گرم را می گدازد .چوب تر زیتون را آتش بزنند ،خونآب هایی که از آن می تراود داروی گری و قوباء است .
زخم و قرحه :روغن زیتون نارسیده وحشی در علاج قرحه تر ، قرحه خشک ، و گری مفید است .
برگ زیتون وحشی داروی باد سرخ ، بیماری مورچه ، جوش های مسری ، جوش های پلید ، جوش های چرکین و شری است .
سوختگی را با زیتون پرورش یافته در نمک آب ضماد کنند تاول نمی زند ، و چرک پلید را می زداید .
مفاصل : حقنه با آب زیتون نمک سرد ـ زیتون شور ـ داروی بیماری اعصاب است .
روغن زیتون شسته داروی درد پی بیماری اعصاب است .

کسانی که نقرس دارند با روغن زیتون کهنه جای نقرس را بمالند مفید است .

سر : برگ زیتون را در آب غوره بجوشانند تا در پرمایگی چون عسل شود ، بر دندان کرم خورده بگذارند دندان را بر می کند .

روغن زیتون وحشی در علاج سر درد همانند روغن گل است .

افشره زیتون وحشی را خشک می کنند ، از آن قرص می سازند و نگه می دارید ، رطوبت های گوش را درمان می کند .

مزمزه کردن با روغن زیتون وحشی خونریزی لثه را باز می دارد و دندانهای لق را استوار می سازد .

انگم زیتون وحشی را اگنه دندان کرم خورده کنند مفید است .

روغن زیتون بهترین معالج درد گوش است .

برگ زیتون ساییده برای از بین بردن جوشهای زبان و دهان مفید است .

چشم : روغن زیتون کهنه (شش ساله را)در چشم بکشند تیرگی چشم از بین می رود .غلیظ شده رسوبی آن ضمن داروهای چشم است .

سینه :بخور کردن زیتون سیاه همراه هسته اش علاج برنشییت و بیماریهای شش است .

اندام های غذا :رسوبی روغن زیتون را بر شکم مستسقی بمالند مفید

است .زیتون تنهای تنها دیر هضم است .زیتون درشت نمک پرورده اشتهاآور ، توان بخش معده می باشد و رکموس قبض بوجود می آورد .

اندام های دفعی :قبل از غذا زیتون را با آبکامه خورند شکم نرم گردد (ملین است)زیتون را با فیجن بپزند علاج پیچش روده و کرم است . در قولنج ورمی مفید و برای علاج قولنج دردی بدان حقنه می کنند .

افشره زیتون را فرزجه کنند نزیف و رطوبت های زهدان را قطع می کند.

شکم را با ضماد زیتون و آرد جو ببندند اسهال مزمن را چاره می کند .

فرآورده روغن زیتون کهنه با آب غوره را اگر حقنه کنند در علاج قرحه درونی مقعد و زهدان سودمند است .

حقنه با انگم ادرار بول و پرزه انگمش ادرار حیض می کند .

زهرها :زهر خورده اگر روغن زیت را با آب گرم بخورد با اینکه دلش بهم می خورد ولی از قوت سم می کاهد .می گویند انگم زیتون وحشی زهری است کشنده .

زیره

زیره چندین نوع دارد : کرمانی سیه ، فارسی زرد ، زیره شامی و نبطی . فارسی از زیره شامی و نبطی قوی تر است و زیره نبطی همان است که در هر کجا بدست آید .

زیره کرمانی بهترین و بعد از آن فارسی از سایر انواع بهتر است .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : گرمی بخش ، بادشکن ، بادزدا ، تکه کننده ، خشکاننده ، و گدازنده است .چنان که گویند قبض هم هست .

آرایش : صورت را با زیره بشویند زیبا شود .خوردن و بکار بردنش رنگ و رو را صفا می دهد .

ورم و جوش :با موم و روغن گل و روغن زیتون و آرد باقلا ـ یا تنها با روغن زیتون ، یا با روغن زیتون و عسل مرهم گردد آماس رگ های بیضه را فرو می نشاند .

زخم و قرحه : سوپ آن برای معالجه زخم ها و بهبودی بخشیدن بسیار سودمند است .

سر : زیره را بسایند ، با سرکه مخلوط کنند و ببویند ، یا اینکه فتیله آلاییده به زیره را در سوراخ بینی کنند خون دماغ قطع می شود .
چشم : زیره را بسایند ، با روغن زیتون بیامیزند و در چشم بچکانند ناخنه را از بین می برد.برلکه های سیاه خونی زیر چشم بچکانند بسیار مفید است .اندام های تنفسی :اگر با سرکه آمیخته با آب بخورند داروی تنگ

نفسی است .

اندام های دفعی : زیره با روغن زیتون یا با موم ، روغن گل یا با روغن زیتون و آرد باقلا برای فرو نشاندن آماس بیضه ، خرد کردن سنگ و به ویژه اگر زیره بیابانی باشد علاوه بر فوائد فوق الذکر در معالجه چکمیزک و خون ادراری و پیچ و درد روده و بادکردگی مفید است .

افشره زیره بیابانی با آب عسل شکم را روان می سازد .

روفس گوید :زیره سبز (نبطی)اسهال می آورد اما زیره کرمانی قبض است .گیاه زیره بیابانی مراره را با بول سرازیر می کند .

زهرها :هرنوع زیره و به ویژه آن زیره بیابانی که تخمش شبیه تخم سوسن است خورده شود ، پادزهر حشرات سمی است .

زیز ــ نوعی پیاز دشتی

قوت و مزه پیاز موش دارد ،بجای پیاز موش استفاده می شود ، و از آن ضعیف تر است .

دردهای سرد زهدان را تسکین می دهد ، اگر با انجیر مخلوط شود و ضماد شود یا آن را بخورند پادزهر نیش کژدم و رتیل است و ضد هر زهری است .

جبسین

سنگ گچ ورقی و شفاف را جبسین می گویند و چون بسوزد لطیف تر می گردد. مزاج :سرد و خشک .

خاصیت :چسبنده است . بر اطراف جای نزیف بگذارند بدان سبب که چسبنده ،گیرنده ، جمع آورنده و لزج است نزیف را باز می دارند و اگر بسوزد لطیف می گردد و خشکانیدنش بیشتر می شود .

سر:اگربر پیشانی بمالند خون دماغ را بند می آورد .

چشم :جبسین را با سفیده تخم مرغ مخلوط کنند تا سخت نشود و بر رمد خونی بگذارند مفید است .

زهر :جبسین از جمله زهرهای خفه کننده و بسیار کشنده می باشد

جو و شلت

جو که مشهور است و شلت نوعی جو است که پوست ندارد و همان کنش های جو را دارد .

مزاج :سرد و خشک .

خاصیت : زداینده و ماده غذائیش کمتر از گندم است .افشره جو از قاوت جو قوی تراست .آرد جو و قاوتش تندی و شدت اخلاط را کاهش می دهند. هر نوع افشره جو مفید است .

آرایش:افشره جو را به گرمی بر لکه های سیاه بمالند مفید است .

ورم و جوش : آن را در آب می پزند مانند سوپ می شود و با زفت و رازیانه مخلوط می کنند و بر ورم سفت می گذارند ورم را نرم می کند .

در آب پخته جو یا جو و آب پر مایه اش داروی ورم های گرم است .

قرحه :در سرکه بسیار تند و پر مایه بپزند و بر گری چرکین بگذارند شفا می دهد .

مفاصل :جو ،به و سرکه را ضماد کنند و بر نقرس بگذارند مفید است .

ریزش مواد ناجور را از مفاصل باز می دارد .

سینه :افشره جو داروی بیماریهای سینه است .افشره جو را با تخم رازیانه بخورند شیر پستان را افزونی می دهد . آرد جو برای معده خوب نیست .

اندام های راننده :قاوت و آب پز قاوت جو قبوضیت می دهد .

تب ها :آب جو سردی می دهد و تب ها را رطوبت می بخشد .

جوجادو

دانه ای است تلخ مزه و شبیه به جو .رنگش کمی به سرخی مایل و گلش از جو درازتر و باریک تر است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :قبض است و شکم را بند می آورد .

دمل و جوش :سخت ها را نرم می کند .

سر :راه بندان بوجود می آورد .

اندام های دفعی :شکم را بند می آورد . اگر در آب پز آن بنشینند در علاج درد و سستی مقعد بسیار مفید است .خوردن خرد شده آن مخلوط با روغن زیتون در علاج بواسیر مفید است .

زهرها :پادزهر است .

جوزرومی

آن را اکیروس نیز می نامند . گویند درخت جوز رومی در کنار رودخانه ای به نام «لیرندانوس »نشو و نما می کند . شیره این درخت بعد از آنکه می تراود در آب رودخانه می بندد .

مزاج :بسیار گرمی بخش و خشکاننده است . صمغش در منتهای گرمی و گرمی گل آن از آن بیشتر است .

اندام های سر :اگر میوه آن را با سرکه بخورند داروی صرع است .

مفاصل :برگ آن را با سرکه ضماد کنند تپش ناشی از نقرس را تسکین می دهد .

اندام های غذا :خوردن صمغ آن معده را از رطوبت ناسازگار نگاهداری می کند .

اندام های دفعی :خوردن صمغ آن نمی گذارد رطوبت های نامطلوب بسوی روده روان شوند .

این انگم را در مرهم ها بکار می برند .

جو دوسر ،یولاف

قوت دانه اش همان قوت جو و در حقیقت چیزی است میانه گندم و جو .

قاوت و نیم کوبیده اش از قاوت و نیم کوبیده جو قبض تر است .

مزاج :معتدل و مایل به رطوبت است .

خاصیت :بدون سوزش خشک می کند و گدازندگی و قبوضیت دارد .

جیوه ، سیماب

به دو طریقه بدست می آورند یا راساً از منبع بدست می آید .یا اینکه از سنگی که درمعدن جیوه است تهیه می شود .استخراج جیوه از سنگ جیوه همان عملیات استخراج طلا و نقره را دارد که با فشار حرارت از معدن جدا می شود .

سنگ جیوه اگر بی آلایش باشد و آمیزه ای از خاک و سنگ دیگری در آن نباشد ، همرنگ شنگرف یا صحیح تر بگوئیم شنگرف همرنگ آن است و باز به آن نمی رسد .

مزاج :گرم و تر است .

خاصیت :بالا برنده و قابض است .

آرایش:جیوه مرده با روغن گل ،شپش و رشک شپش را از بین می برد .

زخم قرحه :جیوه مرده با روغن گل و با داروهای ضد گری علاج گری و در مداوای زخم چرکی سودمند است .

مفاصل :بخار جیوه باعث فلج و سوزش می شود و خشکی ها را با خود می آورد .

سر :دود جیوه شنوایی را از بین می برد و دهان را بدبو می کند .

چشم :دود جیوه باعث کوری چشم می شود .

زهرها :بالا آمده جیوه از فشار حرارت بسیار قطع کننده ،از سموم قاتل و علاج آن نوشیدن شیر و استفراغ کردن است .جیوه موش کش است و حشرات و مارها از دودش گریزانند .

چاتلانقوش

ثمر درخت سقزیابنه .این درخت درسرزمین های سردسیر بسیار مشهور است .

مزاج :گرم و خشک .

خاصیت :گرمی بخش ،نرمی بخش ، پالاینده ، قبض و شیره آن از شیره مصطکی تلخ تر و در گدازندگی مؤثرتر است . در شیره اش اندکی قبضی هست و بسیار زداینده و بازکننده خوبی است .

می رساند ،نرم می کند و مواد را از ژرفاهای تن بسوی خود می کشد .

در اکثرحالات کار مصطکی را انجام می دهد .دود ثمربنه همچون کندر بی آزار است .

آرایش :صورت را جلا می دهد . لکه های سیاه را از بین می برد . سقزدرختی برای ترک های صورت داروی خوبی است .

ورم و جوش :شیره اش ورم های سخت را نرم می کند و می رساند .

زخم و قرحه :گری و بیماریهای ویروسی پوست را از بین می برد .

شیره اش درمرهم هایی که برای پاک کردن زخم ها و خشک گردانیدن ریم و چرک می سازند بکار می رود.زخم های رویه پوست را بهبود می بخشد ،درعلاج خارش قرحه ،گری چرکین ، گری بلغمی و جوش های بلغمی سودمند است .

مفاصل :روغنش جزئی از مرهم های ضد خستگی ،فلج و دهان کجی است .سر:شیره اش همره عسل و روغن زیتون رطوبت های گوش را از بین می برد .

چشم :دودش به چشم آید خوره پلک ها را علاج و از ریزش مژه جلوگیری می کند .

سینه :مالیدن یا ضماد آن در مداوای پهلو درد مفید است .

شیره اش را تنها یا همراه شیرینی بلیسند قرحه شش و سرفه مزمن را بر طرف می کند .

اندام های غذا :میوه درخت سقز و به ویژه روغن دانه اش داروی طحال است .سینه را تنقیه می کند لیکن اشتهای طعام را از بین می برد .

اندام های دفعی :ثمربنه هیجان انگیز است و بول را ادرار می دهد . شیره اش نیز ادرار می آورد .

زهرها :شیره و ثمرش را همراه آب انگورکهنه نوشند پادزهر رتیل است.چلغوزه

بار درشت درخت صنوبر است و از گردو مغذی تر می باشد ولی دیر هضم تر است .

مزاج :معتدل است و اندکی گرمی دارد .

خاصیت :تغذیه پرمایه و خوب و نیروبخش می دهد رطوبت های تباه روده را از بین می برد .دیر هضم است .اگر سردمزاجان با عسل و گرم مزاجان با نبات بخورند هم خوب هضم می شود و هم تغذیه بیشتر می دهد .

اگر در آب بخیسانند تند و تیزی و زبان گزی خود را از دست می دهد و بسیار تغذیه دهنده تر می شود .حتی دانه های خرد و کوچک آن که مواد غذایی در بر ندارند اگر در آب خیس شوند از دارویی بودن به غذایی بودن تبدیل می شوند. دانه های خرد صنوبر شناخته شده و در هر جایی هست .

مفاصل :درعلاج درد عصب ، پشت درد ، بیماری اعصاب و احساس سست بودن مفید است .

اندام های تنفسی :در تنقیه شش نظیر ندارد .هر چه چرک و خلط متراکم است بیرون می آورد .

اندام های دفعی :شهوت انگیز و به ویژه مربای آن شهوت انگیزتر است . چرک و سنگ مثانه را مداوا می کند .

زهرها :همراه انجیر و خرما پادزهر نیش کژدم است .

حب الصنوبر

دانه این درخت از پسته باریکتر است و پوست نازک و زودشکن دارد .سرخ رنگ آن مغذی و سفید رنگ آن و چرب و خوشمزه است .

حب الصنوبر کوچک بیشتر از آنکه غذایی باشد دارویی است .

مزاج :دانه صنوبر بزرگ معتدل است و گرایش به سوی گرمی و نمناکی دارد .دانه صنوبر کوچک گرم و خشک است .

خاصیت :رساننده ، نرم کننده ، گدازنده ، گزنده و گزندگی ناخشکیده اش بیشتر است . دانه صنوبر را در آب بخیسانند گزندگی اش از بین می رود .

آرایش :چاق کننده است .

مفاصل :اگر دانه صنوبر بزرگ خورده شود سستی و ناتوانی تن را علاج می کند و رطوبت های تباه را از تن بر می چیند و می خشکاند .

سینه :دانه صنوبر کوچک و بزرگ به تنهایی و به ویژه اگر با آب انگور تازه تلخ خورده شود رطوبت گندیده شش را درمان می کند . چرک و ریم سینه را بیرون می راند .در خون برآوردن و سرفه مفید است .

دانه صنوبر را با آب انگور شیرین بپزند و بخورند شش را از چرک و ریم پاک می کند .

اندام های غذا :همراه گیاه خارا گوش ضماد کنند و بر معده بگذارند معده را توان می بخشد . دانه صنوبر دیر هضم است و غذای بسیار و نیرومند می دهد . اما اگر در آب گرم نخیسانند معده گز است .گرمی داران باید دانه صنوبر را با تبر زد بخورند و سرد مزاجان با عسل که هم زود هضم ،هم غذای خوب و هم برای معده مفید باشد .

اندام های دفعی :دانه صنوبر را با کنجد و تبرزد یا با عسل بخورند آب پشت را بسیار فزونی می دهد .زیاد خوردن آن و زیاد

خوردن مرزه کوهی پیچ و درد شکم می آورد

حب البان

درختی است که دانه هایش بزرگ تر از نخود ،مایل به سفیدی است و مغزی نرم و روغنی دارد .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت درمانی :خود حب البان و به ویژه مغز آن تنقیه کننده است و مواد غلیظ را می برد .اگر با سرکه و آب خورده شود از آنجا که تلخی و گیرندگی دارد انسدادهای درونی را باز می کند و داغ گداز است .

پوسته اش بیشتر قابض و روغنش نیز خالی از قابضیت نیست و عموماً زداینده و برنده است .

آرایش :دانه بان و روغن آن نقطه ها و لکه های سفید و سرخ و سیاه صورت را بر طرف و اثر زخمها را از بین می برد .

دمل و جوش :دانه بان همراه با مرهم درعلاج دمل های سخت و زگیل بسیار مؤثر است .

زخم و قرحه :دانه بان که با سرکه باشد در مداوای جرب پوسته انداز ، جرب چرکین ، جوش های شری و سعفه (بیماری جلدی کچلی مانند) سودمند است .

مفاصل :دانه بان به ویژه روغن آن پی را گرمی می دهد و سفتی های پی و ترنجیدگی را نرم می نماید .

سر:خونریزی بینی را به سبب قبوضیت بند می آورد . روغن بان و به ویژه اگر با پیه اردک باشد درد و صداهای گوش را از بین می برد .

جوشیده ریشه بان را مزمزه کننده درد دندان تسکین می یابد .

اندام های غذا :با سرکه در معالجات تصلبات کبد و طحال مفید است .

گاهی حب البان را با نان و آرد شلمک و عسل آب یا آرد گاودانه ، یا آرد سوسن مخلوط می کنند و ضماد آن را بر طحال می گذارند .

حب البان با معده سازگار نیست و دل را بهم می زند .اگر یک مثقال از بان یا میوه آن را با عسل بخورند به شدت قی می کنند و اسهال آور است .

اندام های دفعی :یک مثقال از دانه بان را با عسل بخورند بلغم خام خارج می شود و اگر فتیله را با روغن بان بیندایند و بردارند بلغم خام را بیرون

می راند.

حب القلقل

سفیدش بزرگ تر از کاجیره است .تماماً مستدیر نیست .

مغزی دارد چرب و خوشمزه .بعضی گویند دانه انار بیابانی است .

مفاصل :تن های سست را توان می بخشد .

خاصیت :در روغن جوشیده اش سبک تر است .

آرایش :فربهی می آورد .

سر :سردرد می آورد و به ویژه اگر آن را مزه آب انگور غلیظ کهنه کنند .

اندام های غذا :زیاد خوردنش امتلا می آورد ،قی و اسهال بدنبال دارد .

اگربا تبر زد و شکر و عسل بخورند زود هضم تر است .

درروغن جوشیده اش بهتر است .دانه ریزش سوزش بسیار به معده می دهد.

حناء

دیسقوریدوس گوید :حماء درختچه ای است که برگهایش بالای شاخه ها قرار گرفته و به برگ زیتون شباهت دارند . لیکن از برگ زیتون بهتر و نرم تر و سبزرنگ تر است .

گل حناء سپید است ،به گل اشنه می ماند و بوی خوش دارد .

تخم حناء سیاه و شبیه به تخم گیاهی است که آن را یاس کبود می خوانند .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :دارای نوعی گدازندگی و گیرندگی است . خشک می کند ولی آزار نمی رساند و تحلیل می برد .بادشکن است و دهانه رگ ها را باز

می کند.روغن حنا بسیار گرمی بخش و نرم کننده است .

آرایش :حنا و آب کندس را بر مو بمالند مو را سرخ رنگ می کند .

دمل و جوش :آب پز حنا در علاج ورم گرم ، بلغمی و ورم پره بینی مفید است و می خشکاند .

زخم و قرحه :آب پز حنا را بر سوختگی بپاشند مفید است .

مفاصل :درد پی ها را تسکین می دهد . در مرهم فلج و کشیدگی مفید است .

روغن حنا خستگی را از بین می برد . پی ها را نرمش می بخشد و در شکستگی استخوان مفید است .

سر :حنا و سرکه را بر پیشانی مالند سردرد تسکین می یابد .

حنا و سرکه در علاج زخم دهان و جوش های زبان و پیرامون زبان

مفید است .سینه :داروی ورم داخلی حجاب و در مرهم خناق وارد است .

اندام های دفعی :درد زهدان را درمان می کند .

خار مصری

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :خشکاننده است و نزله ها را قطع می کند .

زخم و قرحه :بیخ آن و به ویژه تخمش در مداوای زخم ها بسیار مؤثراست .

سینه :برای ورم گلو مفید است .

اندام های غذا :برای ورم معده سودمند است .

خانق النمر

دیسقوریدوس گوید :شاخه های این گیاه باریک و بلند و به زحمت کوبیده می شوند و برگش شبیه برگ لبلاب و از آن نرم تر و نوک تیزتر است و بوی گران دارد .

خاصیت :برگ این گیاه را با پیه مخلوط کنند و با نان بپزند گرگ و سگ و روباه از این نان بخورند فوراً نیروی خود را از دست

می دهند و می میرند .

نباید این دارو را در بیرون و درون تن بکار برد .

زهرها :سم قاتل است .گویند اگر نزدیک کژدم ببرند می میرد .

خرمای تر

مزاج :گرم و تر است .

خاصیت:خونی که از خرمای تر بوجود می آید .بیم زود گندیدنش می رود ،بد است و علاجش با بادام و گلنگبین است و باید قبل از خوردن رطب کاهو خورند و بعد از خوردنش سرکه و سکنجبین بنوشند .

اندام های غذا :با معده سرد سازگار است .

نفس :به زیان حنجره و صدا است .

اندام های راننده :ملین است و گوهر آب پشت را فزونی می دهد .

خرچنگ دریایی

خاصیت :سوخته اش از هر سوخته دیگر لطیف تر است .

آرایش :سوخته اش دندان را پاکیزه نگه می دارد و لکه های سیاه و کک و مک را از رخساره می زداید .

قرحه :سوخته اش زخم چرکین را خشک می کند و در گری سودمند است .

چشم :اشک را مانع است و همراه نمک بسایند ناخنه را از بین می برد .

فتیله از آن بسازند و بر پلک بمالند گری پلک را از بین می برد و در جلا دادن چشم بسیار سودمند است .

خسک ـ سه کوهک

دو نوع خسک هست . اولی برگش به برگ خرفه می ماند و از آن باریک تر و دومی نمناک است که در جاهای مرطوب و کنار آب ها می روید .

مزاج :هر دو نوع خار خسک سرد و خشکند .

خاصیت :از آنجا که گیرنده و رساننده و نرمش دهنده است ریزش مواد را باز می دارد .

دمل و جوش :مانع ورم گرم و ریزش مواد است و برای ورم های گلو داروی خوبی است .

زخم و قرحه :خسک آمیخته با عسل در علاج زخم گندیده و بازرویانیدن گوشت سودمند است .

سر :در علاج قرحه های گندیده لثه مفید است .

چشم :آبش را در چشم بچکانند خوب است .

اندام های تنفسی :ورم های پیرامون گیر ماهیچه گلو را معالجه می نماید .

شهوت انگیز ، خرد کننده سنگ گرده و آبدان است .

افشره اش تأثیر خود او را دارد ،در علاج عسرالبول و قولنج مفید است .

زهرها :پادزهر مارگزیده و سم های کشنده است .آب پزش کک را از بین می برد

خنّثی

برگش همچون برگ گندنای شامی و ساقه اش صاف و بر سر ساقه گل است و ثمرش دراز و مستطیل چون بلوط و تند مزه است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :خنثی و به ویژه بیخش زداینده و گدازنده است .

آرایش :این گیاه و به ویژه خاکستر بیخش داروی کم مویی و بیماری خونی می باشد و اگر خاکسترش را بربهک بمالند و در آفتاب بنشینند مفید است .

ورم و جوش :ضماد بیخش که با درد آب انگور کهنه باشد در علاج قرحه چرکین و بدخیم مفید است .

مفاصل :داروی سستی ماهیچه و درد استخوان است .

سر :افشره اش را تنها یا با عسل و آب انگور کهنه و مر مخلوط کنند چرك و ریم را از گوش می زداید و اگر در گوش عکس طرف دندان دردمند بچکانند درد دندان تسکین می یابد .

چشم :افشره بیخش برای چشم مفید است .

نفس کش :در علاج پهلو درد و سرفه مفید است .

بیخش را که با آب انگور کهنه بر پستان ورم کرده بگذارند سودمند است .

اندام های غذا :درعلاج یرقان بد نیست .

اندام های راننده :بول و حیض را ریزش می دهد .ثمر و گلش را با آب انگور کهنه بخورند مسهل است .بیخش را با درد آن بر ورم بیضه بگذارند مفید است .

زهرها :پادزهر نیش حشرات است .

ثمر و گلش را با آب انگور کهنه بخورند در نیش کژدم و هزار پا بسیار مفید است .

خولنجان

تکه هایی پیچیده ، به رنگ سرخ و سیاه ، تند مزه ، خوشبو ، سبك وزن و ره آورد چین است .

ماسرجویه گوید : خولنجان و خسرودارو یکی است .

مزاج : گرم خشك .

خاصیت : لطیف و بادشکن است .

آرایش : دهان را خوشبو می کند .

اندام های غذا : با معده سازگار است و خوراك را هضم می کند .

اندام های راننده :درعلاج قولنج و درد گرده مفید و در غریزه جنسی کمك می کند .

خیار چنبر

تخمش از تخم خیار بهتر و نارسیده تر باشد لطیف تر و بهتر است .

مزاج :سرد و تر .

خاصیت : صفرا و گرمی را خاموش می کند .

ورم و جوش :برگ آن را با عسل بیندازند و بر جوش های (شری) بلغمی بگذارند مفید است .

نفس کش :غش کرده گرم مزاج آن را ببوید به هوش می آید و نشاط از سر می گیرد .

اندام های غذا :برای معده خوب است و تشنگی را دفع می کند اما کمتر به خوبی هضم می شود .

انـدام های راننـده :بول را ریزش می دهد . شکم را نرم کند . درد اطراف ذکر و میان ران ها را تسکین می دهد . با آبدان سازگار است .

زهرها : برگش در علاج سگ هار گزیده مفید است .

خیار شنبر

دو نوع خیار شنبر هست یکی کابلی و دومی بصرائی .

بهترینش آن است که از نی به دست می آید و درخشنده و چرب تر است .

مزاج :تر است و حرارت و سردی معتدل دارد .

خاصیت : تحلیل بر و نرمش بخش است .

ورم :علاج ورم هـای گرم درون است و اگر با آب تاجریزی بـدان غرغره کننـد آماس گلو را فرو می نشانـد .بر ورم سـخت بمالند مفید است .

مفاصل :مالیدنش بر پوست درد نقرس و مفاصل را از بین می برد .

سینه :اگر با آب گشنیز تر و لعاب اسفرزه بر گردن و سینه بمالند و بدان غرغره کنند در علاج خناق مفید است .

اندام های غذا : تنقیه کبد می کند ، در علاج یرقان و درد کبد سودمند است .

اندام های راننده :ملین است . مراره سوخته را بیرون می آورد و اسهالی بی آزار می دهد .

آب

آب های ناپسـند عبارتند از :آبهای راکد ، آبهای مرداب ها ، آبهای بد مزه و بدبو،آب های تیره ، پرمایه و سـنگین وزن ، آب هایی که زود سنگ می شوند ، آب هایی که پرده ای بر آن نمودار است و چیزهایی بیگانه را بر آن می بینند .

گزنـد آب هـای بوره ای بوسـیله ی :شیـر ، آب انگور ، کهنه ، نشاسـته ، و آب انگور کهنه رقیق ریحـانی و هماننـد آن ،سـنجد خام ،خیار نارسیده ، سبزیهای لطافت بخش و ادراری دفع می شود .

چـاره آب پرمایه و تیره رنگ با لطافت بخش هایی چون :سـیر، پیاز، گنـدنا است و اگر بعـد از آن آب انگور کهنه بنوشـند یا با آن مخلوط کنند آسیب رسان نیست .

گاهی که آب را آب زبر گویند منظور از آن آب غلیظ پر مایه یا آب بسیار زداینده است و گاهی هم آبی را که در هنگام شستشو بسیار پاک کننده است زبر می خوانند .آب تلخ را می توان به وسیله ی شیرینی ها اصلاح نمود .

برای دفع آب شور ، خرنوب شامی ، دانه آس ، زالزالک ، گل آزاد و قاوت بکار می رود .عموماً آب بـدخیم را می توان بوسـیله ی سرکه اصلاح کرد.

مزاج :آب دریا تند و تیز است . آب بوره ای گرم و خشک است . آب مسی و آهنی برای درون خوبند .

خاصـیت :آب سرد برای کسانی که بنه آمده ها دارند زیان آور است . لیکن برای کسانی که جسم متخلخل دارند و برای بند آمدن هر نوع سیلان و نزیف موادی که سبب بیماری می شوند خوب است .

آرایش :آب دریا داروی ترک های ناشی از سرما است بشرطی که چرکین نشده باشند .شپش کش است ،خون بند آمده در زیر پوست را تحلیل می دهد. آبهای گوگردی در علاج بهک و برص مفیدند .

ورم و جوش :آبهای گوگردی در فرو نشاندن ورم مفاصل و نرم کردن سخت شده ها و برکندن زگیل های آویز کاری هستند .

زخم و قرحه :آب صاف و زلال با قرحه سازگار نیست ورطوبت می افزاید. نباید آن را به قرحه نزدیک کرد .

آب دریا برای خارش ،گری و قوباء مفید است . شستشوی تن با آب گوگردی در علاج قوباء، گری و جوش های سعفه مفید است .

مفاصل :آب دریا و هرآبی که هم مزاج اوست اگر تن را در آن شستشو دهند در بیماریهای عصب مانند لرزش ، فلج ، تخدیر شدن و غیره مفید است .

آب گوگردی نیز همچون آب دریا و درتسکین درد مفاصل ، درد سر و عصب مفید است .

سر:آب نیمه گرم برای صرع داران خوب است و از آب گرم زیان می بینند. بخار دریا سردرد سرد را از بین می برد .آب مسی برای دهان و گوش سودمند است

چشم :آب کویری برای چشم بد است .

اندام های تنفسی :آب بسیار سرد به نفع سینه نیست .آب نیمه گرم در علاج ورم های گلو ،زبان کوچک و سینه مفید است .

آب دریا را بر پستان بپاشند از آماس آن می کاهد .آب بوره ای شاید برای شش خوب باشد .آب زاج بلوری در خون برآوردن مفید است .

اندامهای غذا :آب آهنی با طحال و معده سازگار است و آب مسی تقریباً چنین است .آب بسیار سرد مخصوصاً برای بیمارانی که بندآمدنی ها دارند ضرر دارد .

آب دریا و همانندش با معده ناجور است .بخار آب دریا در علاج استسقا مفید است .آب بوره ای شاید برای معده مرطوب خوب باشد .

آب زاج بلوری بازدارنده استفراغ است و در این باره اثر خوب دارد .آبی که از گل سیاه بر می آید گیرنده و از این روی در منع استفراغ مؤثر است .

آب های گوگردی در علاج ورم ،درد کبد و طحال اثر دارند .

اندام های دفعی :آب دریا را در حقنه بکار ببندند درد و پیچ روده تسکین می یابد .آب دریا را بخورند اسهال می دهد ، اما گزیدگی دارد و بهتر است بدنبال نوشیدنش سوپ مرغ بخورند .

آب های زاج بلوری ضد سقط بچه و ریزش حیض است .

آب های گوگردی برای دفع درد زهدان سودمندند .آب بسیار سرد برای غریزه جنسی خوب نیست .شکم را بند می آورد .

آب شور اول اسهال می دهد و بعد بوسیله ی خشکی که در اوست شکم را بند می آورد .

آب های معدنی عموماً مانع ریزش بول و حیض و بچه آوردن هستند .

اکثر آب های معدنی شکم را اسهال می دهند و خشکی می آورند .مثلاً آب زاج بلوری بند آورنده شکم است و گاهی قولنج می آورد .

آب های آهنی و مسی برای گرده بسیار خوب و در علاج قولنج مفیدند .

آب های تیره سنگ کلیه و مثانه پدید می آورند .آبی که آهن تفته را در آن بگذارند داروی خون برآوردن است .

تب ها:آب های گوگردی و گل آلود و آب راکد مردآب ها سبب تب می شوند. آب غلیظ تب سه در میان می آورد .

زهرها :مارگزیده در آب دریا بنشیند سود می بیند و این علاج پادزهر سایر گزنده های کشنده است .

آویشم(به زبان عامیانه آویشن)

گیاهی است که بیشتر مردم آن را می شناسند .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :گدازنده و قطع کننده است .

آرایش :زگیل ها را از بین می برد .

ورم و جوش :ضمادش با سرکه داروی ورم های بلغمی است .

مفاصل :خوردن آن در علاج ناتوانی پی ها خوب است .ضمادش با قاوت و آب انگور کهنه علاج عرق النساء می باشد .نوشیدنش درد انتهای دنده ها را از بین می برد .

چشم :اگر آویشم را با غذا همراه کنند قوت چشم را نگه می دارد و کم سویی را از بین می برد .

سینه :سینه وشش را می پالاید و علاج خون بر آوردن است .

آب پزآن مسکن درد انتهای دنده هاست بشرطی که با عسل باشد و بلیسند . از قوت خشکنده ای که دارد خون برآوردن را باز می دارد .

اندام های غذا :در هضم کمک است .شربت آن سوء هاضمه را از بین می برد .کسانی که بسیار کم اشتها هستند به اشتها می آیند .

اندام های دفعی :بول و حیض را راه می اندازد .کرم را بیرون می راند

آس

مزه تلخ آمیخته با گسی و شیرینی دارد و گسی آن سبب سردی آن شده است .

برساقه آن برجستگی هایی است که به اندازه ی کف دست و همرنگ ساقه است.این برجستگی ها از بخش دیگر آس قوی تر است .

گسی آن در هنگام مکیدن آنقدر محسوس است که زبان را نیشگون می گیرد . این برجستگی ها دارای گوهر خاکی و کمی گوهر لطیف است .

بهترین نوع آن به منظور استفاده درمانی گونه ای است که رنگش به سیاهی می زند ،به ویژه «آس خسروانی »که در کوهساران می روید .

بهترین نوع گل آن از نظر طبی گلهای سپید رنگ است .

افشره ی برگ و میوه آس بهترین ماده درمانی است . چنانچه افشره اش کهنه شود ناتوان می گردد و کفک بر آن می نشیند .

مزاج :دارای گرمی لطیف و سردی بر آن غالب و گیرندگی آن بیشتر از سردی است .

خاصیت درمانی :اسهال ، عرق و هر نوع خونریزی و هر نوع سیلانی را بسوی اندام ها بند می آورد . اگر تن را در گرمابه با آس مالش دهند تن را توان می بخشد و رطوبت های زیاد پوست را بر می کند .

پخته آن استخوان شکسته را به هم جوش می دهد .

سوخته آن را می توان به جای توتیا در خوشبو کردن بدن بکار برد .

مرهم ،ضماد ، شربت و رب میوه آس برای جلوگیری از نوع خونریزی (نزیف)مفید است .

گیرندگی آس قوی تر از سردی بخشی آن است .

ارزش غذایی آن اندك است .

در بین شربت های دارویی جهت بند آوردن شکم ،درد شش و سرفه ، شربتی چون آس وجود ندارد .

آرایش :روغن ،افشره ، پخته شده آس و به ویژه دانه آس ریشه موها را تقویت می کند ،از ریزش باز می دارد و سبب بلندی و سیاهی مو می گردد .

دانه آس را اگر در کره بپزند بازدارنده عرق است و خراش ناشی از عرق را اصلاح می کند .برگ خشکیده آس بوی بد زیر بغل و پیچ و خم های بدن را از بین می برد .

خاکستر آس کار توتیا را می کند و لکه و ککك و مکك را می زداید .

ورم و جوش :ورم های گرم و باد سرخ و مورچه و جوش و زخمها و هر نوع زخمی که بر کف دست آید و انواع سوختگی با آتش چاره شان آس مخلوط با روغن زیتون است .

مفاصل :اگر میوه آس را در آب انگور کهنه بپزند و ضماد کنند سستی مفاصل را از بین می برد .

اندام های سر :خون دماغ را بند می آورد . سبوسه را می زداید و زخمهای سر را می خشکاند . اگر آب آس را در گوشی که قرحه دارد یا چرکین است بچکانند خوب می شود . شربت آس سستی لثه را از بین می برد .

اندام های چشم :علاج درد و برآمدگی چشم است .

اندام های تنفسی و سینه:قلب را توان می بخشد و خفقان را از بین می برد.میوه آن بوسیله ی شربتی که دارد علاج سرفه است و اسهال را باز می دارد. میوه و رب میوه اش در خونریزی ها مفید است .

اندام های تغذیه :مانع سوزش در مجرای بول و سوزش مثانه است .

افشره میوه آن بول را ریزش می دهد و در جلوگیری از ریزش زیاد خون حیض مفید است .

آب آس شکم را بند می آورد .

آغشته کردن تن با آب آس مانع اسهال مراری و سودایی می شود .

اگر میوه اش پخته شود رطوبت های زهدان را از جریان باز می دارد .

ضماد آن برای علاج بواسیر و آماس بیضه ها مفید است .

آس پخته شده از بیرون آمدن مقعد و زهدان جلوگیری می کند .

زهرها :آس و میوه آن را اگر با آب انگور کهنه بنوشند برای علاج نیش کژدم و رتیل مفید است .

آزاد درخت

این درخت معروف است و ثمری دارد که به (نبق)شبیه است .در ری آن را درخت هلیله و کنار نامند و در طبرستان آن را بطاحك خوانند . درختی است بزرگ و تنومند .

مزاج :گرم و خشك .

خواص درمانی :شکوفه آن باز کننده انسدادها است .

آرایش :آب برگ و به ویژه برگ آن که مخلوط با آب انگور کهنه باشد شپش کش است و مو را بلند می کند .

اندام های سر :شکوفه اش انسداد مغز را باز می کند .

اندام های تنفسی :ثمر آن برای سینه بسیار زیان آور و کشنده است .

اندام های غذا :ثمر آن برای معده بد است و معده را زحمت می دهد .

تب ها :گویند اگر الیاف آن را با شاه تره و هلیله بپزند و بخورند تب های بلغمی را بکلی بهبود می بخشد .

زهرها :اشفره شاخه های نازک آن که با عسل مخلوط بشود پادزهر هر سمی است .میوه اش شاید سم کشنده بشود .

برای بلند شدن موی سر می توان به جای برگ آزاد درخت ،برگ شاهدانه و آس و سدر بکار برد .

آنک

منظور از این نام تنها سرب سیاه است .سرب سیاه گوهر آبی بسیار دارد که از سرما بند آمده است .

مزاج :سرد و تر است .

دمل و جوش :آنک را با بعضی از روغنها در میان دو سنگ مخصوص سائیدن دارو می سایند چرک و سیاهی که از آن بدست می آید در مداوای دمل های گرم مفید است آن را سرد می گرداند .

علاج زخمهای پلید است که قرحه های سرطانی را هم شامل می شود .

برگه سرب را بر خنازیر ،غده و قرحه مفاصل بگذارند و ببندند بسیار خوب است .زیرا در گدازندگی بسیار فعال است .

زخم و قرحه :سائیده آن بطریقه نامبرده و کوبیده سرب به ویژه شسته آن در علاجزخمهای چرکی پلید ،سرطانی و مفاصل سودمند است .

مفاصل :سائیده و کوبیده سرب قرحه مفاصل را چاره می کند و اگر بر غده مفاصل ، و مفاصل پیچیده بگذارند و ببندند بهبودی بخش است .

چشم :سوخته سرب و به ویژه شستشو داده آن رمد خشک و قرحه های چشم را معالجه می کند .

اندام های تنفسی و سینه :سوخته ،سائیده و کوبیده سرب در مداوای قرحه های سینه سودمند است .

اندام های دفعی :سائیده نامبرده و کوبیده آن علاج بواسیر است . بر کمر بستن برگ های آن خواب های پریشان را بر طرف می کند ،شهوت جماع را فرو می نشاند و در علاج زخمهای قرحه های ذکر و بیضه ها سودمند می باشد .

آمله

گرمای خون را فرو می نشاند .ریشه موها را قوی می گرداند و مو را به رنگ سیاه در می آورد .

مفاصل :برای پی ها و مفاصل مفید است .

چشم :دید را تقویت می کند .

نفس و سینه :قلب را قوت و صفا می دهد و مایه افزایش هوش و ذکاوت می شود .

اندام های غذا :معده را تقویت و دباغی می نماید .قی را باز می دارد ، تشنگی را فرو می نشاند و اشتهاانگیز است .

اندام های دفعی :معده را نیرو می بخشد و شهوت انگیز است . برخی برآنند که بندآورنده ی شکم است .

مربای آن ملین است، هیچ زحمت نمی دهد و در علاج بواسیر مفید است .

آذریون

مزاج :گرم و خشک کوبیده اش با سرکه علاج کم مویی است .

خاکسترش با سرکه در عرق النساء مفید است .

دیسقوریدوس گوید :«اگر زن به آذریون دست بزند یا آن را استعمال کند فوراً سقط جنین می کند » .
پادزهر همه سم ها است و به ویژه نیش های مسموم کننده .

ابرق

دارویی است از ایران و در تقویت عقل و هوش مفید است .

ابریشم

همان حریراست و از چیزهایی است که قلب را شاد می کند .
ابریشم خام تا پیله است بهتر از ابریشم سوخته است و گاهی پخته شده آن را که رنگ نکرده باشند بکار می برند .
خاصیت درمانی :لطافت می دهد ، رطوبت را می مکد و شادی آور است .
اندام های غذا :بعلت تلخی و خاصیت دباغی که در ابریشم هست ماده دباغی دادن موجود است و از آنجا که لطیف و خشک کننده و بی سوزش است و خشکی معتدل دارد برای بر طرف کردن تصلبات ریوی بسیار سودمند است و هر نوع از ابریشم در این زمینه بکار می آید .
چشم :ابریشم را اگر سرمه کنند برای چشم مفید است . اشک ریزی را باز می دارد ، زخمها را خشک می گرداند و با چشم سازگار است .
ابریشم چاقی آور است و از اعتدال مزاجی که دارد خشک و معتدل می نماید .
ابریشم تقویت روح می کند و در هضم غذا کمک می نماید .

اردک

نوعی مرغ است .
مزاج :اردک از همه ماکیانها گرم مزاج تر است . سرمازده را گرم می کند و گرماخورده را به تب گرفتار می نماید .
خاصیت :پیه اردک از پیه سایر پرندگان بهتر و برای تسکین درد و احساس سوزش در ژرفاهای بدن مفید است .گوشت اردک بادزا و چینه اش بسیار مغذ است .
آرایش :گوشتش فربهی می آورد و پیه اش رنگ و رو را صفا می دهد .
اندام های تنفسی :صدا را صاف می کند .
اندام های غذا :گوشت اردک در معده زیاد می ماند و سبب سنگین شدن معده می شود .گوشت غاز از آن سنگین تر است . بهترین و سبک ترین گوشت اردک بر معده بال اردک است .گوشت مرغان شناور اگر هضم شود از گوشت سایر پرندگان مغذی تر است .
اندام های دفعی :شهوت انگیز است و آب پشت را فزونی می دهد .

ارمال

چوبی است خوشبو و رنگش به رنگ قرفه است .
آرایش :دهان را خوشبو می کند .

دمل و جوش :ضمادش در علاج ورم های گرم مفید است .

زخم و قرحه :از زیاد شـدن زخم مانع و چرك را از بین می برد ،می خشـكاند زیرا خشـكاننده ای است كه نمی گزد و نمی گـذارد اندام ها متعفن شوند.

اندام های سر:مغز را توان می بخشد ،لثه را محكم می كند و ضد بیماری های دهان است .

چشم :خوردن آن در علاج رمد مؤثر است .

نفس كش و سینه :قلب و شاید درون را تقویت می نماید .

عموماً شكم را قبوضیت می دهد .

ارتدبرید

ارتدبرید دارویی است به پیاز دو نیمه شده شبیه كه درعلاج بواسیرمفیداست .

اردقباقی

درختی است شبیه كبر (خرنوب شامی).میوه اش داخل غلاف است . بویش بسیار تند است و می كشد .

مزاج :تأثیر آن از تاج ریزی و كاكنه قوی تر است .

دمل و جوش :ورم های درونی را معالجه می نماید و اگر بر ورم های گرم خارجی بمالند ورم را در هر حالتی باشد از بین می برد .

زهرها :برجای نیش زنبور بمالند فوراً تسكین می یابد .

استرك

گویند استرك شاداب خود بخود شیره می تراود و گاهی بوسیله ی پختن صحفش را می گیرند .آنچه خود به خود زرد رنگ است و هرگاه كهنه شد به رنگ طلایی می زند و این نوع ارزش زیاد دارد .

خاصیت :گیرنده و خشكاننده

سر:بعضی گفته اند گرم و خشك است و رطوبتهای مغز را می كشد و مغز را می پالاید .

اندام های غذا :پیه خشك رطوبت معده را بر می چیند .استرك خشك شكم را بند آورد .

اسفند

نیاز به معرفی ندارد .

خاصیت :تقطیع می كند و نرمش می دهد .

مفاصل :محلول آن را برمفاصل بمالند درد مفاصل را از بین می برد .

چشم :دیسـقوریدوس گویـد :سائیده آن را با عسل و آب انگور كهنه و زهره كبك یا زهره مرغ خانگی و آب رازیانه مخلوط كنند كم سوئی را ازبین می برد.

اندام های غذا :دل بهم خوردن به دنبال دارد .

اندام های دفعی :بخورند یا محلولش را بمالند ادرار بول و حیض می كند و در علاج قولنج مفید است .

استوقدوس

گیاهی است دارای پرزهای باریک و سرخ رنگ که به پرزخوشه جو شبیه است.برگهایش از برگ جو درازتر است و چوبهایش خاکی رنگ و همچون افتیمون بی گل است .مزه اش تند است و به تلخی می زند .

خاصیت درمانی :بوسیله ی تلخی که در آن وجود دارد گدازنده و لطافت بخش است .

خوردن آن بندآمدگی ها را باز می کند ، می زداید و اندکی قبوضیت دارد که بدن و درون را توان می دهد و از عفونت جلوگیری می نماید .

مفاصل :آب پز آن دردهای پی و دنده ها را تسکین می دهد .

شربت آن در مداوای بیماری های سرد عصب بهترین دارو است . پس لازم است کسانی که ضعف اعصاب دارند یا از سرما به بیماری عصب دچارند این دارو را ادامه دهند .

سر :درعلاج مالیخولیا و صرع سودمند است .

اندام های غذا :این دارو تشنگی آور است .

اندام های دفعی :مجاری بول را استحکام می بخشد .بلغم و سودا را بیرون می راند .

اسفناج

نیازبه معرفی ندارد .

مزاج :سرد و تر است .

خاصیت درمانی :ملین است و ارزش غذایی آن از سلمه بیشتر است .

دراسفناج قوتی است زداینده ، شوینده و صفرا را بر می کند .شاید برگ آن معده را خوش نیاید ، پس بهتر آن است که تصفیه شود و آنگاره بخورند .

اندام های تنفسی و سینه :خوردن و اندودن اسفناج برای سینه و ریه گرم و سودمند می باشد .

مفاصل :علاج دردهای خونین پشت است .

اندام های دفعی :ملین شکم است .

اشه

صمغ گیاه طرثوث است و برخی آن را چسبنده طلایی می نامند ، چه کاغذ و دفتر را با رنگ طلایی آن رنگ آمیزی و زینت می دهند .در باز کردن ، تأثیرش بحدی است که می تواند خون از دهانه رگها روان سازد .نیروی نرم کنندگی و خشک کنندگی هم دارد .

دمل و جوش :محلول و ضماداشه که همراه سرکه و بوره سرخ باشد در مداوای خنازیر، سخت شدگی ها و ترکیدگی مفید است .

زخم و قرحه :گوشت فاسد را می خورد ،گوشت سالم می رویاند و در علاج زخم های پلید سودمند است .

مفاصل :اشه آمیخته با عسل یا با افشره جو مسکن درد بیماری اعصاب(سیاتیک) ،پهلو درد و درد مفاصل است .

اگر با عسل و زفت باشد و ضماد کنند سختی مفاصل را از بین می برد .اگر با سرکه و بوره وروغن حنا مخلوط کنند خستگی را بر طرف می کند .

چشم :زبری و گری پلکها را نرمش و سپیدی و جلا می دهد .در مورد رطوبت های چشم سودمند است .

نفس کش و سینه :درمعالجه «ربو »تنگی نفس و تند نفسی مفید است و باید با عسل بلیسند یا با افشره جو بخورند .

قرحه حجاب را تنقیه می نماید ،ازخفگی ، بلغم و زهره سیاه رهایی می بخشد .

اندام های دفعی :در ادرار چندان مؤثر است که با بول خون می آید ، مسهل است .ضد کرم کدو است .حیض را روان می گرداند .

بیضه ها را که به سختی دچار شوند با اشه و سرکه بمالند نرمش طبیعی را بدست می آورند .

زهرها :اگر اشه را با مشک زمین و روغن زیتون مخلوط کنند قاتل حشرات است .

اصطرک ،قره بخور

همان میعه است و شیره آن را عسل لبنی و قره بخور می گویند که این شیره عبارتست از قطره هایی که از درختی مانند درخت به تراوش می کند .

بهترین نوع از میعه سایل آن است که بدون وسیله روان وسایل است و تراکمش چون عسل بی موم ،خوشبوی و رنگش به زردی مایل است .

اگر سیاه رنگ یا خاکستری رنگ باشد نوع خوب نیست .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :رساننده ، بسیار نرم کننده ، گرمی بخش و تحلیل برنده است . دودش همانند دود کندر است و نوعی تخدیر هم دارد .درشام روغن از آن می گیرند که ملینی قوی است .

ورم و جوش :سختی های گوشت را نرم می کند .

زخم و قرحه :برگری تر و خشک مالیده شود داروی بسیار خوبی است .

مفاصل :اندام های را توان می بخشد ،خوردنی یا مالیدنی باشد ترنجیدن مفاصل را خوب می کند .یکی از داروهای رفع خستگی است .

سر:بخار تر و خشک آن نزله ها را قطع می کند وبهترین علاج زکام است .

درمیعه و به ویژه در روغنش نیروی بیهوش کننده (خواب گران)است .

سینه :در سرفه همیشگی و بلغم و گلو درد مفید است .صداگرفتگی را از بین می برد و گلو را بسیار نرم می کند .

اندام های غذا :به هضم غذا کمک می کند .

اندام های دفعی :ملین شکم است .خوردن شود یا بردارند بول و حیض را راه می اندازد و سختی زهدان را نرم می نماید .

میعه خشک و قبض است .

اطراطیقوس

دارویی است که حالبی نام گرفته است .

مزاج :کمترین سردی ندارد و هیچ قابض نیست .

خاصیت درمانی :تحلیل برنده و سرد کننده است .

دمل و جوش :ضماد و مرهم آن ورم رگهای پستان را فرو می نشاند

اغلاگونی

چوبی است سخت و خالدار ،خوشبو و پوستی دارد پر نقش و نگار.
آرایش :مکیدن و آب پز آن را در دهان گردانیدن ، دهان را خوشبو می کند. از اغلاجون گرد می سازند و بر همه تن می پاشند ، تن را خوشبو می کند. گاهی آن را به جای کندر می توان دود کرد .
اندام های غذا :خوردن یک مثقال از چوب اغلاجون معده لزج را به اعتدال می آورد .
مرهمش سودمند است .شیرش مستی آور و درد کبد و درد پهلو را درمان می کند .
زخمهای روده ها و درد شکم و روده را از بین می برد .

افیون

شیره خشخاش سیاه است .بو کردن افیون مصری خواب آور است . گاهی از کاهوی بیابانی نیز افیون می گیرند و آنهم مخدر است لیکن مخدری است ضعیف .افیون را بر آهنی سرخ شده در آتش بریان می کنند تا رنگش سرخ شود .افیون سنگین و تند بو و ترد (زودشکن)که در آب زودتر حل شود یا گداخته شود ،از تابش خورشید نرم شود و چون بر شعله بگذارند چراغ را تاریکی ندهد ،بهترین
نوع است .افیون زرد که آب را رنگ می کند و زبر و کم بو و رنگ آن روشن است افیونی است ناخالص و از خشخاش تیغی نشانی دارد .
گاهی از کاهوی بیابانی بدل افیون می سازند که کمتر بو دارد و شاید افیون را با صمغ عربی مخلوط کنند که افیون اصلی نیست و چنین افیونی بسیار روشن و درخشان است .
مزاج :سرد و خشک
خواص درمانی :مخدر است . مالیدن و خوردن آن آرام بخش همه دردها است .مقدار خوراکی افیون اندازه یک دانه عدس درشت است .
دمل و جوش :بازدارنده دمل های گرم است .
زخم و قرحه :قرحه را می خشکاند .
مفاصل : اگر افیون مخلوط با زرده تخم مرغ برشته و به ویژه افیون مخلوط با شیر را بر جای نقرس بمالند مسکن درد است .
اندام های سر:خوردن یا برداشتن آن با فتیله یا بدون فتیله خواب آور است .اگر گداخته افیون مخلوط با روغن گل و مر و زعفران را در گوش دردمند بچکانند درد بر طرف می شود ،اما پیشینیان آن را مداوای رمد بکار نمی بردند ومی گفتند به چشم زیان می رساند .
اندام های تنفسی و سینه :سرفه سخت و شدید را تسکین می دهد .
اندام های غذا :اگر از گرما و رطوبت ، معده سست گردد افیون آن را دباغی می کند و جمع می آورد .
اندام های دفعی :بند آورنده اسهال است و از خراشیدگی و قرحه روده جلوگیری می کند .

افیوس

افیوس حدقی چیزی است که به کره چشم می ماند .

مزاج :بنا به گفته ی جالینوس سرد و خشک است .
خاصیت درمانی :اگر بر زهار کودک بمالند بر آمدن مو را به تأخیر می اندازد .
اندمان غذا :میوه آن در مداوای یرقان سودمند است .

افیمیدون

خاصیت درمانی :بشدت سردی می دهد و رطوبت آبی زیاد با خود دارد .
اندام های سینه :برجستگی پستان را حفظ می کند .
اندام های دفعی :گویند هر کس بخورد عقیم می شود .

اقریطس ،گل جزیره کرت

گوهری هوایی بسیار دارد .با سایر گلها هم کنش و از آنها کم توان تر است. زداینده بی سوزش است .حواس را ناتوان می کند .
چشم :علاج جوش و سرخی و خارش پلکها است .
اندام های دفعی :گویند زایش را آسان می کند و بارداران اگر بر شکم ببندند نگهدار جنین است .

آکَکرا

اکثراً بیخش را به منظور دارویی بکار می برند .
بهترینش رگی است که به ستبری انگشت و بسیار زبان سوز باشد .
مزاج :کسانی که جای باور نیستند می گویند سرد و لطیف است در صورتی که گرم و خشک است .
خاصیت :بجوند بلغم را جذب می کند .اگر با روغن زیتون مخلوط باشد و بدن را با آن بمالند از گرمی که در اوست عرق بدن را ریزش می دهد .
آرایش :با روغن زیتون عرق ریز است .
مفاصل :تن را با آن یا با آب پز آن یا با روغنش بمالند ،در علاج سست عصبی همیشگی ،کرخی عصب مفید است و کزاز را باز دارد .
سر :بندآمدنی های پالایشگاه و بینی را به خوبی باز می کند ،آب پزش داروی درد دندان و به ویژه علاج درد سرد دندان است .بیخش را در سرکه بجوشانند و در دهان بگردانند دندان لق را استوار می کند .
تب ها :مقبل از آمدن تب لرز بیخ آن را با روغن زیتون مخلوط کنند بر بدن بمالند مانع تب لرزه می شود و گروهی می پندارند که ضد هر لرزشی است .

اوسیه

نوعی نیلوفر هندی است و مزاجی گرم و خشک دارد

اورمالی ،عسل دارو

روغنی است بسیار گرم و پر مایه چون عسل و از عسل غلیظ تر .در اصل شیره ای است که از ساقه درختی که در تدمر می روید به

دست می آورنـد ،از آن شـیره روغن می گیرند ،آن را با روغن گل آن درخت مخلوط می کنند و آن را اورمالي و روغن عسل هم می نامند .هر چه صاف تر و پر مایه تر و کهنه تر باشد بهتر است .

مزاج :گرم و تر و گرمی آن بیشتر است .

زخم و قرحه :هم ضماد و هم مالیدن آن گری چرکین را درمان می کند .

مفاصل :درد مفاصل را بر طرف می کند .

اندام های سر:سستی زا و خواب آور است .

چشم :در چشم بکشند تاریکی چشم را از بین می برد .

اندام های دفعی :کسی که آن را به قصد اسهال می خورد تا فرجام کار نباید به خواب رود .

اوبوطیلون

گیاهی است که به کدومی ماند .

زخم و قرحه :گویند در معالجه زخم های تر بهترین دارو است . مرحمش زخم ها را بهم می آورد و جوش می دهد .

انجدان رومی

مزاج :تخم و بیخش گرم و خشک است .

خاصیت :بازکن و بادشکن و تحلیل برنده است .

اندام های غذا :رساننده و هاضم است .بادها و به ویژه باد معده را از بین می برد و معده را تقویت می کند .

اندامهای دفعی :کرم و کرم کدو را از بین می برد .تخمش در ریزش دادن بول و حیض بسیار مؤثر است .

زهرها :پادزهر هر نیشی است .

اندر

دارویی است کرمانی ،هوش و ذکاوت را افزایش می دهد .

اناگیر

دو نوع است گل زرد می دهد و دیگر گلش آسمانی رنگ است .

زخم و قرحه :هر دو نوع در مداوای جراحات و باز داشـتن از آماسـیدن مفیدند .خار و پیکان ها را بیرون می کشـند . از انتشار زخم جلوگیری می کنند .اگر با آب هر نوعی از آن غرغره کنند یا به بینی بکشـند ، بلغم های سر سـرازیر می شود و درد دندان تسـکین می یابد .

اندام های دفعی :با آب انگور کهنه خورده شود درد کلیه را بر طرف می سازد .

به عقیده بعضـی آنچه گلش کبود رنگ است برآمدگی های اطراف مقعد را معالجه می نماید و آنچه گل سرخ می دهد برآمدگی های نامبرده را افزایش می دهد .

زهرها :با آب انگور کهنه خورده شود پادزهر مار است .

انگور

انگور سفید ارزنده تر و انگوری که چیده شده و دو روز یا سه روز از چیدنش گذشته بهتر است .
مزاج :پوسته انگور سرد و خشک و دیر هضم است . مغزش گرم و تر و دانه اش سرد و خشک است .
خاصیت : انگور تازه چیده بادآور است .اگر آن را آویزان کنند تا پوستش خوب پژمرده شود غذای خوب می دهد و معده را توان می بخشد . در تغذیه خوب و در کم زیانی با انجیر برابر است هر چند غذای انجیر از انگور بیشتر است مویز دوست کبد و معده است .
اندام های غذا :انگور و مویز همراه دانه داروی دردهای روده است .

انار

انار شیرین سرد و تر و انار ترش سرد و خشک است .
خاصیت :انار ترش صفرا را بر می کند .جریان زائده ها را به درون راه نمی دهد .
ورم :انار دانه و عسل را بر کژدمه بمالند مفید است .
زخم و قرحه :دانه انار و عسل را بر قرحه پلید و زبر بمالید مفید است .
کاسبرگ انار و به ویژه سوخته آن و گلنار از گرمی که دارند زخم را بهم می چسبانند .
چشم :افشره انار ترش با عسل داروی ناخنه است .
سینه :انار ترش سینه و گلو را زبر می سازد .هراناری در علاج تپش قلب مفید است و قلب را جلا می دهد .
اندام های غذا :همه انواع انار کیموس خوب دارند و انار میخوش برای معده از همه بهتر است و التهاب معده را فرو می نشاند .انار شیرین با معده سازگار است .
اندام های راننده :انار ترش و شیرین هر دو بول را ریزش می دهند .
تب ها :انار میخوش در تب ها و التهابات مفید است . انار شیرین اکثراً تب داران گرم را زیان می رساند

انجیر

انجیر خوب دردرجه اول سفید و بعد سرخ و بعد سیاه است .
انجیر خوب رسیده بسیار خوب و کم زیان است .انجیر خشک کنش خوب دارد و لیکن خونی که از آن به وجود می آِید خوب نیست و به این علت است که تنها خوردنش شپش زیاد می کند . اما اگر با گردو و یا بادام بخورند کیموس خوب می دهد .
مزاج :انجیرتر گرم و بسیار تر و آبکی است .انجیر نارس زداینده و سردی بخش است .
انجیر خشک گرم و لطیف است .
خاصیت :انجیر خشک و به ویژه تند مزه آن بسیار زداینده ، رساننده و گدازنده است .انجیر پر گوشت بیشتر رساننده است و چسبندگی و تکه کنندگی و لطافت بخشی هم دارد .
انجیر وحشی از انجیر باغی تند مزه تر و قوی تر است .انجیز بادزا است .
آرایش :انجیر نارسیده را بر پوست بمالند یا ضماد شود ، در علاج خال ها ، زگیل مانندها و لک و پیس مفید است .داروی ورم گرم و سست است . دمل را می رساند و به ویژه اگر با زنبق و نطرون یا با آهک و پوست انار باشد داروی کژدم است .

ورم و جوش :انجیر را با آرد جو بپزند و ضماد کنند ورم سخت را نرم می کند .

انجیر را آب پز کنند و در گلو گردانند (غرغره)ورم گلو را از بین می برد .

انجیر پخته و پوست انار داروی ورم بناگوش است .

انجیر و پانیذ علاج کژدمه است . انجیر خشک و شیرین برای ورم کبد و طحال زیان آور است .

زخم و قرحه :افشره برگ انجیر زخم آور است .آب پز انجیر را با کف خردل بر خارش بمالند مفید است .برگ انجیر داروی بیماریها ی ویروسی پوستی و جوش های (شری)را علاج است .

مفاصل :انجیر نارسیده و برگ انجیر و برگ خشخاش را با هم ضماد کنند و بر پوست استخوان بگذارند مفید است .

سر :انجیر تر و خشک در صرع مفید است .آب پز انجیر را با کف خردل مخلوط کنند و در گوش بچکانند صداهای گوش را می خواباند .

افشره شاخه انجیر قبل از آنکه برگ از آن سر بزند یا شیره انجیر بر دندان کرم خورده سودمند است .

ضماد انجیر ورم بناگوش را علاج می کند .انجیر نارسیده خشک شود و بکوبند و گردش را بر قرحه سر پاشند سود بینند .

چشم :شیره انجیر مخلوط با عسل در مداوای تیرگی چشم مرطوب ،اول آب به چشم آمدن و کلفت شدن طبقات چشم مفید است .

ماساژ دادن پلک چشم با برگ انجیر زبری و گری پلک را از بین می برد .

سینه :انجیرتر و خشک زبری گلو را از بین می برند .انجیر شیر پستان را ریزش می دهد ،سرفه مزمن را علاج است و در مداوای ورم شش و نازک نی مفید است .

اندام های غذا :انجیر راه بندان های کبد و طحال را می گشاید .

انجیر خشک تشنگی آور است.اگر با خاراگوش باشد داروی استسقا است. خوردن شربت انجیر به نفع معده است و اشتهای خوراک را کاهش می دهد .

انجیر خشک که زدایندگی دارد برای کبد و طحال آماس کرده زیان دارد .

انجیر نمی گذارد مواد ناجور به سوی روده راهی شوند .افشره برگ انجیر دهانه رگهای پیزی را باز می کند . انجیر تر ملین و کمی مسهل است . به ویژه اگربا بادام کوبیده خورند مسهلی ملایم است و سفتی زهدان را نرم می کند.شیره انجیر را با زرده تخم مرغ بردارند زهدان را می پالاید ، حیض و بول را راه می اندازد .خوردن انجیر یا شنبلیله زهدان را تقویت می کند و جمع می آورد .با فیجن و انجیر و به ویژه با شیرش حقنه کنند پیچ و درد روده را درمان می کند و ریگ را از گرده بیرون می آورد .

زهرها :شیرش را بر نیش کژدم و رتیل بمالند مفید است .

انجیر نارسیده یا برگ سبز انجیر را بر گزیده سگ هار بگذارند مفید است .

ضمادش که با گاودانه باشد پادزهر دندان راسو است .

خاکستر آب مکرر چوب انجیر خورده شود یا مالیدنی باشد پادزهر نیش رتیل است .

الوا

افشره منعقد شده ای است به رنگ میانه سرخی و زعفرانی و چندین نوع دارد: اسقوطری ،عربی و سمنگانی . بعضی گویند گیاهش همچون زنجفیل شامی است که اشتباه است . بهترینش اسقوطری است که آبش چون آب زعفران و بوی مر دارد .درخشنده ، زودشکن و بدون ریگ باشد .

مزاج :خشک و گرم .

خاصیت :گیرنده و خشکاننده بدن و خواب آور است .

آرایش :الوا و عسل علاج اثر ضربه و شفا بخش کژدمه چرکین است .

الوا و آب انگور کهنه را برسر بمالند از ریزش مو جلوگیری می کند .

ورم و جوش :اگر با آب انگور کهنه یا عسل باشد در علاج ورم پس و پیش (مقعد و ذکر)و ورم ماهیچه های پهلوگیر زبان بسیار مفید است .

زخم و قرحه :قرحه های سر سخت را دوا می کند بینی ،دهان یا ناصور باشند .

مفاصل :داروی درد مفاصل است .

سر :سر را زائده های صفرایی می پالاید .الوا و روغن را بر پیشانی و گیجگاه بمالند سردرد را از بین می برد .الوا و روغن گل در علاج قرحه بینی و دهان و کوفتگی گوش و آماس ماهیچه های پیرامون زبان خوب است . به شرطی که با آب انگور کهنه یا عسل باشد و بر پوست بمالند .

چشم :الوا در علاج قرحه و گری و درد چشم و خارش گوشه چشم و در خشکانیدن رطوبت چشم بسیار مفید است .

اندام های غذا :خوردن دو قاشق الوا با آب سرد یا ولرم معده را از زائده های بلغمی و صفرایی پاک کرده و اشتهای تباه و دروغین را رد می کند .

سوزش و التهاب زبان کوچک که ناشی از گرمی زرداب معده باشد چاره اش با الوا است .

بندآمده های کبد را باز می کند لیکن به زیان کبد است و از اسهالی که می دهد داروی یرقان است .

اندام های راننده :خوردن آن با آب گرم اسهال می آورد . اگر با آب عسل بخورند بلغم و صفرا را بیرون می آورد .الوا با هر داروی مسهلی باشد معده را از زیان حفظ می کند . بهترین و سالم ترین
مسهل برای معده است .الوای شسته کمتر اسهالی است اما برای معده سودآورتراست با عسل که باشد از قوتش می کاهد و اسهالش از جذب کردن نیست بلکه با هر چه برخورد کند بیرون می آورد .خالص که خورده شود اثرش از کبد خارج نمی شود و به معده نمی رسد .خوردن الوای عربی افسردگی می آورد ،درد و پیچ روده و اسهال به دنبال دارد .در روزهای سرد خوردن الوا خطرناک است .شاید اسهال خونی بدهد .مخلوط آن را با آب انگور کهنه شیرین بر بواسیر برآورده و ترک های لبه پیزی بگذارند مفید است.خونریزی پیزی را قطع می کند .ورم مقعد را درمان می کند .شفای ورم ذکر است به شرطی که با آب انگور کهنه و عسل باشد و بر ورم بمالند .

الماس

بعضی گویند سرد و خشک است و دیگران بر این عقیده اند که گرم و خشک است .

خاصیت درمانی :بسیار زداینده است و به عقیده دیسقوریدوس سوزنده و عفونت آور است .

آرایش :در جلا دادن دندان بسیار فعال است .

اندام های سر :بعضی عقیده دارند که گذاشتن الماس در دهان دندانها را می شکند ، و در این زمینه دو رأی دارند .گویند خاصیت الماس دندان شکنی است ،یا اینکه در جایی که الماس هست مارهای سمی بسیار است .

اندام های دفعی :بعضی گفته اند : اگر دانه ای از الماس را بر سر پمپی بوسیله ی سقز رومی بچسبانند و پرتاب کنند و به مثانه برسانند سنگ مثانه را خرد می کند که نظریه ای بعید بنظر می رسد .

زهرها :الماس سم قاتل است

بابونه

گیاهی است که گلهایش به رنگهای زرد ،سفید و ارغوانی یافت می شود و گیاهی است مشهور و شناخته شده .

ازبرگ و گل بابونه قرص می سازند و ساقه آن را می خشکانند و نگاه می دارند. اکثراً در زمینهای خشن و نزدیک به کناره های زمین می روید .در بهار کنده و جمع آوری می شود .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت درمانی :باز کننده است ، غلیظ را لطیف می نماید ،سستی می آورد ، گدازنده است با کمی جذب یا اصلاً جاذب نیست .

دمل و جوش :بوسیله ی قوت سست کنندگی و تحلیل که در آن موجود است ورم های گرم را فرو نشاند و تصلبات کم را نرم می کند.خوردن آن در مداوای ورم سخت داخلی مفید است .

مفاصل :کشیدگی را سستی می دهد .همه اندام های عصبی را تقویت می نماید و برای رفع خستگی از هر دارویی سودمندتر است ، زیرا حرارت بابونه به حرارت جاندار می ماند .

سر :مغز را تقویت می کند ،در مداوای سر درد سر ، تخلیه سر از مواد ناسازگار مؤثر است .زیرا می گدازد و جذب نمی کند .زخم های دهان را بهبود می بخشد .

چشم :ضماد آن جوش ترکیده چشم (غرب)را شفا می دهد و در مداوای رمد و تیرگی و جوش و خارش و حرب چشم سودمند است .

سینه :خون را ازسینه پاک می کند و بر می آورد .

اندام های غذا :یرقان را از بین می برد .

اندام های دفعی :هرنوع از بابونه به ویژه بابونه ای که گل ارغوانی دارد در ادرار بول و بیرون آوردن سنگ مؤثر است .در علاج دردهای سرد و گرم مثانه بابونه را بر مثانه می بندند .

تب ها :برای تب های سبک و ورم های گرم درونی که هنوز به طور کامل نرسیده باشند سودمند است . اما در تب های بسیار شدید و در ورم های گرم تمامی رسیده اثری ندارد .

بابونه چشم گاو یا اقحوان

به قول دیسقوریدوس :برخی از مردم ، اقحوان را اماریون ، برخی قورینبون و گروهی ازقسمون می نامند .

اقحوان دو صفت دارد :زرد مایل به سرخی و سفید .نوع سفیدش قوی تر است .

گیاه آن دارای چوبهای نازک است ، گل آن سفید و مدور و وسطش زرد است . بویی سنگین دارد و مزه اش به تلخی می زند،گل اقحوان به گل مرو می ماند. تند مزه و تند بو است .

خاصیت درمانی :گرمی بخش ، رساننده علاج انواع انسداد است و نوع سرخ رنگ آن قابض و مانع سیلان است . تحلیل می برد لیکن در گیرندگی و خشکانیدن از گدازندگی قوی تر است .

اقحوان عرق آور است و اگر روغنش را بر اندام بمالند عرق می آورد .

تحلیل برنده و لطافت بخش است و همه رگها را باز می کند .

اندام های سر:خواب آور است و بو کردن تازه آن سبب خوابیدن می شود. روغن اقحوان درد گوش رادرمان می کند .

مفاصل :در مداوای پیچش ، پی ، پارچه پشمی را در اقحوان آب پز شده می خیسانند و بر جای دردناک می گذارند مفید است .

دمل و جوش :ورم گرم معده و خون بند آمده در معده را از بین می برد و در علاج ورم های سرد نیز مفید است .

زخم و زخم های چرکی :در مداوای ناصور و قرحه های پلید و برکندن خشک ریشه و علاج زخم های پی مفید است .
اندام های تنفس و سینه :اگر خشک شده آن را با سکنجبین و نمک بخورند در علاج «ربو »مفید است .
انـدام هـای غـذا :برای فم المعـده بـد است لیکن چیزهایی را که با معـده سازگار است و بسوی معـده می آینـد تحلیل می برد و می خشکاند و خون بند آمده داخل معده را آب می کند .
انـدام های دفعی :شدیـداً ادرار آور است .اگر با عسل آب باشـد خون منعقـد در مثانه را حل می کند . گل اقحوان اگر با عسل آب خورده شود سنگ مثانه را خرد می نماید .
شکـوفه اقحـوان و اسـتعمال روغن آن در نزد زنـان بـول و حیض را ریزش می دهـد .اسـتعمال روغن اقحوان نیز مـدر است و سـفتی زهدان را از بین می برد و آن را باز می کند .
روغن آن سودا و بلغم را بیرون می دهد و در علاج ورم های گرم لبه مقعد و ترکاندن بواسیر مفید است . در علاج ترک های آب ریز و قولنج و درد مثانه و سفتی طحال مفید است .

بار سرو

ضماد آن در علاج فتق و ورم ها سودمند است .

بارزد (قنه)

دیسـقوریدوس گویـد :قنـه انگم گیـاهی است که به خیزران می مانـد و در سوریـا یعنی در شـام می رویـد.بعضـی آن را (مکـانیون)گویند .نوع بهتر متراکم تر است که به کندرشبیه است و با دست خرد می شود .
مزاج :گرم و خشکاننده است .
خاصـیت :نرمی بخش ، تحلیل برنـده ، بادشـکن ، گرمی بخش و التهابی و جاذب است و از آن داروهاست که شایـد گوشت را تباه سازد .
آرایش :جوش های عدسی را قطع می کند .
ورم :دارای خنازیر است .
قرحه :با سرکه بر زخمهای شیری بمالند خوب است .
مفاصل :در علاج خستگی و کزاز و ترنجیدن ماهیچه مفید است .
سر :داروی سـردرد است . صـرعی دار آن را بو کنـد بهوش آیـد . علاج گیجی و بیهوشـی است . داروی دنـدان درد و دنـدان کرم خورده است . درد سرد گوش را درمان می کند .
اگر با روغن سوسن باشد و نیمه گرم در گوش بچکانند ورم و درد گوش را سودمند می آید و هیچ آزاری ندارد .
سینه :علاج برنشیت و سرفه همیشگی است .
اندام های راننده :در ریزش دادن حیض بسیار قوی است . اگر بردارند خفگی زهدان را معالجه می کند .
زهرها :پادزهر تیر زهرآلود ، و سم مار و کژدم است . دودش حشرات موذی را تار و مار می کند .

بادرنگبویه

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :در علاج همه بیماریهای بلغمی و سودایی مفید است .

آرایش :در خوشبو کردن دهان بسیار مؤثر است .

زخم و قرحه :داروی گرمی سودایی است .

سر :بندآمده های راه به دماغ را باز می کند و بوی گند دهان را از بین می برد .

سینه : شادی آور ، توان بخش قلب ، علاج خفقان است .

اندام های غذا : کمک هضم غذا است و داروی سکسکه می باشد .

بادنجان

نیاز به معرفی ندارد . تازه ترش سالم تر است و کهنه اش بد است و مزه و مزاج قلیا را دارد .

مزاج :به عقیده ابن ماسرجویه سرد مزاج است . لیکن در حقیقت چون تلخی و تندی دارد گرمی و خشکی در درجه دوم غالب آمده است .

خاصیت :سبب سودا و انسداد می شود .

آرایش : پوست را بد رنگ و سیاه می کند . رنگ را زرد می گرداند . بادنجان کوچک همه پوست است و لکه های سیاه صورت را سبب می شود .

دمل و جوش :پدید آورنده ورم های سرطانی و سخت و جذام است .

اندام های سر : انسداد ، سردرد و جوشهای دهان را بوجود می آورد .

اندام های غذا : گرفتگی هایی برای کبد و طحال در بر دارد . اما اگر آن را با سرکه بپزند گرفتگی کبد را باز می کند .

اندام های دفعی : باعث بواسیر است ، ولیکن اگر دنباله های بادنجان را در سایه خشک کنند برای دفع بواسیر خوب است . بادنجان به روانی و قبضی شکم کاری ندارد .اما اگر در روغن بپزند روان کننده و اگر با سرکه بپزند قابض است .

بادام

نیاز به معرفی ندارد .بادام از گردو کم روغن تر است اما گردو از بادام زود هضم تر است .

مزاج :بادام شیرین تقریباً در گرمی و تری معتدل است و کمی سوی تری می گراید .

بادام تلخ گرم و خشک است .

خاصیت :انگم درخت بادام تلخ گیرنده و گرمی بخش است . بادام عموماً زداینده و پاک کننده و بادکننده هست . لیکن بادام تلخ لطافت بخش است و زدایندگی بیشتر دارد و از اینرو در باز کردن قوی تر از بادام شیرین است

آرایش :بادام تلخ علاج لکه های سیاه ،کک و مک ، اثرها و گرمی زدگی ها می باشد .

ترنجیدگی رخساره را سر حال می آورد.بیخ بادام تلخ را بپزند و بر لکه های سیاه بگذارند بسیار مفید است .خوردن بادام شیرین فربهی می آورد .

ورم و جوش :بادام تلخ با آب انگور کهنه علاج شری است (آبله ریزهای سرخ و آزار دهنده).

قرحه :با عسل بر پوست بمالند مورچگی و ساعیه (ریز تر از مورچگی) را علاج می کند .با سرکه یا آب انگور کهنه داروی بیماریهای ویروسی پوستی یا(پوست انداختن) و تلخ از شیرین کاری تر است .

سر :بادام و به ویژه تلخ کوبیده و سائیده داروی درد گوش و صداها و وزوزگوش است .با بادام و آب انگور کهنه سر را بشویند

رطوبت و سپوسه و شوره را از میان بر می دارد و خواب می آورد .

چوب درخت بادام تلخ را بکوبند تا تمام نرم شود، آنگاه با سرکه و روغن گل مخلوط کنند و بر پیشانی ببندند سردرد از بین می رود .روغن بادام تلخ هم داروی سردرد است .

چشم:تقویت دید می کند .

سینه :بادام تلخ با نشاسته گندم داروی خون بر آوردن است و در علاج سرفه مزمن و برنشیت و ذات الجنب مفید است .

روغن بادام شیرین و قاوت بادام در علاج سرفه و خون برآوردن مفید است .

اندام های غذا :بادام و به ویژه بادام تلخ راه بندان های کبد و طحال را باز می کند .

بادام تلخ دهانه رگهای دهان بسته را باز می نماید .

چغاله بادام که با پوست باشد دیرهضم است ،کم غذاست وخلطش خوب است .

چغاله را با پوست بخورند رطوبت معده را بر می چیند .و اگر همراه شکر بخورند زود سرازیر می شود .

قاوت بادام شیرین بر معده گران است و زرداب را بوجود می آورد .

اندام های دفعی :بادام تلخ راه بندان گرده را باز می کند ،روغن بادام تلخ تنقیه کننده کلیه و مثانه است و اگر با زنبق بخورند سنگ را خرد می کند .

بادام تلخ و روغن زنبق و روغن گل را ضماد کنند برای کلیه مفید است . بادام تلخ داروی درد ،ورم گرم ،سخت شدن و خفه شدن زهدان است .

علاج بی اختیری ادرار و درد گرده است .بادام تلخ را بردارند حیض را ریزش می دهد .

بادام شیرین که زدایندگی دارد و بادام تلخ که از آن زداینده تر است و هر دو برای قولنج داروی خوبی هستند .

روغن بادام که از بادام جدا شود لطیف تر و سبک تر می شود .

زهرها :برای گزیده سگ هار مفید است .

بارهنگ آبی

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :گویند هیجان را فرو می نشاند .

اندام های دفعی :گویند در مداوای زخم روده ، پیچش و درد روده ، درد زهدان ، سودمند و ادرار بول و حیض می کند و در علاج فتق مؤثر است .

زهرها :پادزهر خرگوش آبی و افیون و غیره است

باقلا

باقلاچندین نوع است :آنچه ما می شناسیم ، باقلای مصری ، نبطی و هندی است .

باقلای نبطی از همه قابض تر و مصری از همه رطوبتی تر است .

اگر باقلادیر هضم و نفاخ نبود ، از لحاظ غذایی خوب از افشره جو کمتر نمی بود بلکه خونی که از باقلا پدید می آید از خونی که از افشره جو غلیظ می آید پر مایه تر و قوی تر است .

بهترینش باقلای سفید و چاق است که کرم زده نباشد .

بـدترینش باقلای تـازه و تر است و بهتر آن است که زیـاد در آب خیس شود و خوب بپزنـد و آن را همراه فلفل و نمک و شیره ی انگدان وسعتر و روغن های دیگر بخورند .

اما باقلای هندی در اندازه ای ویژه تنها در داروهای استفراغ و روان ساختن شکم بکار می رود .

مزاج :تقریباً معتدل است و گرایش به سوی سـردی و خشـکی دارد .دارای رطوبتی بیش از لزوم است و بخصوص باقلای تر بیش از خشک آن تر مزاج است .

باقلای تربارطوبتی که دارد و با سـردی که در آن هست می تواند کشنده باشد . و آنهایی که می پندارند سردی باقلا در درجه دوم است زیاده روی کرده اند .

خاصـیت :اندکی زداینده و بسیار نفاخ است . اگر خوب بپزند ولی نه همچون افشره جو باشد و در وقت پختن چندین بار آب آن را عوض کنند حالت بادزایی را از دست می دهد .

اگر باقلا را پوست بکنند و مغزش را در دیگ بسایند و حرکت ندهند بادزایی آن کاهش می یابد .

باقلای در روغن جوشیده کم باد است ولیکن دیر هضم تر هم هست .

نپخته باقلا با پوست ، بادش بسـیار است و شایـد آرد آن کم بادتر باشد . باقلای نبطی قابض است و پوسـتش از همه اجزایش قابض تر است و زداینده نیست .

باقلای مصـری از همه انواع باقلهـا قبض تر و زداینـده تر است و گوشت سـست ایجاد می کنـد و خلط های غلیظ می آفرینـد . ولی بقراط باقلای مصری را به خوبی تغذیه ستوده و آن را مایه بهبودی می داند .

اگر باقلا را به دو نیم کنیم و بر جای نزیف بگذاریم خون بند می آید .

اگر مرغی از باقلا تغذیه کند و کسی تخم آن مرغ را بخورد خوابهای پریشان می بیند .

باقلاخارش با خود می آورد به ویژه باقلای سبز بسیار خارش آور است .

آرایش :پوست باقلا را بر مو بگذارند نرم و نازک می شود .

باقلاـ و به ویژه اگر بـا پوست باشـد بهکلـک و پیس را از صورت می زدایـد و لکه هـای سیاه و نقطه ها را از بین می برد و رنگ و روی را زیبا می کند .

دمل و جوش :ضماد باقلا با آب انگور کهنه آماس بیضه را فرو می نشاند .

زخم و قرحه :درعلاج قرحه ماهیچه مفید است .

مفاصل :در مداوای ترنجیدن ماهیچه و ضماد آب پزش با پیه خوک در نقرس سودمند است .

سر :سردرد می آورد و هر کس به سردرد مبتلا است از خوردن باقلا زیان می بیند .

ماده ای سبز در انـدرون باقلای مصـری هست که تلـخ مزه است اگر آن را بکوبنـد و با روغن گل مخلوط کنند و در گوش دردمند بچکانند درد از بین می رود .

چشم :باقلا را با عسل و شنبلیله ضماد کنند و بر چشم بگذارند برای پژمردگی چشم و نقطه سرخ داخل چشم مفید است .

باقلا با کنـدر و گل محمدی خشـیکده و سـفیده تخم مرغ ضـماد شود داروی برآمدگی چشم است و به ویژه اگر کره چشم برآمده باشد .

اندام های تنفسـی :برای سینه خوب است .داروی خون برآوردن و سرفه است .اگر باقلا را با عسل و آرد شنبلیله مخلوط کنند آماس گلو و لوزتین را فرو می نشاند .

ضمادش برای آماس پستان و پنیر شدن شیر در پستان داروی خوبی است .

اندام های غذا :دیر هضم است ، زود سرازیر می شود و زود بیرون می رود .علاوه بر این سبب انسداد می شود .باقلای پوست نکنده را در سرکه بپزند مانع استفراغ می شود .باقلای هندی مؤثرترین عامل قی کردن است. اندام های دفعی :باقلا را با سرکه و آب بپزند اگر با پوست باشد داروی اسهال مزمن است .

در مـداوای خراش روده مفید است و به ویژه باقلای نبطی بیشتر مؤثر است و قاوت آن هم همین کنش را دارد .قاوت چنانکه هسـت یا شوربا شود فرقی نمی کند .

ضمـاد باقلاـ ورم رگ های بیضه را فرومی نشانـد و به ویژه اگر با آب انگور کهنه بپزنـد کمترین مقـدار باقلای هنـدی خورده شود اسهال می آورد .

بدل مرجان

مشهور است .سنگی است که از دریا بیرون می آورند و به رنگهای سرخ ، سیاه و سفید یافت می شود .

مزاج :سرد و خشک است .

خاصیت :گیرنده است و نزیف راباز می دارد .خشکندگی آن بیشتر از گیرندگی و بسیار خشکاننده است .

زخم و قرحه :گوشت زیادی را از بین می برد .

چشم :چشم را جلا می دهـد و تقویت می کنـد و به ویژه اگر سوخته آن را شسـتشو دهنـد مؤثرتر است .رطوبت های چشم را بر می مکد و اثر قرحه های چشم را از بین می برد و در مداوای (دمعه)مفید است .

انـدام های تنفسـی :در باز داشـتن خون بر آوردن و در بیرون راندن خون مؤثر است و در این باره سـیال آن همان تأثیر را دارد .و به ویژه سوخته شسـته آن که ازجمله داروهای تقویت قلب و تسـکین خفقان قلب بشـمار می آید. اندام های غذا : محلول آن در علاج آماس طحال مفید است .

اندام های دفعی :داروی زخمهای روده است .

برباله

این گیاه دارای ساقه بزرگ و گره دار و ناصاف و شبیه فریز است . تخم زیادی دارد .خوشبو است و زبان را می خارد . این گیاه در میان برگهایش و نزدیک ساقه گل های بنفش رنگی تولیـد می کنـد که شبیه گل بنگ است هرچه خوشـبوتر باشـد بهتر است .ساقه های آن از اجزای دیگرش مفیدترند .قوت آن با قوت سوسن زرد برابر و از اذخر قوی تر است .

مزاج :این گیاه گرم و خشک است و شهرت دارد که گرمی آن بیشتر از خشکی است .

خواص درمانی :تمامی اجزای این گیاه در باز کردن و تسکین دردهای درونی مفید است به ویژه خیسانده آن .

مفاصل :اسارون و به ویژه خیسانده آن در مورد بیماری اعصاب(سیاتیک) درد مزمن سرین بسیار مؤثر است .

چشم :این گیاه در معالجه ستبری قرنیه مفید است .

اندام های تغذیه : بر باله در معالجه بند آمدگی های کبد و سخت شدن این عضو بسیار مفید و در مداوای یرقان نیز مفید است .

اندام های دفعی : برباله با تقویت مثانه و کلیه به دفع بول کمک می کند . دارای خاصیت مسهل است .

برغست (قنابری)

مزاج :گرم است .

خاصیت :لطیف ،زداینده ، تکه کننده

آرایش :لکه های سیاه و بهک را می زداید و بدون شک خوردنش یا ضماد گذاشتنش بهترین برنده وضح (لکه های سپید صورت)است ، که در ظرف چند روز این کار را می کند .این دارو را عرب ها می شناسند .

زخم و قرحه :ضماد برگش زخمهای چرکی پستان را علاج است .

سر :آبش را به بینی بکشند رطوبت های غلیظ را علاج می کند .

نفس کش :شش را می پالاید و راه بندان ها را باز می کند .

اندام های غذا :راه بندان های کبد و طحال را باز می نماید .

اندام های راننده :آبش شکم را روان می سازد ،ضماد برغست بواسیر و درد و پیچش روده را باز می دارد و سفتی زهدان را نرم می کند و کیموس های غلیظ را بیرون می راند .

زهرها :برغست پادزهر همه حشرات موذی است .

برنج

دانه ای است مشهور .

مزاج :گرم و خشک است ، برخی گویند از گندم گرمتر است .

خاصیت درمانی :برنج غذای خوبی است و کمی به خشکی مایل .اگر برنج را با شیر و روغن بادام بپزند نیروی غذایی آن بیشتر و بهتر می گردد و دیگر خشکاننده و بند آورنده نیست به ویژه اگر برنج را شبی در آب سبوس بخیسانند .

برنج به کندی سردی می دهد و برای جلا دادن خوب است .

اندام های دفعی :برنج آب پز تا حدی قبض کننده است .شیر برنج آب پشت را زیاد می کند و قبوضیت ندارد .مگر آنکه آن را در پوسته بسیار بجوشانند و آب آن را بخار کنند .اگر برنج را در آب سبوس بخیسانند این قبوضیت را به کلی از دست می دهد

برطانیقی

برخی گویند بستان افروز است و قسمی گویند غیرآن است و برگش به برگ ترشک کوهی می ماند ولی این از ترشک بهتر است و تقریباً سیه فام است .

خاصیت :برگ آن بسیار قابض است .

زخم و قرحه :زخم و زخم ها را بهم می آورد.

سر :داروی جوش های درونی و زخم های کهنه دهان است و باید در مداوای جوش های دهان رب آن استعمال شود که بسیار سودمند است .

برگ کابلی

گیاه برگ کابلی که عبارت از دانه ای هندی است دو نوع می باشد :کوچک و کم شاخه ،بزرگ و پرشاخه .کوچک آن بهتر از بزرگ آن است .

دانه برگ کابلی را از هندوستان یا سند می آورند .

مفاصل :دربرکندن بلغم بسیار خوب است .

اندام های دفعی :برای راندن بلغم روده ، کرم کدو و سایر کرم ها بسیار مؤثر است .

بسپایک

بسپایک عبارت از چوبی است باریک ، خاکی رنگ ، گره دار و کمی به سیاهی و سرخی می زند یا مایل به سبز است .
شاخه هایی دارد شبیه به کرم هایی که پاهای بسیار دارند . مزه اش تا اندازه ای شیرین و گس است .
برخی گویند :بسپایک روی درختی در مردآب ها می روید . و پاره ای می گویند بر سنگ ها نمو می کند . بهترینش آن است که ستبری آن به اندازه ی انگشت کوچک و رنگش مایل به سرخی باشد و در درجه دوم نوع زرد پرمایه و شاداب و ترد که کمی تلخی و گوارایی همراه گسی دارد و مزه اش به مزه ی میخک شباهتی دارد ،خوب است .
مزاج :گرم و خشک است .
خاصیت :گدازنده ، رساننده ، بادشکن و راننده رطوبت است .
مفاصل :ضمادش در پیچش عصب سودمند است .
اندام های دفعی :بدون درد دادن شکم را روان می کند ، بلغم و کیموس آبی را بیرون می راند . در مداوای قولنج بسپایک را در آبگوشت خروس یا ماهی یا آش حبوبات داخل می کنند .
بیخ بسپایک را بکوبند و گرد آن را با عسلاب سبک مخلوط کنند و از آن بخورند مراره و بلغم را بیرون می آورد .

بشام

درختی است مصری ،بو و برگش به برگ و بوی فیجن شبیه است . لیکن برگ بلسان سپیدتر است . تنه درخت بلسان به تنه درخت حضض (فلیزهره)می ماند .از حیث تأثیر درمانی روغنش از دانه و دانه اش از چوبش قوی تر است .
روغن :شیره آن را بعد از طلوع ستاره دو خواهر می گیرند .با نیشتر تنه آن را سوراخ می کنند و هر شیره ای که از آن تراوش می کند بوسیله ی پنبه دانه بر می دارند و هر ساله بیشتر از چند رطلی جمع نمی شود .
مزاج :گرم و خشک
خاصیت درمانی :انسداد را باز می کند و در بیماری های درونی سودمند است .
زخم و قرحه :بشام و به ویژه اگر با زنبق باشد زخم را تنقیه می کند و پوسته استخوان را بیرون می کشد .
مفاصل :خوردنش برای مداوای یماری اعصاب و تناول پخته شده آن در علاج ترنجیدگی مفید است .
اندام های سر :سر و زخم های سر را تنقیه می کند ، در مداوای صرع و سرگیجه سودمند است .
اندام های چشم : بشام و شیره اش تم چشم را بر طرف می کند چشم را جلا می دهد و دید را تقویت می نماید .
اندام های تنفسی و سینه :چوب و دانه اش درمان پهلو درد ، برونشیت شدید ، نفس تنگی ، دردسر و شش هستند .
شیره و دانه آن درمان ذات الریه سرد ، و سرفه می باشد . همه اجزاء آن برای قسمت درونی بالایی شکم سودمند است .
اندام های غذا :در ضعف هاضمه مفید است . پخته آن سوء هضم را از بین می برد و معده را تنقیه می کند و کبد را قوت می دهد .
اندام های دفعی :مدر بول است .
درد وپیچ روده (مغص)را درمان است . بخور آن رطوبت زهدان را دفع می نماید و آن را خشک می کند و چاره ساز سردی زهدان است . اگر دود آن را برکشند کلیه دردهای زهدان را از بین می برد . پخته اش دهانه رحم را باز می کند . اگر با روغن گل و موم مرهم شود سردی رحم را برطرف می کند و در بی اختیاری ادرار سودمند است .

تب ها :شیره اش تب لرز را علاج است .

زهرها :ضـد سـموم و درمان مارگزیـده است و اگر شـیره آن را با شـیر حیوان بنوشـند پادزهر شوکران و به ویژه هر سـموم حشـرات موذی است .

گشنیز

گیـاهی است شبیه خاراگوش ، ولی این به رنگ سبز است و رطوبتی چسـبنده دارد .نوعی دیگر از آن هست که شاخه هایش از این کوتاهتر و برگش پهن تراست. برگ آن ریز و باریک و به رنگ های سپید و زرد در بهارو تابستان پیدا می شود.

خاصیت :لطافت بخش ، بسیار بازکننده ، ضماد آن فضول را از ریزش به سوی اندام باز می دارد .

سر :ضـمادش سـردرد سـرد را درمان می کنـد .محلول و آب پزش سالمتر است ،از بنـد آمدن بینی جلوگیری می کند و علاج زکام می باشد .

انـدام هـای دفعی :سـنگ کلیه را خرد می کنـد .درآب پزش بنشـینند حیض را روان می سازد و قرحه های زهـدان را پاک می کند ،خوردن و ضماد آن زهدان بهم آمده را باز می کند و سختی زهدان را از بین می برد .

بعل

گیاهی است که در بهاران در آب می روید و به یونجه و شبدر می ماند .

شاخه هایش بسیار و تخمش همانند تخم هویج است .

مزاج :گرم است .

اندام های غذا :برای طحال بسیار خوب است .

اندام های دفعی :مدر بول است .

بکمون

همان عرفج بیابانی و از رده شیرداران و تخم آن چون سایر شیرداران آتشین و اسهال آور است .

بلوط

معروف است .بلوط قابض است و قبوضیت شاه بلوط کمتر است .

بیشتر قبوضیت بلوط از جفت آن است که پوسته داخلی بلوط است .

مزاج :سـرد و خشـک است .شـاه بلـوط که از شـیرینی برخـوردار است کمی گرمی در بر دارد .برگ بلـوط از بلوط قـابض تر و در خشکانیدن کمتر از بلوط است .

خاصیت :در شاه بلوط زدایندگی و در همه انواع بلوط قبوضیت هست . پایین های شکم را پر باد می کند و نزیف ها را باز می دارد و در این زمینه برگش از همه بیشتر کنش دارد .

همه انواعش نیروبخش اندام ها می باشد .شاه بلوط دیر هضم است و نیروی غذایی بیشتر دارد.اگر با شـکر آمیزند نیروی غذایی آن افزایش می یابد.

جالینوس فرماید :بلوط تقریباً از حیث غذایی بودن به گندم می رسد و از سایر حبوبات مغذی تر است .شاه بلوط که شـیرین است از

بلوط مغذی تراست. لیکن عموماً غذایش برای آدمیزاد بسیار خوب نیست .

برخی از مردمان به خوردن بلوط عادت کرده اند ولی چون از آن نان می پزند سالمتر می شود و زیانی نمی رساند .

دمل و جوش :بلوط مخلوط با پیه بزغاله و خوک نمد سود برای گرفتگی عروق مفید است .

ثمر بلوط در مداوای ورم های گرم که نو پدید باشند مفید است .

زخم و قرحه :مانع زیاد شدن جوش های ساری ،(زخم دهان)زخم های فراگیر (ساعیه)می باشد ، که در این حالت باید برگ بلوط را بسوزانند و سائیده آن را بر زخم بگذارند یا بر زخم بپاشند که در بهم آوردن زخم ها بسیار مفید است .

سر :چون بازدارنده بخار است سردرد می آورد و در بند آوردن شکم نیز فعال است .

اندام های تنفسی :داروی خون بر آوردن است .

اندام های غذا :در علاج رطوبت معده مفید است .

اندام های دفعی :قبض است ، در مداوای خراش و قرحه روده و نزیف خون مؤثر است و بول را فزونی می دهد .

زهرها :پادزهر حشرات موذی است .آب پز پوست بلوط با شیر گاو و پادزهر (سهام ارمنی)است .مغزشاه بلوط برای هر زهری پادزهر خوبی است

بل

گویند خیار هندی است و به خیار کبر می ماند .مزه اش تلخ و مانند مزه زنجفیل است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :قبض است و درون را توان می بخشد .

اندام های غذا :آتش معده را دامن می زند ،در علاج قی سودمند است و یکی از داروهای گوارشی است .

اندام های دفعی :شکم را بند می آورد و باد را پراکنده می کند

بلیله

تقریباً هم مزاج آمله و مغزش شیرین و تقریباً چون فندق است .

مزاج :سرد و خشک است .

خاصیت :هم زداینده و نرم کننده است و هم قابض .

اندام های غذا :معده را دباغی و جمع می کند ، سستی و رطوبت معده را از بین می برد ، هیچ دارویی در دباغی معده به بلیله نمی رسد و فواید بسیار دارد .

اندام های دفعی :شاید شکم را بند آورد .بعضی گویند تنها ملین است و بس .

بلیله برای روده مستقیم و مقعد بسیار سودمند است .

بنک

چیزی است که از هند و یمن می آورند .گویند تراشه خار مغیلان است .

زرد و سبک و خوشبویش خوب است و سفید و سنگین آن بد است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :اندام ها را تقویت می کند .

آرایش :پوست را پاک می کند .رطوبت های زیر پوست را می مکد . بدن را خوشبو می کند .

اندام های غذا :برای معده خوب است .

سر :با عقل و هوش ناسازگار است .

خاصیت :اندام ها را تقویت می کند .

آرایش :پوست را پاک می کند .رطوبت های زیر پوست را می مکد . بدن را خوشبو می کند .

اندام های غذا :برای معده خوب است .

بورک

بورک درتأثیر بخشی مانند نمک است و تفاوت این است که بورک قوی تر از نمک است و قابض نیست .

گاهی آن را در سفالینی بر آتش بریان می کنند .

خاصیت درمانی :بسیارزداینده ،شوینده و قشرانداز است ،تنقیه می نماید و خلط های غلیظ را می برد .

آرایش :بورک را اگر برمو بپاشند مو را نازک می کند.ضماد بورک خون را به سطح بدن می کشاند و رنگ رخساره زیبا می شود .بورک لاغری را علاج می کند .لیکن اگر زیاد بخورند رنگ را سیاه می گرداند .

زخم و قرحه :در زدودن چرک مؤثر و داروی خارش است . بورک و سرکه علاج جرب است .

مفاصل :از بورک و داروهای دیگر مرهم می سازند که بیماری فلج را به تأخیر می اندازد و به ویژه فلج سبک را از بین می برد و داروی پیچش پی ها است .

سر :درعلاج شوره سر مفید است .کف بورک را با عسل در گوش بچکانند در پاک نمودن و باز کردن گوش مؤثرو برای علاج کری سودمند است. بورک مخلوط با آب انگورکهنه یا شربت زوفا صداهای گوش را ازبین می برد. اندام های غذا :برای معده بد است و معده را تباه می گرداند .ضماد بورک با انجیر استسقا را فرو می نشاند .

اندام های دفعی :برداشتن (حقنه)بورک شکم را روان می سازد . بورک را با آب انگور کهنه و زیره یا پخته فیجن و شبت بخورند درد و پیچش روده (مغص)را از بین می برد .در رفع درد شکم عموماً از نمک مؤثرتر است .

بورک را با برخی از داروهای ضد کرم می نوشند ،کرم ها را بیرون آورد . همچنین شکم و ناف را با آن مسح کنند و نزدیک آتش بنشینند کرم ها را می کشد و در این زمینه نیز از نمک بهتر است .

زهرها :هربورکی و به ویژه بورک آفریقایی سوخته و ناسوخته و کف بورک نیز بهترین پادزهر قارچ سمی است .

در علاج گزیده سگ هاربورک را با پیه الاغ و خوک قاطی می کنند و بر زخم می گذارند .

بویانس

اکثراً بیخ آن را بکار می برند . انگم و شیره ای هم دارد که انگم از شیره قوی تر است .

بویانس را با روغن زیتون ، آبکامه ، کمی آب انگور کهنه مخلوط می کنند و بهم می زنند تا غلیظ شود و هرچه پرمایه تر شود مفید تر است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :تحلیل برنده است .

زخم و قرحه :از شدت خشک کنندگی که در آن است پوسته استخوان فاسد شده را جدا می کند و چرک زخم را از بین می برد .

مفاصل :با اعصاب بسیار ناسازگار است .

اندام های تنفسی :زائده های غلیظ را که در سینه باشند بیرون می آورد . برای شش خوب است و خوردن وضماد آن داروی ریه وزخم های ریه است. اندام های غذا :اگر بویانس را بر طحال بمالند یا آن را در آب گرم حل کنند و بر طحال بمالند سختی طحال را از بین می برد .

بوزیدان

چوبی است ره آورد هندوستان و تأثیرش به تأثیر بهمن نزدیک است .

بهترینش سفید و ستبر و راه راه و زبر است .باریک و هموارش که سفیدی آن کم باشد خوب نیست .گاهی آن را بوسیله ی (لعبه بربری)غش می نمایند .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :نرم کننده است و لطافت بخش .

مفاصل :در مداوای درد مفاصل و نقرس مفید است .

اندام های دفعی :شهوت انگیز است .

زهرها :پادزهر است .

بهمن

قطعات چوبی است که عبارتند از ریشه های خشک و ترنجیده و ناهموار و برخی سفید و برخی سرخ رنگ اند .

مزاج :گرم و خشک .

آرایش :فربه کننده .

اندام های سینه :برای قوت قلب بسیار خوب و در علاج خفقان مفید است .

اندام های دفعی :در افزایش آب پشت بسیار مؤثر است .

به

مزاج :سرد و خشک است .

خاصیت :به و گل و رغن به قبضند و به شیرین کمتر قبض است .به دانه قبض نیست و ملین است . به دانه از جریان مواد زائد به درون جلوگیری می کند .به عموماً توان بخش است .

آرایش :بازدارنده عرق است .روغن به داروی ترک های ناشی از سرما است .

ورم و جوش :روغن به بهترین داروی مورچگی است .

قرحه :روغن به در علاج زخم های چرکی مفید است .

مفاصل :زیاد خوردن به درد اعصاب بدنبال دارد .

چشم :برشته اش را بر آماس گرم چشم بگذارند سودمند است .

سینه :افشره به در علاج نفس بلندی برنشیت و خون برآوردن مفید است .

به دانه زبری گلو را بر طرف می کند ،گرفتگی ریه را نرمش می دهد . لعاب به نیز خشکی قصبته الریه را تر گرداند .
اندام های غذا :از استفراغ جلوگیری می کند ،خمار را می زداید ، تشنگی را تسکین می دهد .
اگر کسی معده اش برای پذیرش زائده آمادگی دارد از خوردن به که معده را قوی می گرداند فایده می بیند .به کال تقویت معده می کند و مانع استفراغ بلغی است .
بول را ریزش می دهد .گویند این خاصیتش روی آورد است . شکم را بند می آورد و قبوضیتش بی منفعت نیست .
به را با عسل بپزند بیشتر بول را ریزش می دهد اما ممکن است بجای قبوضیت اسهال بیاورد .گاهی سبب قولنج و درد و پیچش روده می شود . خونریزی حیض را بند می آورد .افشره به یا روغن به را در ذکر بچکانند سوزش مجرای بول را شفا می بخشد .
روغن به به نفع گرده و آبدان است .
اگر با غذا به بخورند اسهال می دهد و اگر زیاد بخورند خوراک را قبل از هضم شدن بیرون می ریزد .
با آب پز به حقنه کنند برآمدگی های مقعد و زهدان را بر طرف می کند .

بیش موش بوحا

بوحا گیاهی است که در زمین های رستنگاه بیش می روید و هر بیشی نزدیک بوحا بروید ثمر نمی دهد .
بوحا بهترین پادزهر بیش است .اما بیش موش جانوری است شبیه موش و سوراخش در نزدیکی بیخ بیش می باشد .
هر فایده که «بیش »در علاج برص و جذام دارد «بوحا »هم دارد. بیش موش نیز داروی برص است و در مداوای جذام سودمند ،و پادزهر افعی و سایر سم ها است .

بیش

سمی است کشنده
مزاج :در منتهای گرمی و خشکی است .
آرایش :اگر بر برص بمالند یا با معجون (بزرجلی)بخورند برص را از بین می برد و در مداوای جذام نیز سودمند است .
زهر:سمی است کشنده ،فوری که جسم را می گنداند .پادزهر بیش موش بیشتر است و آن نوعی موش است که از گیاه بیش تغذیه می نماید . بلدرچین هم از بیش می خورد و می میرد .
با معجون هایی که به منظور جلوگیری از سم بیش درست می کنند مسک هم داخل است .

بیوه زا ـ شش شاخ

مزاج :گرم است .
خاصیت :لطیف و تحلیل برنده .
مفاصل :در علاج کزاز مفید است .
سر :آب پزش را در دهان بگردانند داروی درد دندان و در علاج هر نوع نزله مفید است و ریشه هایش نیز همین کارها را انجام می دهد .
نفس :در بیرون راندن خون از سینه مفید است .
اندام های غذا :بیخش علاج استفراغ پی در پی است .

اندام های راننده :بیخش در علاج تراوش رطوبت های همیشگی زهدان مفید است .

بید بیابانی

برگش را پاره کنند شیره قوی می دهد .

خاصیت :ثمر و برگش گیرنده بی آزارند .به حد کافی می خشکاند . خاکسترش بسیار خشکاننده است .بید تر را ضماد کنند خونریزی را بند می آورد .

برگش را پاره کنند شیری می دهد که بسیار زداینده و نرم کننده است .

آرایش :خاکسترش را با سرکه بر زگیل بمالند آن را بر می کند .

زخم و قرحه :بید بیابانی و به ویژه ثمر و برگش ضماد شود زخم میان استخوان را علاج است ،خاکسترش را با سرکه بر پوست بمالند مورچگی را از بین می برد .

سر :شکوفه و آبش مسکن سردرد هستند .افشره برگش در زدودن ریم و چرک گوش بی نظیر است .

چشم :ثمرو آبش را بر کاسه چشم ضربه خورده گذارند بسیار مفید است.

شیره اش برای چشم کم سو داروی خوبی است .

اندام های غذا :آبش برای علاج بند آمده های کبد وبیماری یرقان مفید است. اندام های راننده :ثمرش بهم خوردن خون ماهانه را به اعتدال می آورد .

شیرین بیان ، جادوی جوانی

تهیه کننده : مجید مکاری

منبع : راسخون

شیرین بیان (Licorice) نوعی گیاه با دوام است که طول آن به ۳ تا ۷ پا می‌رسد و سیستم ریشه‌ای پرشاخ و برگی دارد. ریشه‌های آن مشتمل بر بخش‌های مستقیم چوب چین و چروک دار و الیافی بلند و سیلندری شکل است و به طور افقی در زیرزمین رشد می‌کند. ریشه‌های این گیاه در بیرون از زمین به رنگ قهوه‌ای و در زیر خاک به رنگ زرد است.

شیرین بیان اسپانیایی (Glycyrrhiza glabra) به صورت خودرو در برخی از نقاط اروپا و آسیا می‌روید". گلی سیریزین" (Glycyrrhizin) به عنوان ماده‌ای فعال در ریشه شیرین بیان پنجاه برابر از شکر شیرینتر است.

این ماده حاوی ترکیبی به نام" اسید گلی سیریزیک "مخلوط با نمک‌های پتاسیم و کلسیم است. گلی سیریزین و اسید گلی سیریزیک برای درمان زخم‌های گوارشی مفید است. فرآورده‌های حاصله از شیرین بیان از ریشه‌ها و ساقه‌های زیرزمینی گیاه فراهم می‌آیند. گلی سیریزین و اسید گلی سیریزیک مهمترین مواد موجود در این گیاه هستند.

ریشه‌های این گیاه حاوی کومارین، فلاون، روغنهای فرار و استرول گیاهی نیز هست. از شیرین بیان برای درمان انواع سرفه‌ها و نیز به عنوان یک داروی مسکن در پوست، اسپاسم و تورم، برونشیت، روماتیسم و روم مفاصل و به عنوان ملین استفاده می‌شود. بسیاری از پزشکان فرآورده‌های تهیه شده از ریشهٔ این گیاه را برای درمان زخم گوارشی و التهاب معده مزمن تجویز می‌کنند (گاستریت مزمن).

برخی دیگر ریشه این گیاه را برای نارسایی اولیه فوق کلیه تجویز می‌کنند. البته همیشه باید شیرین بیان را با احتیاط مصرف کرد. چون ماده گلی سیریزین و اسید گلی سیریزیک موجود در آن می‌تواند به غدد فوق کلیه آسیب رساند.

شیرین بیان گیاهی است چندساله و از خانواده ی بقولات Fabaceae که ارتفاع آن گاها به ۱ تا ۲ متر می رسد. برگ های آن به فرم شانه ای مرکب فرد می باشند که برگچه های آن دارای حالت چسبناکی هستند. گل های شیرین بیان به رنگ های آبی یا آبی متمایل به ارغوانی و گاها زرد دیده می شوند. میوه ی این گیاه از نوع نیام است که معمولاً هر میوه دارای ۳ تا ۶ عدد دانه ی لوبیایی شکل می باشد. ریشه ها و ریزوم های این گیاه دارای پوستی قهوه ای رنگ هستند که پس از جدا کردن این پوسته ی خارجی به سایر قسمت های ریشه می رسیم که به رنگ زرد دیده می شوند و دارای طعم شیرینی می باشند.

زمان ظهور گلها اوایل تابستان است. ریشه شیرین بیان نسبتاً قطور بوده و طویل می باشد بطوریکه از ۳۰ تا ۲۰۰ سانتیمتر طول دارد.

شیرین بیان انواع مختلفی دارد که به شرح زیر هستند:

۱- واریته اسپانیایی " G. typical "که میوه آن صا و بدون کرک و ریزومها قهواه ای و به قطر ۶ تا ۱۸ میلیمتر می باشد.

۲- واریته روسی " G. glandulifera "که پیکره رویشی آن چسبناک و دارای ریشه های متعدد به ضخامت ۵ سامتی متر، پوست ریشه فلس دار و قهوه ای رنگ و دارای شیرینی ملایم می باشد.

۳- واریته ترکی " G. pallida "که ضخامت ریشه آن حدود ۸ سانتی متر است.

۴- واریته ایرانی " G. violacca "که ریشه های آن نیز بسیار ضخیم است.

خواص داروئی:

شیرین بیان از نظر طب قدیم ایران معتدل است .

شیرین بیان را بصورت قطعات کوچک به قطر ۰/۵ سانتیمتر و طول ۱/۵ سانتیمتر بفروش می رسانند .

۱)مهمترین خاصیت شرین بیان که جدیدا کشف شده است و در آلمان و اروپا و آمریکا ساتفاده می شود درمان کننده زخم معده و سرطان معده است برای این منظور شربت شیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدر یک قاشق غذا خوری قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تا ۴ ماه تکرار کنید شخص معالجه خواهد شد .

۲)برای تقویت عمومی بدن مفید است

۳)خوردن آن از پیری جلوگیری می کند

۴)برای نرم کردن سینه موثر است

۵)زخم ها و تاول های پوست را با چای شیرین بیان شستشو دهید تا زود خوب شود .

۶)ملین است و معمولا آنرا با گیاهان دیگر مخلوط می کنند که انقباضات را کم می کند

۷)مدر و عرق آور است

۸)برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکید .

۹)سرفه را برطرف می کند

۱۰)ورم معده را برطرف می کند

۱۱)تنگی نفس را تسکین می دهد

۱۲)برای درمان سوء هاضمه مفید است

۱۳)برای از بین بردن نفخ شکم مفید است

۱۴)چشم را تقویت کرده و رفع سردرد می کند برای این منظو از فرمول زیراستفاده کنید :

۲ گرم ریشه شیرین بیان را پودر کرده و با یک گرم شکر و یک گرم رازیانه مخلوط کنید سپس آنرا در آب خیس کرده و هر روز بخورید.

۱۵)برای درمان موخوره چای شیرین بیان را به سر بمالید .

۱۶)برای رفع بوی بد زیر بغل و پا از برگ های شیرین بیان پماد درست کرده و در این قسمت ها بگذارید .

طرز استفاده:

دم کرده شیرین بیان : مقدار ۵۰گرم ریشه بدون پوست شیرین بیان را آسیاب کرده و در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد .

جوشانده شیرین بیان : ۲۰ گرم ریشه شیرین بیان بدون پوست را آسیاب کرده و در ۱۰۰ گرم آب ریخته و آنقدر بجوشانید که دو سوم آن باقی بماند .

شربت شیرین بیان : ریشه شیرین بیان بدونپ وست را آسیاب کرده و با آب مخلوط کرده و آنقدر بجوشانید تا غلیظ شود

تکه های شیرین بیان : مانند آب نبات می توانید در دهان گذاشته و بمکید .

مضرات :

استفاده زیاد از شیرین بیان برای طحال مضر است و اگر می خواهید از شیرین بیان برای برطرف کردن بیماری و برای مدت طولانی استفاده کنید بهتر است آنرا با کتیرا بخورید .

پراکنش و نیازهای اکولوژیکی

شیرین بیان در اکثر مناطق جهان بخصوص میان دو عرض جغرافیایی ۳۰ و ۴۵ درجه در نیمکره شمالی زمین می روید. این گیاه در کشورمان نیز پراکنش بسیار وسیعی دارد و در استان هایی چون خراسان (شمالی و رضوی)، آذربایجان شرقی و غربی، زنجان، گلستان، کردستان، فارس، اصفهان، تهران و ... مشاهده می شود. شیرین بیان بطور کلی گیاهی نورپسند است که در طول رویش به هوای گرم و رطوبت متوسط نیاز دارد.

کاشت، داشت و برداشت

تکثیر رویشی (تقسیم ریزوم و ریشه) روش تجاری تکثیر شیرین بیان می باشد اما این گیاه را بوسیله ی بذر نیز می توان تکثیر نمود که در اینجا به تکثیر رویشی این گیاه می پردازیم. در فصل پائیز (آبان ماه) ریزوم گیاهان ۳ تا ۴ ساله را پس از خروج از خاک به قطعات ۱۵ تا ۲۵ سانتی متری تقسیم می کنند. این قطعات را در ردیف هایی با فاصله ی ۶۰ تا ۸۰ سانتی متر و با فاصله ی۳۰ تا ۴۰ سانتی متر از یکدیگر کشت می نمایند. پس از کاشت بایست به سرعت آبیاری صورت بگیرد. شیرین بیان یکی از گیاهان دارویی است که بیشتر بصورت بهره برداری از طبیعت به بازار مصرف می رسد و کمتر مورد کشت و کار قرار می گیرد و جالب است که بدانیم ریشه ی این گیاه بصورت خشک شده یا عصاره، یکی از مهمترین اقلام صادراتی کشورمان در بخش گیاهان دارویی است و در بسیاری از کشورهای اروپایی نظیر انگلیس، بلژیک، فرانسه و ... مورد کشت وسیع قرار می گیرد.

برداشت ریشه های این گیاه در فصل پائیز سال سوم یا چهارم صورت می گیرد. این عمل در سطوح کوچک با استفاده از بیل و در سطوح وسیع توسط ماشین های مخصوص انجام می شود.

فرآوری

قسمت مورد استفاده ی این ریشه های این گیاه هستند که دارای ترکیبات مختلفی می باشند. مهمترین ترکیب موجود در ریشه های این گیاه اسید گلیسریزیک است که ۵۰ بار از شکر شیرین تر می باشد و مقدار آن با توجه به شرایط محیطی و واریته ی گیاه بین ۵ تا ۲۰ درصد می باشد.

تعدادی از مقالات مرتبط با این گیاه

بررسی اثر سایتوتوکسیسیتی و بازدارندگی عصاره ریزوم شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra) و گل بابونه (Matricaria

aurea) بر فعالیت ماتریکس متالوپروتئینازها (MMPs) در مقایسه با ترکیبات استروئیدی و غیر استروئیدی در کشت سلولی فیبروساکروما

آنزیم های ماتریکس متالوپروتئیناز (MMPs)، خانواده بزرگ آنزیم های پروتئولیتیک وابسته به کلسیم و روی هستند که در تجزیه ترکیبات مختلف ماتریکس خارج سلولی نقش دارند. نقش این آنزیم ها در پیشرفت و گسترش بیماری های التهابی (آرتریت روماتوئید)، بیماری های قلبی عروقی و تومورهای سرطانی کاملا شناخته شده است. مطالعات انجام شده دال بر اثر مهاری ترکیبات ضد التهاب غیر استروئیدی (NSAIDs) و استروئیدی (دگزامتازون) بر روی ماتریکس متالوپروتئینازها است.

مواد و روش کار: در این تحقیق اثر مهاری و سمیت سلولی عصاره هیدروالکلی گیاهان شیرین بیان و بابونه در مقایسه با داروهای استروئیدی و غیر استروئیدی با به کارگیری سل لاین فیبروسارکوما (Wehi ۱۶۴) برای بررسی سمیت سلولی و روش ژلاتین زایموگرافی برای سنجش میزان اثر مهارکنندگی بر فعالیت ماتریکس متالوپروتئینازها بررسی شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که اثر مهارکنندگی شیرین بیان و بابونه، به ترتیب، معادل ۹۵۰۰mg/ml و ۹۳۳.۳۳ و سمیت سلولی به دست آمده برای این گیاهان، به ترتیب، معادل ۳۲۶.۶۷mg/ml و ۳۴۵۰ بود.

نتیجه گیری: گیاهان بابونه و شیرین بیان سمیت سلولی بسیار کمتری ولی اثر مهاری ضعیف تری نسبت به داروهای استروئیدی و غیر استروئیدی بکار رفته در این تحقیق از خود نشان دادند. همچنین مشخص شده است که سمیت سلولی بابونه ۰.۱ سمیت سلولی شیرین بیان است.

بررسی اثر عصاره هیدروالکلی شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.) بر ایجاد پلاکهای آترواسکلروتیک در آئورت خرگوشهای هیپرکلسترولمیک

آترواسکلروز که اساسا در سرخرگهای بزرگ و متوسط اتفاق یکی از عوامل اصلی در ایجاد بیماریهای قلبی عروقی می باشد. مطالعات اپیدمیولوژیک نشان می دهند، در جوامعی که از گیاهان دارویی استفاده می کنند بیماریهای قلبی عروقی و از جمله آترواسکلروز کمتر دیده می شود. شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra) گیاهی از خانواده نخود است که وجود ترکیبهای هیپولیپیدمیک و فلاونوئیدهای با فعالیت آنتی اکسیدان قوی در این گیاه به اثبات رسیده است. هدف این تحقیق بررسی اثرات عصاره شیرین بیان بر لیپیدهای سرم و ایجاد آترواسکلروز در خرگوش های تغذیه شده با رژیم پر کلسترول می باشد. در این تحقیق ۱۵ سر خرگوش نر به صورت تصادفی به سه گروه تقسیم شدند. گروه رژیم معمولی، کنترل پر کلسترول (۱٪ کلسترول) و گروه پر کلسترول + شیرین بیان (مصرف یک روز در میان عصاره شیرین بیان با میزان ۵۰ mg/kg body weight). غلظت کلسترول تام (TC)، تری گلیسرید (TG)، LDL کلسترول سرم در زمان شروع آزمایش، پایان ماه اول و پایان ماه دوم در خرگوش ها تعیین شده است. در پایان مطالعه خرگوش ها با میزان بالای کلروفرم کشته و آئورت آنها برای تعیین شدت ضایعات آترواسکلروتیک برداشته شد. شیرین بیان به طور معنی دار سطح TC، TG و LDL کلسترول را کاهش و سطح HDL کلسترول را افزایش می دهد و سبب کاهش ضایعات آترواسکلروتیک در آئورت می شود ($p\text{-value}<0.05$). نتایج بیانگر آن است که عصاره شیرین بیان برای جلوگیری از پیشرفت بیماری آترواسکلروز در خرگوش موثر می باشد. بنابراین مطالعات گسترده جهت بررسی این اثرات در انسان به منظور مصرف شیرین بیان در پیشگیری و درمان آترواسکلروز مورد نیاز است.

بررسی اثر عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد بالای زمینی گیاه شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.)

به منظور بررسی اثرات عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد قسمت بالای زمینی گیاه شیرین بیان آزمایشی در گلخانه تحقیقاتی دانشکده کشاورزی مشهد در سال ۱۳۸۰ انجام شد. آزمایش به صورت فاکتوریل و با دو عامل عمق کاشت در سه سطح (۱۰، ۲۰ و ۴۰ سانتی متر) و اندازه ریزوم در سه سطح (۱،۲ و ۳ جوانه ای) در قالب طرح کاملا۔ تصادفی و با دو تکرار انجام شد. با افزایش

عمق کاشت و اندازه ریزوم سطح برگ و وزن خشک آن افزایش یافت. وزن خشک ساقه در عمق های پایین کاهش ولی با افزایش اندازه ریزوم، وزن خشک آن افزایش یافت. بالاترین وزن خشک کل در عمق ۲۰ سانتی متر بدست آمد که بسیار نزدیک به وزن خشک عمق ۴۰ سانتی متر بود و ریزوم سه جوانه ای نسبت به دو ریزوم دیگر، بالاترین وزن خشک کل را تولید نمود این طور به نظر می رسد که قرار گرفتن ریزوم های سه جوانه ای در عمق ۲۰ سانتی متری سبب تهییج رشد شیرین بیان می شود.

بررسی اثر عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد پایین زمینی گیاه هرز شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.)

به منظور بررسی اثر عمق کاشت و اندازه ریزوم بر رشد قسمت پایین زمینی گیاه شیرین بیان، آزمایشی در گلخانه تحقیقاتی دانشکده کشاورزی مشهد و در سال ۱۳۸۰ انجام شد. آزمایش به صورت فاکتوریل و با دو عامل عمق کاشت در سه سطح (۱۰، ۲۰ و ۴۰ سانتیمتر) و اندازه ریزوم در سه سطح (۱، ۲ و ۳ جوانه ای) در قالب طرح بلوکهای کاملا تصادفی و با دو تکرار انجام شد. وزن خشک ریشه و ریزوم مادری در طی فصل رشد گیاه مورد پایش قرار گرفتند. بیشترین و کمترین وزن خشک به ترتیب در عمق ۲۰ و ۴۰ سانتیمتر مشاهده شد. تا حدود ۱۰۰ روز پس از کاشت، وزن خشک ریشه از ریشه بسیار کندی برخوردار بود، ولی پس از آن افزایش یافت. ریزوم های با اندازه های مختلف، وقتی در عمق ۲۰ سانتیمتر قرار گرفتند، بیشترین وزن خشک ریشه را تولید کردند. ریزوم های سه جوانه ای، حداکثر و ریزوم های تک جوانه ای، کمترین وزن خشک ریشه را تولید کردند. تا حدود ۶۰ روز پس از کاشت، وزن خشک در ریزوم های مادری کاهش یافت. بعد از روز هفتاد و پنجم، وزن خشک ریزوم مادری افزایش یافت و کلیه بوته ها شروع به پرکردن ریزوم های مادری نمودند، به نحوی که ریزوم های موجود در عمق ۲۰ سانتیمتری، بالاترین وزن خشک را داشتند. در روز ۱۶۰ام پس از کاشت، ریزوم ها مجددا شروع به تخلیه کردند. ریزوم های تک و سه جوانه ای به ترتیب کمترین و بالاترین وزن خشک ریزوم های مادری را طی فصل رشد نشان دادند.

بررسی برخی جنبه های اکوفیزیولوژیک ریزوم علف هرز شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra)

کنترل علف های هرز چند ساله بدلیل سیستم زیرزمینی گسترده بسیار دشوار است. در این پژوهش که در سال های ۸۳-۱۳۸۱ صورت گرفت، عوامل اکوفیزیولوژیکی موثر بر جوانه زنی و کاهش جوانه زنی ریزوم علف هرز شیرین بیان بصورت آزمایش های جداگانه در خزانه و آزمایشگاه مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که ریزوم ها در دمای پایین تر از ۶ درجه سانتی گراد جوانه نزدند و ریزوم ها برای جوانه زنی به حداقل ۱۵۴ درجه- روز نیاز داشتند. نیاز حرارتی کل نیز از ۵۰ درصد جوانه زنی تا برداشت ۳۵۴۹ درجه - روز تعیین شد. نتایج آزمایش کنترل جوانه زنی بوسیله یخ آب در چهار سطح دمای انجماد ۰، -۳، -۵ و -۱۰ درجه سانتی گراد و رطوبت خاک در سه سطح ظرفیت زراعی، غرقاب و خشک در ۴ تکرار نشان داد که غرقاب در دمای ۵ درجه سانتی گراد منجر به کاهش جوانه زنی شد و ریزوم ها در دمای -۳ درجه سانتی گراد و پایین تر از آن در تمامی سطوح رطوبت خاک جوانه نزدند. در آزمایش تنش خشک شدگی در شرایط آزمایشگاهی، ریزوم هایی که ۱۰ روز در دماهای ۲۵ درجه سانتی گراد و بالاتر قرار گرفتند، جوانه نزدند. در کل نتایج این پژوهش نشان داد که امکان کنترل جوانه زنی ریزوم شیرین بیان با استفاده از روش های فیزیکی بصورت آزمایشگاهی وجود دارد.

جنبه های اکوفیزیولوژیکی جوانه زنی شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.) در واکنش به دما

شیرین بیان گیاهی صنعتی و دارویی است که در ایران بعنوان علف هرز عمده مزارع دیم و باغات کشور شناخته می شود. خصوصیات جوانه زنی بذور جمع آوری شده شیرین بیان از کرمانشاه و فارس تحت تیمار دماهای ثابت (۰، ۳، ۱۰، ۱۵، ۲۰، ۲۵، ۳۰، ۳۵ و ۴۰ درجه سانتیگراد) مورد بررسی قرار گرفت. بیشترین درصد جوانه زنی در بذور کرمانشاه و فارس به ترتیب در دمای ۲۵ و ۲۰ درجه سانتیگراد مشاهده شد و درصد نهایی جوانه زنی بذور فارس بیشتر از کرمانشاه بود. در دمای ۴۰ درجه سانتیگراد درصد نهایی جوانه زنی در بذور کرمانشاه و فارس به ترتیب ۲۷ و ۴۳ درصد بدست آمد. سرعت جوانه زنی نیز روند مشابهی را

دارا بود. برای هر دو جمعیت، کوتاه ترین زمان رسیدن به ۱۰، ۵۰ و ۹۰ درصد جوانه زنی در محدوده ۲۰ تا ۳۰ سانتیگراد برای هر دو جمعیت کوتاهترین زمان حاصل شد. درجه حرارت کمینه، بهینه و بیشینه جوانه زنی به ترتیب ۲.۲، ۲۹.۱، ۴۵.۳ سانتیگراد برای بذور جمع آوری شده از کرمانشاه و ۲.۴، ۲۹.۲، ۴۴ درجه سانتیگراد برای بذور جمع آوری شده از فارس بود.

گوارش پذیری تفاله شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.) فرآوری شده با قارچ Pleurotus sajor-caju

هدف از انجام این پژوهش، بررسی تاثیر فرآوری با قارچ Pleurotus sajor-caju بر گوارش پذیری تفاله شیرین بیان (Glycyrrhiza giabra L.) بود. قارچ P.sajor-caju روی دانه های گندم سترون شده، کشت داده شد و پس از دو هفته رشد، به تفاله شیرین بیان سترون درون کیسه های پلاستیکی دو کیلویی، افزوده شد. پس از دو هفته، (در دمای ۲۵ درجه سانتی گراد) میسلیوم های قارچ، روی تفاله رشد کردند و مورد استفاده قرار گرفتند. ضرایب گوارش پذیری در ۱۲ قوچ قزل اندازه گیری شد.

فرآوری تفاله شیرین بیان با قارچ موجب افزایش میزان ماده خشک، پروتیین خام (CP) و عصاره بدون نیتروژن (NFE) شد ولی درصد خاکستر، دیواره سلولی (NDF) و لیگنین (ADL) کاهش یافت. درصد فیبر خام و دیواره سلولی بدون همی سلولز (ADF) تغییر معنی داری نشان نداد. کاهش اندکی در درصد چربی خام (سطح ۰.۰۸ درصد) دیده شد. میانگین ماده خشک مصرفی و گوارش پذیری ماده خشک در گروه تغذیه شده با تفاله شیرین بیان فرآوری شده، به گونه معنی داری بیشتر از گروه شاهد بود. ضرایب گوارش پذیری پروتئین خام، فیبر خام، ماده آلی، چربی خام، عصاره بدون نیتروژن، دیواره سلولی، دیواره سلولی بدون همی سلولز و لیگنین و مجموع مواد غذایی گوارش پذیر (TDN)، برای تفاله فرآوری شده، به طور معنی داری بیشتر از گروه شاهد بود. به طور کلی، فرآوری با قارچ P.sajor-caju، کیفیت، ارزش غذایی و گوارش پذیری تفاله شیرین بیان را به طور معنی داری افزایش داد ($p<0.05$) ولی، مشکل پرورش قارچ روی تفاله سترون نشده، کاربرد این روش در سطح گسترده با مشکل می کند.

مروری بر اثرات ضدویروسی گیاه شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.) و ترکیب موثره آن گلیسیریزین

گیاه شیرین بیان از خانواده لگومیناسه است. تعدادی از مواد موثره این گیاه شامل تری ترپن های ساپونینی، فلاونوییدها، چالکون ها و ایزوفلاون ها است. مهم ترین ماده موجود در گیاه شیرین بیان، اسید گلیسریزیک است.

هدف: ارایه یک مقاله مروری از بررسی های انجام شده در زمینه اثرات ضد ویروسی گیاه شیرین بیان و ترکیب موثره آن گلیسیریزین بود.

روش بررسی: بررسی مقالات ارایه شده در مورد گیاه شیرین بیان با استفاده از پایگاه اطلاعاتی اینترنتی نظیر MEDLINE و در محدوده سال های ۲۰۰۵-۱۹۸۰ صورت گرفت.

نتایج: عصاره های ریشه گیاه شیرین بیان در برابر طیف وسیعی از ویروس ها مانند هرپس سیمپلکس (HSV-۱)، واریسلا زوستر ویروس (VZV)، سایتومگالوویروس (CMV)، ویروس هپاتیت A، B، C، ویروس آنفلوآنزا، سارس و ویروس تضعیف کننده سیستم ایمنی انسان (HIV-۱)، اثر ضدویروسی فعالی را نشان داده است. به طوری که امروزه گلیسیریزیک اسید در درمان بیماران مبتلا به هپاتیت فعال مزمن استفاده می شود. به نظر می آید که این ماده از تکثیر ویروس ها جلوگیری به عمل می آورد و همچنین مسیر پیام رسانی داخل سلولی، بیان ژنی، نیتریک اکسید سینتاز القایی و تولید نیتریک اکسید را در ماکروفاژ تحت تاثیر قرار می دهد.

نتیجه گیری: به نظر می آید که پژوهش های وسیع تر بالینی به منظور استفاده از این گیاه و ماده موثره آن یعنی گلیسیریزیک اسید، در درمان سایر عفونت های ویروسی لازم است.

مقایسه فعالیت آنتی اکسیدانی عصاره شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L) با آنتی اکسیدان های تجاری در کرم

هیدروکینون ۲ درصد

سابقه و هدف: با توجه به عوارض مختلف گزارش شده از آنتی اکسیدان های تجاری، در سال های اخیر، تحقیقات بر روی دستیابی به آنتی اکسیدان های سالمتر و موثرتر از منابع طبیعی، متمرکز شده است. هیدروکینون، یک ماده روشن کننده است که برای روشن نمودن نواحی هیپرپیگمانته در فرآورده های آرایشی بکار می رود. این ماده شیمیایی به سختی پایدار میشود و بر اثر اکسیداسیون، به سرعت درمعرض هوا قهوه ای رنگ می گردد. در این پژوهش اثر آنتی اکسیدانی عصاره متانولی شیرین بیان در مقایسه با آنتی اکسیدان های تجاری مورد بررسی قرارگرفته است.

مواد و روش ها: پودر ریشه خشک شده شیرین بیان با متانول عصاره گیری شد. فعالیت آنتی اکسیدانی عصاره در مقایسه با آنتی اکسیدان های تجاری (سدیم متابی سولفیت و بوتیل هیدروکسی تولوئن) در غلظت های ۰.۱، ۰.۵، ۱ و۲ درصد (وزنی/وزنی) در کرم هیدروکینون ۲ درصد بررسی گردید. فرآورده های حاویس آنتی اکسیدان ها و عصاره فوق به مدت سه ماه در دمای ۲۵±۰.۵ درجه سانتیگراد و ۴۵±۰.۵ درجه سانتیگراد و به دور از نور نگهداری شدند. پایداری فیزیکی و درصد هیدروکینون باقیمانده پس از ۲ هفته، ۱، ۲ و ۳ ماه بررسی گردید. جهت اندازه گیری میزان هیدروکینون باقیمانده از روش اسپکتروفتومتری UV و طول موج ۲۹۴ نانومتر استفاده شد.

یافته ها: نتایج مطالعه حاکی از تسریع تخریب هیدروکینون با افزایش دما بود. افزایش غلظت آنتی اکسیدان سبب افزایش درصد هیدروکینون باقیمانده در فرآورده می گردید. اما افزایش درصد آنتی اکسیدان های تجاری به ویژه در مورد سدیم متا بی سولفیت یک درصد و بوتیل هیدروکسی تولوئن دو درصد، سبب کاهش پایداری فیزیکی فراورده گردید. در ماه سوم، در هر دو دمای ۲۵ و ۴۵ درجه سانتی گراد، عصاره در تمامی غلظت ها فعالیت آنتی اکسیدانی بیشتری را در مقایسه با آنتی اکسیدان ها تجاری نشان داد (P<۰.۰۰۱). در دمای سوم، فرآورده های حاوی ۰.۱، ۰.۵، ۱ و ۲ درصد عصاره پایداری فیزیکی مناسبی را با مقدار هیدروکینون باقیمانده ۷۲، ۷۶، ۷۸ و ۸۱ درصد (به ترتیب افزایش غلظت) در دمای ۲۵ درجه سانتی گراد و ۵۱، ۵۵، ۶۰ و ۶۳ درصد در دمای ۴۵ درجه سانتی گراد، نشان داد.

استنتاج: با استفاده از این نتایج می توان عصاره شیرین بیان را با غلظت های ۰.۵ و ۱ درصد، به عنوان یک آنتی اکسیدان طبیعی موثر برای مواد حساس به اکسیداسیون پیشنهاد نمود.

اندازه گیری گلیسیریزین در ریشه گیاه شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.) توسط دستگاه کروماتوگرافی مایع با کارایی بالا (HPLC)

ریشه گیاه شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra L.) به طور عام لیکوریس نامیده میشود که به عنوان عامل شیرین کننده و بیش از دو هزار سال کاربرد دارویی داشته است. لیکوریس دارای پنج حلقه ساپونین تریترپن به نام اسید گلیسیریزینیک است. این ترکیب متعلق به مشتقات بتا - آمیرین(b-amyrin) می باشد. شیرین بیان به خاطر مزه شیرین آن به عنوان عامل ضد التهاب، آلرژی و زخم شناخته شده است. تاکنون جهت ارزیابی مقدار گلیسیریزین در ریشه گیاه شیرین بیان و عصاره های حاصل از آن از روشهای مختلفی استفاده شده است، که تماما غیر اختصاصی و متکی به روشهای غیر مستقیم می باشند.

در این تحقیق جهت تشخیص مقدار گلیسیریزین در نمونه های ریشه شیرین بیان، از روش (بدون هیدرولیز ماده) یعنی با استفاده از دستگاه کروماتوگرافی مایع با کارایی بالا (HPLC) صورت گرفته است. در این روش جداسازی گلیسیریزین از دیگر اجزای موجود در عصاره ریشه گیاه با استفاده از مرحله معکوس صورت گرفت، که نتایج رضایت بخش و قابل تکرار می باشند. ریشه گیاه از مزرعه گیاهان دارویی در باغ گیاه شناسی ملی ایران، جمع آوری گردید. سپس اقدام به استخراج عصاره توسط حلال و شناسایی ترکیب اسید گلیسیریزینیک توسط دستگاه (HPLC) نمودیم. مقدار ترکیب در نمونه ۱.۵ درصد تعیین گردید. این روش

مشکلات در روشهای قبلی را دفع کرده است.

گیاه شیرین بیان، درمان جدید تومور های سرطانی

بررسی های اخیر دانشمندان نشان داده است نوعی ترکیب متشکل از گیاه شیرین بیان می تواند از شیوع سلول های سرطانی در بدن جلوگیری کند.

نتایج به دست آمده از محققان دانشگاه نیویورک نشان می دهد ترکیبات گیاه شیرین بیان که حاوی اسید گلیسیرین است، می تواند از انتشار نوعی سلول عفونت بافت های پیوندی بدن را به دنبال دارد جلوگیری کند. این عفونت ها باعث ایجاد تومور و تورم آن ها در زیر پوست می شود.

کاوش های دانشمندان حاکی از آن است افرادی که سیستم دفاعی بدن آن ها دچار اختلال شده است، بیشتر از دیگران در معرض ابتلا به این عارضه قرار می گیرند. نتایج این بررسی ها در نشریه تحقیقات بالینی منتشر شده است.

تجربه نشان داده بسیاری از تورم ها که به صورت تبخال نمایان می شوند، برای مدت های طولانی بدون توجه بیمار در بدن وی وجود دارند.

شیرین بیان موخوره را درمان می کند

مهمترین ماده موثر شیرین بیان در ریشه گیاه موجود است از شکر شیرین تر است ریشه و ریزوم گیاه که به صورت با پوست یا بدون پوست مصرف دارویی دارد، قسمت مورد استفاده گیاه است که در قطعات استوانه ای در عطاری ها به فروش می رسد.شیرین بیان که به عنوان پدربزرگ گیاهان دارویی معروف است خواص درمانی بسیاری دارد از جمله درمان کننده زخم معده و سرطان معده است که برای این منظور شربت این گیاه را تهیه و روزانه به مقدار یک قاشق غذاخوری قبل از غذا به مریض داده شود.این گیاه برای تقویت عمومی بدن مفید است و خوردن آن از پیری جلوگیری می کند. همچنین برای برطرف کردن زخم و التهاب دهان ریشه شیرین بیان را بمکید.شیرین بیان سرفه را برطرف می کند و تنگی نفس را تسکین می دهد و برای درمان سوء هاضمه مفید است و چشم را نیز تقویت می کند.عرق شیرین بیان برای درمان سرفه و گرفتگی صدا، کم خونی، زخم و عفونت های لثه، بدبویی دهان و اشتها مفید است.بالا بردن فشارخون و پایین آوردن پتاسیم خون مضرات این گیاه محسوب می شود.

منابع :

گیاه شیرین بیان، درمان جدید تومور های سرطانی http://www.sabziran.ir

شیرین بیان «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

شیرین بیان http://www.parsiteb.com

شیرین بیان موخوره را درمان می کند http://aftab.ir

شیرین بیان http://www.centralclubs.com

گیاه دارویی شیرین بیان Glycyrrhiza glabra http://www.mdplant.blogfa.com

شیرین بیان http://www.iranmania.com

گزنه ، درمانگر دردناک

کلیات گیاه شناسی

گزنه گیاهی است که از دوران ماقبل تاریخ نیز وجود داشته و مردم آن زمان از آن برای تغذیه استفاده می‌کردند و از خواص درمانی آن اطلاع داشته‌اند. جالینوس حکیم که در قرن دوم میلادی زندگی می‌کرده آنرا برای رفع سرماخوردگی و بیماریهای

دستگاه تنفسی بکار می‌برده است. گزنه گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع یک متر بالا می‌رود.

این گیاه در خرابه‌ها ، باغها و نقاط مرطوب که چهارپایان از آن عبور می‌کنند به حالت خودرو می‌روید ریشه این گیاه خزنده بوده و در ناحیه‌ای که سبز می‌شود کم‌کم تمام منطقه را فرا می‌گیرد. ساقه این گیاه را پرزها و تارهای مخروطی شکل پوشانده که در صورت لمس کردن ساقه بدست می‌چسبد و پوست را می‌گزد که تولید خارش و سوزش می‌کند و شاید به همین دلیل آنرا گزنه نامیده‌اند. تخم آن نرم ، ریز و تیره رنگ و مانند تخم کتان است. قسمت مورد استفاده این گیاه برگهای تازه ، ریشه ، شیره و دانه آن است.

مشخصات تیره گزنه Urticaeae

گیاهان این تیره عموما علفی ، بندرت به صورت درختچه و درختی هستند. برگهای آنها گوشوارک دار با رگبرگهای پری شکل منفرد یا متقابل هستند. معمولا گلها تک جنس و دارای ۵ کاسبرگ و ۴ پرچم متقابل با کاسبرگها هستند. در تیره گزنه گل آذین به شکل گرزنهای مجتمعی است که از مجموع آنها سنبل گرزنهای متراکم بوجود می‌آید. مادگی شامل یک برچه با یک تخمک مستقیم و ایستاده است. میوه تقریبا همیشه به صورت یک فندقه است.

از اختصاصات تشریحی گیاهان این تیره یکی وجود سیستولیت در یاخته‌های بشره و دیگری داشتن یک حلقه فیبر کم و بیش چوبی شده در منطقه دایره محیطیه است. داشتن کرکهای گزنده در سطح برگ یا ساقه نیز یکی دیگر از صفات مهم برخی از جنسهای این تیره است. تقریبا فقدان لوله‌های شیرابه‌ای در تمام گونه‌ها یکی دیگر از صفات منفی این تیره است.تیره گزنه دارای ۴۰ جنس و در حدود ۵۰۰ گونه است که اکثر آنها در آمریکا ، هند ، مالزی و نواحی حاره‌ای می‌رویند. در آفریقا و اروپا گونه‌های این تیره بسیار نادر است.

تیره گزنه در ایران

جنس اورتیکا یا گزنه

در گروه گزنده این تیره سطح برگ و ساقه آنها از کرکهای گزنده پوشیده شده است و در ایران سه گونه دارد. یکی اورتیکا دیوئیکا یا گزنه دوپایه که بیشتر در نقاط مرطوب می‌روید و دارای برگهای ساده و دندانه‌دار است. دیگری اورتیکا کانابینا که دارای برگهایی با پهنک تقسیم شده است. از انواع دیگر گزنه یکی اورتیکا پیلولی فرا است که گل آذین متراکم ، کروی و کلافه مانند آن در دو طرف ساقه قرار دارد.

جنس پاریه تاریا

این جنس دارای پنج گونه غیر گزنده است. یکی از آن دو ، پاریه تاریا ژودایکا است که مخصوص ارتفاعات و شکاف دیواره‌های سنگی کوهها‌ست و دیگری پاریه تاریا افی سینالیس که مخصوص کف جنگلهای مناطق مرطوب شمالی است.

جنس فورس کاه له آ

این جنس در ایران فقط یک گونه دارد. گلهای آن تک جنس هستند و در پوششی از گریبان کرکدار که شامل ۴ تا ۶ اندام برگی است به تعداد زیاد قرار دارند. گلهای نر دارای یک پرچم و معمولاـ در اطراف گریبان قرار دارند. همچنین یک گلپوش برگی شکل دارند که در قسمت پایین لوله مانند است و در بالاـ تقریبا شامل یک لبه است. گلهای ماده برخلاف گلهای نر در وسط گریبان دو برگی قرار دارند. برگها متناوب و د رطرفین دارای دو گوشوارک آزاد هستند. گونه منحصر به فرد این جنس فورس کاه له آ تناسیسا است و در سواحل خلیج فارس می‌روید.

طایفه های تیره گزنه

•طایفه اورره: دارای کرکهای گزنده و یک جنس به نام اورتیکا است.

•طایفه بوهه مریه: فاقد کرکهای گزنده ، در گل ماده گلپوش تقریبا بهم پیوسته و فیبر منطقه پوستی نمو و قطری فوق‌العاده دارد.

•طایفه پاریه تاریه: فاقد کرکهای گزنده ، در گلهای ماده گلپوش مجزا ، گلهای نر و ماده در کنار برگهای گرزنهای کروی شکل را تشکیل می‌دهند.

گزنه

برگهای خشک شد ?گیاه Urtica dioica L. از خانواد ?گزنه (Urticaceae) است.

نامهای گیاه :

لاتین: Urtica dioica L.

فارسی: گزنه، گزنه دوپایه، گزنه کبیر

عربی: قریص، حریق، انجره

انگلیسی: Stinging nettle, Great nettle, Large nettle, Common nettle

آلمانی: Brennesselkraut, Honfnesselkraut, Haarnesselkraut, Grosse nessel

فرانسه: Herbed'ortie, ortie mechante, Grand ortie, Ortie dioique

ریخت شناسی: گیاهی پایا، دوپایه، علفی، سبز، ایستاده دارای کرکهای گزنده که ارتفاع آن به ۱۲۰ـ۵۰ سانتیمتر می‌رسد ساق? متعدد راست، کمی زاویه‌دار، چهار پهلو و تقریباً ضخیم، ساده و یا خیلی کم منشعب، پوشیده از کرکهای گزنده است. برگها دمبرگدار، سبز روشن در دو سطح پوشیده از کرک گزنده، گل تک جنس، بسیار ریز، سبز خام و مجتمع در توده‌های کوچک کروی می‌باشد .

اندام داروئی: برگها بخش داروئی این گیاه را تشکیل می‌دهند.

زمان جمع‌آوری: بهترین زمان برداشت و جمع‌آوری برگهای این گیاه از اردیبهشت‌ماه تا شهریورماه می‌باشد .

دامن ?انتشار: انتشار عمومی گیاه گزنه در نقاط مرطوب ایران، خصوصاً نواحی شمالی، غربی و مرکزی مانند اصفهان، شاهرود، بسطام، کوه کاشان و ارتفاعات ۳۰۰۰ متری است .

مواد متشکله: در برگ گزنه، کلروفیل، کاروتن، گزانتوفیل، لوکوآنتوسیانیدین، فلاون، فلاونول به میزان کمتری از لوکوآنتوسیانیدین در این گیاه است . تری‌ترپن‌ها، استرول‌ها شامل بتاسیتوسترول در گیاه موجود است .

اسید فرمیک نیز در برگ گزنه وجود دارد . برگهای تازه گزنه حاوی سکرتین می‌باشد، همین‌طور دارای ۵/۱ درصد کلروفیل خالص است. برگ خشک گزنه ۵/۷٪ کلروفیل دارد. مواد فنلی نیز در این گیاه وجود دارد که شامل کافئیک اسید، فرولیک اسید، سیناپیک اسید، اسکولتین و کافئویل مالیک اسید و کلروژنیک اسید می‌باشد. تانن، موسیلاژ و نوعی گلیکوزید با اثر قرمزکنندگی پوست و ماد ?رنگی به نام اورتی‌سین (Urticin) و همچنین آلکالوئید اسکوپولتین (Scopoletin) نیز در گزنه موجود است. تری‌گلیسرید، دی‌گلیسرید و فسفولیپیدهای مختلفی از این گیاه جدا شده است (۱). سیتوکین‌های عمده گزنه شامل زآتین، زآتین نوکلئوتید، ایزوپنتیل آدنین، ایزوپنتیل آدنوزین، ایزوپنتیل آدنین نوکلئوتید و دی‌هیدروزآتین می‌باشد . همچنین ترکیبات ایندولی همراه با هیستامین و ۵ـ هیدروکسی ترپیتامین و اسیدهائی از جمله آسکوربیک اسید، سالیسینیک اسید و هورمون‌های گیاهی و اسیدهای آمینه ضروری نیز جز ترکیبات گزنه است. در برگهای تاز ?گزنه عناصری مانند ازت، گوگرد، فسفر، پتاسیم، منیزیوم، کلسیم و عناصر نادر مانند آهن، روی، مولیبدن و مس موجود است.

خواص درمانی گیاه گزنه: گزنه به صورت خوراکی بعنوان مدر، پائین آورند ?قند و اسید اوریک و به صورت موضعی در درمان

برخی از بیماریهای پوست و مو از جمله اگزما، بیماریهای التهابی و حتی در درمان ریزش مو، مورد استفاده قرار می گیرد .
موارد استعمال در پزشکی گذشته: در طب گذشته از گزنه بعنوان مدر، ضد التهاب و مقوی قوه باه مورد استفاده قرار می گیرد. به طور سنتی گزنه تصفیه‌کنند ?خون (blood purifier)، مدر (diuretic)، متوقف کنند ?خونریزی (Styptic) و تونیک محرک در نظر گرفته شده است و برای درمان اسهال دیسانتری و بیماریهای مزمن کولون و بثورات مزمن پوستی به کار رفته است.
آثار فارماکولوژیکی: ترکیبات فنلی موجود در گزنه که شامل کافئیک اسید، فرولیک اسید، سیناپیک اسید (Sinapic acid) فیستین (Fisetin) و میرستین می‌باشد. بر روی باکتری‌هائی مثل اشریشیاکلی، پروتئوس ولگاریس، کلبسیلا و پسودوموناس اثر دارد و عصار ?این گاه بر روی سالمونلا و پروتئوس مقاوم به آنتی‌بیوتیک مؤثر است. همچنین باعث وقفه در رشد چندین مخمر، کپک و قارچ و باکتری شده است . اثرات ضد قارچی بعضی از ترکیبات موجود در گزنه نیز تأیید شده است . گزنه دارای اثر مدری است و اثر دیورتیک این گیاه با افزایش دفع کلر و اوره همراه است و ثابت شده است مصرف ۱۴ روز ?این گیاه موجب کاهش وزن بدن و کاهش فشار سیستولیک می گردد .
برگ گزنه، منجر به کاهش التهاب می گردد. ریشه گزنه پرولیفراسیون سلولی در بافت هایپرپلاستیک خوش‌خیم پروستات و فعالیت اتصالی گلوبولین متصل شونده به هورمون جنسی را مهار می کند. در شرایط in-vitro عصاره قلیایی آبی برگ گزنه فعالیت ضد باکتری نشان داده است. این عصاره رشد استافیلوکوک‌ها را در غلظت ۵۰۰ و اسپوروزا را در غلظت ۵/۶۲ کاهش می‌دهد.
مقادیر LD۵۰برای دم‌کرد ?برگ گزنه و جوشاند ?برگ گزنه که به صورت داخل وریدی به موش‌ها تزریق گردید به ترتیب ۱.۹۲ g/kgو ۱.۷۲ g/kgبود. LD۵۰در آزمایشات مزمن در رت‌هائی که به آنها از طریق گاواژ، دم‌کرد ?برگ گزنه داده شد برابر با ۱.۳۱ g/kgبود .

ترکیبات شیمیایی

گزنه دارای تانن ، لسیتین ، اسید فرمیک ، نیترات پتاسیم و کلسیم است، ترکیبات آهن دارد و دارای ویتامین C و نوعی گلوکوزید است که پوست را قرمز می کند. از سرشاخه‌های این گیاه ماده قرمز رنگی به نام اورتی‌سین استخراج می‌شود.

خواص داروئی

•گزنه مو را تقویت کرده و از ریزش موی سر جلوگیری می کند، حتی در بعضی از موارد موی سر دوباره می‌روید. برای استفاده از این خاصیت ۶ گرم سر شاخه‌ها و برگها و ریشه گزنه را بتنهایی و یا با ۳۰ گرم چای کوهی در یک لیتر آبجوش ریخته و آنقدر بجوشانید تا حجم مایع به نصف برسد. شبها مقداری از این مایع را به سر بمالید و صبح بشوئید.

•برای براق شدن و جلاـ دادن به موها بعد از شستشوی سر موها را با چای گزنه ماساژ دهید. بدین منظور یک قاشق چایخوری برگ گزنه خشک را در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید بماند. ماساژ دادن با این چای ، شوره سر را برطرف می کند.

•دستگاه هاضمه را تقویت می کند.

•ادرار را زیاد می کند.

•برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز میل کنید.

•ترشح شیر را در زنان شیرده زیاد می کند.

•اخلاط خونی را برطرف می کند.

•بیماریهای پوستی را برطرف می کند.

•برای باز کردن عادت ماهیانه از دانه گزنه استفاده کنید.

•در درمان کم‌خونی موثر است و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می کند.

•اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف می کند.

•گزنه عرق‌آور است.

•پاک کننده اخلاط سینه ، ریه و معده است.

•نیروی جنسی را تقویت می کند.

•گرفتگیهای کبدی را رفع می کند.

•برای از بین بردن زگیل ، ضماد برگهای تازه آنرا روی زگیل بمالید.

•برای پاک کردن مثانه ، رفع عفونت مثانه و دفع سنگ از مثانه ، برگ گزنه را همراه با ریشه شیرین بیان دم کنید و بنوشید.

•برای التیام زخمها و زخمهای سرطانی از ضماد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده کنید.

•برای برطرف کردن کهیر از جوشانده گزنه به مقدار سه فنجان در روز بنوشید.

•درد نقرس را کاهش می‌دهد.

•برای برطرف کردن ناراحتیهای زنانه قبل از عادت ماهیانه از چای گزنه استفاده کنید.

•ناراحتیهای کلیه را برطرف می کند.

•ضماد آن درد عضلانی را برطرف می کند.

•کرم معده و روده را می کشد.

•درمان کننده بواسیر است.

•برای برطرف کردن درد رماتیسم ، برگهای تازه آنرا روی پوست بمالید.

طرز استفاده:

•۱- دم کرده گزنه : مقدر ۴۰ گرم برگ گزنه را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . مقدر مصرف آن سه فنجان در روز بعد از غذاست .

•۲- جوشانده گزنه : مقدر ۳۰ گرم گزنه را در یک لیتر آب ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه آنرا بجوشانید . این جوشانده برای تصفیه خون مفید است . مقدر مصرف آن یک فنجان بین غذاها در روز است .

•۳-تنطور گزنه یک قسمت برگ گزنه را با پنج قسمت الکل ۵۰ درجه طبی مخلوط کرده و در داخل شیشه در بسته بریزید و بمدت ۱۵ روز هر روز آنرا تکان دهید بعد از اینمدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربسته نگاهدری کنید . مقدر مصرف آن ۱۵- ۱۰ قطره سه بار در روز می باشد .

مضرات :

•گزنه اگر بیش از حد استفاده شود ممکن است برای روده ها و کلیه ها مضر باشد بنابراین بهتر است با صمغ عربی و کتیرا خورده شود

•مقدر مصرف بیش از ۱۰ گرم در روز ممکن است باعث بند آمدن ادرار شود . زنان باردار و کودکان باید از مصرف آن خورددی کنند .

گیاهان گزنه از ریزش موی سر جلوگیری می کند

گزنه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و برای براق شدن و جلا دادن به مو می توان بعد از شست و شوی سر موها را با چای گزنه ماساژ داد.

این گیاه دستگاه هاضمه را تقویت کرده و برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور می توان یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز استفاده کرد.

این گیاه در برطرف کردن بیماریهای پوستی مفید است و در درمان کم خونی موثر بوده و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می کند.

گزنه عرق آور، پاک کننده اخلاط سینه، ریه و معده است و گرفتگی های کبدی را رفع می کند.

این گیاه ناراحتی های کلیه را برطرف کرده و ضماد آن در درمان دردهای عضلانی و از بین بردن زگیل مفید است. همچنین برای برطرف کردن درد رماتیسم، می توان برگهای تازه آن را روی پوست مالید.

گزنه اگر بیش از حد استفاده شود ممکن است برای روده ها و کلیه ها مضر باشد.

عصاره برگ گیاه گزنه در درمان دیابت موثر است

محققان دانشگاه تبریز در یک مطالعه علمی ثابت کردند که عصاره برگ گیاه گزنه در درمان بیماری دیابت موثر است.

به نوشته نشریه خبرنامه دانشگاه تبریز، گروهی از محققان دانشکده دارو- سازی این دانشگاه با بررسی تاثیر برگ گیاه گزنه روی حیوانات آزمایشگاهی دریافتند که عصاره برگ این گیاه می‌تواند میزان قند خون را به صورت قابل توجهی کاهش دهد.

دراین طرح، با استفاده از داروهایی که لوزالمعده را تخریب می کند به‌صورت مصنوعی در حیوانات آزمایشگاهی، دیابت ایجاد و با بررسی عصاره برگ گیاه گزنه در آنها، تاثیر مثبت عصاره این گیاه مشخص تر شد.

محققان تبریزی همچنین دریافتند، برخلاف تصور همگان استفاده از گیاه گزنه در افرادی که دیابت ندارند هیچ گونه اثری بر روی میزان قند خون ندارد.

دانشگاه تبریز با بیش از نیم قرن سابقه و داشتن???? ? نفر عضو هیات علمی و??? ? هزار و???? ? نفر دانشجو پس از دانشگاه تهران بزرگترین و مهمترین مرکز علمی و تحقیقاتی کشور به شمار می‌رود.

این دانشگاه به دلیل توانمندی‌های بالای علمی وپژوهشی در شش رشته و گرایش علمی و تخصصی به عنوان قطب در سطح کشور فعالیت دارد.

نحوه مصرف

برای درمان التهاب جزئی مجرای ادرار و پیشگیری از درمان سنگهای کلیه می توان از گزنه دوپا و فرآورده هی دارویی تهیه شده از برگ آن استفاده می کرد. گزنه را اگر توأم با آب کافی مصرف کنید نقش یک داروی پیشابزا را بازی می کند. اگر در اثر پروستات بزرگ شده با مشکل ادراری مواجه هستید، فرآورده دارویی تهیه شده از ریشه گزنه می تواند در این زمینه مفید واقع شود.

برای درمان التهاب جزئی مجرای ادرار و انواع سنگهای کلیه به میزان ۸ تا ۱۲ گرم چای برگ این گیاه را توأم با آب زیاد (روزانه حداقل دو لیتر) می کنید. برای درمان پروستات بزرگ شده از تنتور ریشه به مقدار روزانه ۴ تا ۶ گرم استفاده کنید. قبل از مصرف ریشه گزنه دو پایه برای درمان BPH با پزشک معالج خود مشورت کنید.

نکات احتیاطی

گزنه دو پایه اگرطبق دستورالعمل مربوط مصرف شود، گیاه دارویی بی خطری است. اما در صورت ضرورت جابجایی این گیاه همیشه دقت کنید. اگر این گیاه با پوست شما تماس گیرد، ممکن است کهیر پیدا کنید که سبب سورش پوست بدن شما خواهد شد. اما اگر از ریشهٔ گزنه دو پایه استفاده می کنید، ممکن است با پاره ای عوارض جانبی نظیر ناراحتی معده ای – روده ای خفیف، مایعات اضافی یا دفع کم ادرار مواجه شوید.

اگر باردار هستید، از مصرف هر نوع فرآورده حاصل از گزنه اجتناب ورزید. اگر شیر می دهید از مصرف این گیاه بپرهیزید. گزنه

دوپایه همچنین می تواند سیکل دوره قاعدگی را تغییر دهد. همواره سؤالات و نگرانیهای خود را در این باره با پزشک معالج خود در میان بگذارید.

تداخل های احتمالی

اگر داروی ضد افسردگی سیستم عصبی مرکزی یا داروهای ضد دیابت، میزان قند خون بالا یا قند خون پایین مصرف می کنید، از مصرف میزان بالای گزنه دوپایه اجتناب ورزید.

منابع :

گزنه http://aftab.ir

تیره گزنه http://daneshnameh.roshd.ir

گیاهان گزنه از ریزش موی سر جلوگیری می کند http://aftab.ir

گزنه(انجره) http://www.parsiteb.com

گزنه Nettle http://www.money۵۸.netfirms.com

گـزنه http://www.roham.ws

گزنه Nettle http://www.irteb.com

گزنه «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

اسطوخودوس ، گیاهی جادوئی

اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم‌متر با برگ‌های متقابل باریک دراز سبز رنگ و پوشیده از کرک‌های سفید پنبه‌ای گل‌های آن به رنگ بنفش و به‌صورت سنبله می‌باشد

اسطوخودوس در بیشتر نقاط دنیا به حالت خودرو می‌روید مخصوصاً در جنوب فرانسه مناطق مدیترانه و در تورنتو به مقدار زیاد وجود دارد و بسته به شرایط محیط و خاک به انواع مختلفه ظاهر می‌شود .اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم متر با برگ‌های متقابل باریک دراز سبز رنگ و پوشیده از کرک‌های سفید پنبه‌ای گل‌های آن به رنگ بنفش و به‌صورت سنبله می‌باشد قسمت مورد استفاده این گیاه گل‌ها و سرشاخه‌های گل‌دار آن است اسطوخودوس بوی بسیار مطبوعی دارد طعم آن تلخ است و به‌علت بوی مطبوع آن در عطرسازی مصرف می‌شود اسانس اسطوخودوس که از تقطیر گل و سرشاخه‌های گل‌دار این گیاه به‌دست می‌آید مایعی است زرد رنگ یا زرد مایل به سبز که دارای بوی مطبوعی است.

گیاه اسطوخودوس یکی از معروفترین گیاهان طب سنتی است. نام لاتین و نام علمی انواع بسیاری از این گیاه به احتمال زیاد از واژه لاتین به معنای «شستن» گرفته شده است. یونانیان باستان، رومیان و مسلمانان، اسطوخودوس را از بوی معطر آن بخوبی می‌شناختند‌اند. این گیاه از اوایل قرن دوازدهم به عنوان یک گیاه آرایشی و جوشاندنی، مورد استفاده عموم قرار می گرفته است. کشت این گیاه در انگلستان بعد از اواسط قرن شانزدهم متداول شده است. گل‌های اسطوخودوس حاوی روغن فراری است که برای رفع سرگیجه، ضعف و دوران سر از بخور آن استفاده می‌شود و یا در آب رقیق می گردد و بر روی شقیقه یا گیجگاه مالیده می‌شود .

گیاه همچنین آرامش دهنده و مسکن درد است و هنگام سردردهای عصبی و تنش مصرف می‌شود. کسانی که بیماران خود را با مواد گیاهی مداوا می کنند، برای رفع بی‌خوابی، روغن اسطوخودوس را تجویز می نمایند. روغن اسطوخودوس همچنین یک ضد میکروب قوی می‌باشد و باکتری‌های حامل بیماری دیفتری و تیفوس را از بین می‌برد. لوسیون ضد میکروب گیاه را روی زخم‌ها و

بریدگی‌ها می‌مالند؛ در واقع تا زمان جنگ جهانی اول، برای پیشگیری از عفونی شدن زخمها، از این لوسیون استفاده می‌شده است .

اسطوخودوس را به هنگام سوختگی و به خصوص سوختگی با آب‌جوش تجویز می‌کنند. اگر خود گیاه را به طور مستقیم بر روی سوختگی قرار داده شود، پوست تاول نمی‌زند. هم گل‌ها و هم روغن گیاه، دافع حشرات موذی هستند. اروپاییان گل‌های اسطوخودوس را در کیسه‌هایی می‌ریخته و در میان لباس‌ها و ملحفه‌ها در کمد لباس قرار می‌داده‌اند تا هم از بیدزدگی آنها جلوگیری شود و هم خشبو شوند. اگر روغن آن را روی پوست بمالید، پشه به انسان نزدیک نمی‌شود .

زیستگاه طبیعی :

اسطوخودوس گیاه بومی حوزه مدیترانه می‌باشد و در سرتاسر جنوب قاره اروپا پراکنده است؛ البته در جنوب آمریکا زیر کشت آن را متداول کرده‌اند. اسطوخودوس در خاک‌های مخلوط با شن و ماسه که بخوبی آبیاری بشوند و محل نیز آفتابگیر باشد، رشد می‌نماید در جنوب فرانسه و بریتانیا این گیاه را به صورت انبوه کشت می‌کنند. همچنین در باغچه منزل هم می‌توان اسطوخودوس را به شکل یک گیاه تزیینی کاشت و از محاسن آن بهره برد .

مشخصات ظاهری :

اسطوخودوس از گیاهان بادوام بوته‌ای و معطر است. طول ساقه‌های کوتاه آن حداکثر به هشتاد سانتی‌متر می‌رسد. روی برگ‌های باریکو سبز خاکستری یا سبز نقره‌ای این گیاه را کرک‌های نرمی پوشانیده است. از اواسط تابستان تا اوایل پاییز شش تا ده حلقه گل قفایی یا بنفش رنگ در یک سنبله در انتهای هر یک از ساقه‌های بلند گیاه ظاهر می‌شوند .

ترکیبات شیمیایی

اسانس اسطوخودوس دارای حدود ۴۰ درصد استات لینالیل است همچنین در آن ترکیباتی نظیر اسید بوتیریک ، اسید پروپیونیک و اسید والریک ، لینالول آزاد و ژرامبول وجود دارد.

خصوصیات گیاهی :

گونه های مختلف اسطوخودوس گیاهانی خشبی چند ساله هستند . تا کنون حدود ۴۸ گونه از اسطو خودوس شناسایی شده است . اسطوخودوس فرانسوی (با گونه های اسپیکا ، افیسینالیس و ورا هم نام است) گیاهی است مدیترانه ای که منشأ آن جنوب اروپا گزارش شده است و در جنوب ایتالیا ، جنوب فرانسه و اسپانیا در خاکهای سبک شنی و در ارتفاعات ۱۷۰۰ متری از سطح دریا به طور خودرو می روید . ارتفاع این گیاه متفاوت و بین ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر است . شکل ظاهری آن در گیاه چند ساله شبیه نیمکره ای است که قطر آن به ۸۰ تا ۱۲۰ سانتی متر می رسد . برگها به رنگ سبز تیره ، نیزه ای شکل و به طور متقابل روی ساقه قرار می گیرد . طول این برگها سه تا پنج و عرص آن ۲/۰ تا ۵/۰ سانتی متر است . برگها پوشیده از کرک و حفره های حاوی اسانس است . گلها به صورت خوشه های مجتمع در انتهای ساقه های گلدهنده قرار می گیرند . ساقه های گل دهنده اسطو خودوس فرانسوی ، غیر منشعب و ارتفاع آنها ۲۰ تا ۴۰ سانتی متر است . گلها به رنگ آبی متمایل به بنفش هستند و ریشه اصلی این گیاه طویل و چوبی است و از انشعابهای متراکم و فراوانی برخوردار است . این ریشه قادر به جذب رطوبت از اعماق چهار متری زمین است . میوه اسطوخودوس فندقه و تخم مرغی شکل بوده و طول آن ۸/۱ تا ۲/۲ میلی متر و رنگ آن قهوه ای تیره و براق است . وزن هزار دانه نیز ۸۵/۰ تا ۱/۱ گرم است .

قسمت دارویی :

گلهای اسطوخودوس و پیکر رویشی آن (برگها و سرشاخه های جوان) حاوی مواد موثره دارویی می باشند .

مواد موثر :

گلها و پیکر رویشی اسطو خودوس فرانسوی حاوی اسانس است . این اسانس در حفره های مخصوص ساخته و ذخیره می شود . اسانس گلهای این گیاه در مقایسه با اسانس برگها و پیکر رویشی از کیفیت مناسب تری برخوردارند . مقدار اسانس بین ۵/۰تا ۵/۱ درصد بوده و مهمترین ترکیبات تشکیل دهنده آن لینالیل استات ، لینالیل ، کامفور و گرانیول می باشد .

خواص داروئی:

اسطوخودوس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است.

) ?برای رفع خستگی و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ریخته و برای مدت یک‌ربع ساعت در آن دراز بکشید.

) ?گرفتگی‌ها را باز می‌کند.

) ?مقوی معده است.

) ?ادرارآور می‌باشد.

) ?معرق است و تب را پائین می‌آورد.

) ?صفرا بر بوده و کبد را به‌کار می‌اندازد و بیماری‌های کبدی را برطرف می‌کند.

) ?ضد تشنج است.

) ?برای تقویت عمومی بدن خوب است

) ?کرم‌های معده و روده را از بین می‌برد

) ??بیماری‌های سینه و سرفه را برطرف می‌کند.

) ??در معالجه زکام مؤثر است

) ??از آن می‌توان به‌عنوان مسهل و تمیز کننده استفاده کرد.

) ??برای رفع بیماری‌های مجاری و ادرار مفید است.

) ??برای برطرف کردن رعشه و سرگیجه حدود ? گرم از پودر آن را با عسل مخلوط کرده و هر شب بخورید.

) ??برای رفع فراموشی و تقویت حافظه از دم‌کرده اسطوخودوس استفاده کنید.

) ??برای رفع بی‌خوابی یک قطره از روغن اسطوخودوس را روی یک تکه پنبه بچکانید و آن را داخل بالش خود قرار دهید خواب مطبوعی برای شما می‌آورد.

) ??برای برطرف کردن غم و اندوه هر روز دم‌کرده اسطوخودوس بنوشید.

) ??اگر دست و پای شما خواب می‌رود از این گیاه استفاده کنید.

) ??برای پیشگیری از آب آوردن بدن دم‌کرده اسطوخودوس بنوشید.

) ??زردی را برطرف می‌کند.

) ??برای رفع حالت تهوع و سرگیجه مفید است.

) ??سردرد و سردردهای یکطرفه را درمان می‌کند.

) ??برای معالجه ضعف اعصاب مفید است.

) ??طپش قلب را از بین می‌برد.

) ??آسم را برطرف می‌کند.

) ??برای رفع ترشحات زنانه می‌توانید از این گیاه استفاده کنید.

) ??برای برطرف کردن سوء هاضمه یک قطره اسانس اسطوخودوس را در یک لیوان آب نیم‌گرم ریخته و یا یک فنجان از دم‌کرده آن را بنوشید.

) ??اسطوخودوس درمان کننده رماتیسم آرتروز و نقرس است برای این منظور کمپرس آن را بر روی عضو مورد نظر بگذارید و یا اینکه ? قطره روغن آن را با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید.

) ??زخم‌های کهنه را با مالیدن اسانس اسطوخودوس که در الکل حل کرده‌اید برطرف کنید.

) ??برای درمان بیماری‌های ریوی ? تا ? قطره روغن اسطوخودوس را با یک قاشق غذا خوری روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و سینه و پشت بیمار را ماساژ دهید.

) ??مالیدن پماد اسطوخودوس زخم‌ها را ضد عفونی کرده و التیام می‌بخشد.

) ??برای برطرف کردن بوهای نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد عطر مطبوعی را در هوا پخش می کند.

) ??برای رفع بی‌خوابی یک قاشق چایخوری پودر اسطوخودوس را با یک قاشق چایخوری پودر سنبل‌الطیب مخلوط کرده و در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت ?? دقیقه دم کنید. این دم کرده را یک ساعت قبل از رفتن در ختخواب میل کنید تا بی‌خوابی شما برطرف شود.

مواد و عناصر غذایی :

اگر چه اسطوخودوس در زمین های فقیر می روید ولی در سطوح وسیع کشت باید از زمینهای غنی و حاصلخیز استفاده شود . از آنجائیکه این گیاه ۱۵ تا ۲۰ سال در یک مکان باقی می ماند ، از این رو تمام نیازهای غذایی آن در این مدت باید توسط خاکی که در آن کشت می شود تأمین گردد . تحقیقات نشان می دهد برای تولید هر یکصد کیلوگرم گل ، گیاهان ۸/۰ کیلوگرم ازت ، ۲/۰ کیلوگرم اکسید فسفر و ۸/۰ کیلوگرم اکسید پتاس از خاک جذب می کنند . کودهای کاملاً پوسیده حیوانی نقش عمده ای در افزایش عملکرد دارد . از این رو توصیه می شود فصل پاییز هنگام آماده ساختن زمین ، ۳۵ تا ۵۰ تن در هکتار کودهای حیوانی کاملاً پوسیده به زمین اضافه شود . همچنین در فصل پاییز باید ۷۰ تا ۸۰ کیلوگرم در هکتار اکسید فسفر و ۱۰۰ تا ۱۲۰ کیلوگرم در هکتار اکسید پتاس به عنوان مقادیر پایه به خاک اضافه شود .

در سال اول رویش و در اواخر بهار نیز ۷۰ تا ۸۰ کیلوگرم در هکتار ازت باید به صورت سرک در اختیار گیاهان قرار گیرد . با توجه به طولانی بودن دوره رویش اسطوخودوس توصیه می شود در طول رویش این گیاه ، خاک مورد تجزیه قرار گیرد و با توجه به وضعیت خاک از نظر موتد و عناصر ضروری اقدام به کوددهی زمین نمود .

سازگاری :

اسطوخودوس از گیاهان مناطق خشک و نیمه خشک است . در طول رویش به تابش نور فراوان و هوای گرم و رطوبت کم نیاز دارد .چنانچه این گیاه در چنین شرایطی رشد کند عملکرد گل ، مقدار اسانس و همچنین کیفیت آن افزایش می یابد . تحقیقات نشان می دهد که مقدار و کیفیت اسانس با نور رابطه مستقیم دارد به طوری که چنانچه اسطوخودوس در مناطقی که دارای نور کافی نباشد کشت شود ، نه تنها از نقدار اسانس گلها کاسته شود بلکه ترکیبات استری (لینالیل استات) آن نیز کاهش می یابد و گیاهانی که در سایه کشت می شوند در مقایسه با گیاهان کشت شده در آفتاب ، اسانس و ترکیبات استری آنها به ترتیب ۵۵ تا ۴۱ درصد کاهش نشان می دهد . اسطوخودوس فرانسوی در هر نوع خاکی قادر به رویش است . ولی خاکهای سبک حاوی ترکیبات کلسیم و غنی از مواد و عناصر غذایی خاکهای مناسبی برای تولید انبوه این گیاه است . خاکهای سنگین که تهویه هوا در آنجا به شختی انجام می گیرد و همچنین سبب آب ایستایی می شوند برای کشت این گیاه مناسب نیستند .

آماده سازی خاک :

پس از افزون کودهـای حیوانی به زمین می بـایست با شـخم مناسبی این کودها را به عمق ۳۵ تا ۴۰ سـانتی متر زمین منتقل کرده که البته ۵/۱ تا ۲ ماه قبل از کشت نیز بایـد اقـدام به افزون کودهای شـیمیایی مورد نیاز گیاه (ماننـد فسـفر و پتاس) به خاک کرده و با شخم متوسطی آنها را به عمق ۱۸ تا ۲۰ سانتی متری زمین منتقل نمود . اواخر زمسـتان پس از شکستن سله ها ، جمع آوری سنگها و قلوه سنگها و تسطیح ، زمین برای کاشت کاملاً آماده می شود .

کاشت :

کـاشت اسـطوخودوس توسط بـذر و از طریق رویشـی امکان پـذیر است . کاشت توسط بـذر به روش غیر مسـتقیم انجام می گیرد و فصل پاییز (آذر) یا اوایل بهار (نیمه دوم اسـفند) زمان مناسبی برای کشت بذر در خزانه هوای آزاد است . در این صورت فاصـله مناسب ردیفهای کاشت از یکدیگر در سـطح وسیع خزانه ۳۵ تا ۴۰ سانتی متر و در سـطح کوچک خزانه نیز ۱۵ تا ۲۹ سانتی متر می باشـد . اگر بذرها در فصل پاییز کشت شوند عمق مناسب کاشت بذر ۵/۰ تا ۱ سانتی متر و اگر در فصل بهار کشت شونـد ۱ تا ۵/۱ سـانتی متر می باشـد . برای هر هکتار زمین به ۷ تا ۹ کیلوگرم بـذر (بـا کیفیت مطلو ب) نیاز است . اواخر شـهریور تا اوایل مهر ماه سـال بعـد زمان های مناسبی برای انتقال نشاء ها به زمین اصـلی است و در مـدت زمان مـذکور ارتفاع گیاهان در خزانه به ۱۸ تا ۲۰ سانتی متر می رسد . هنگام انتقال نشاءها به زمین اصـلی ساقه آنها را باید از فاصله ۸ تا ۱۰ سانتی متری سطح زمین هرس کرد . این عمل سبب تولید شاخه های متعدد می شود . توصیه می شود در هنگام انتقال نشا به زمین اصلی ، نشاء ها از فاصله پنج سانتی متری بالای یقه در خاک کشت شوند در ضمن برای هر هکتار زمین به ۲۰ هزار بوته نیاز است .

تکثیر رویشی :

تکثیر رویشـی اسـطوخودو فرانسوی از طریق ریشه دار کردن سـاقه های سبز و جوان یا ساقه های خشبی و انتقال آنها به زمین اصـلی می باشـد . اوایـل شـهریور از پـایه هـای مـادری یک ساله ساقه های سبز و از پایه های مادری چهار تا پنـج ساله ساقه های خشبی به طول ۱۲ تا ۲۰ سانتی متر جدا کرده سپس اقدام به کاشت آنها در خزانه (اعم از خزانه هوای آزاد یا زیر پلاستیک) می نمایند . این قلمه ها در عمق ۴ تا ۵ سانتی متری و در ردیفهایی به فاصـله ۶ تا ۱۰ سانتی متر و فاصـله دو قلمه از یکدیگر ۲تا ۳ سانتی متر کشت می شوند . در هر متر مربع از سـطح خزانه ۶۰۰ تا ۸۰۰ قلمه کشت کرد . ایجاد سایبان روی قلمه ها سـبب تسـریع در ریشه دار شدن آنها می شود . بهار (اردیبهشت) یا پاییز سال بعد زمان مناسبی است برای انتقال قلمه های ریشه دار شده به زمین اصـلی بوته ها در ردیفهایی به فاصله ۱۰۰ سانتی متر (فاصله دو بوته در طول ردیف ۵۰ تا ۸۰ سانتی متر) در زمین اصلی کشت می شوند .

مراقبت و نگهداری :

رشد اولیه اسـطوخودوس در سال اول رویش بسیار کند است و علفهای هرز می توانند بدون رقابت و به سرعت توسعه یابند . از این رو کنترل علفهـای هرز قبـل از کـاشت و تهیه بستر فاقـد علف هرز ضـرورت دارد . در سـال اول رویش به منظور تولیـد شـاخه های متعدد ، باید قسمت هوایی گیاهان را به طول ۸ تا ۱۰ سانتی متر هرس کرد . این هرس نه تنها مانع رشـد نامناسب طول ساقه می شود بلکه با تولیـد شاخه های متعـدد سـبب پرپشت شدن بوته ها می شود .سال دوم رویش نیز عمل هرس اندام هوایی را از قسنت ۱۵ تا ۱۸ سانتی متر باید تکرار کرد . در سـطوح وسـیع کشت ، عمل هرس با دست امکان پذیر نیست و باید با ماشـینهای مخصوص هرس انجـام گیرد . هرس گیاهـانی در سـال دوم رویش سـبب می شود تا ساقه های گل دهنـده از طول یکسانی برخوردار شونـد . از سال سوم نیازی به هرس نیست زیرا گیاهان به شـکل ثابت خود که نیمکره است می رسـند. اواخر سال اول رویش نیز زمان مناسبی برای واکـاری و جـایگزینی کردن بوته هـای خشک شـده است . وجین علفهای هرز در طول رویش گیاهان ضـروری است . از آنجائیکه چنـد سال پس از کشت ، خاک بین ردیفها متراکم شده و عمل تهویه هوا به شـختی انجام می گیرد . لذا هر چهار تا شـش سال باید

خاک بین ردیفها را تا عمق ۴۰ تا ۶۰ سانتی متری بر گردان کرد .

برداشت :

گلهای اسطوخودس از اواخر بهار پدیدار شده و گلهای باز شده از بیشترین مقدار اسانس برخوردارند . از آنجایی که گیاهان معمولاً هفت تا هشت روز در مرحله گلدهی هستند ، در سطوح وسیع کشت امکان برداشت آنها در این مدت کوتاه وجود ندارد . به همین خاطر از بدو باز شدن گلها می بایست آنها را برداشت کرد . هنگام برداشت گلها ، ساقه ها از نیمه قطع شوند سبب ناهماهنگی در نمو گلها در سالهای بعد می شوند و برداشت گلها ، آنها را در کیسه های بزرگ ریخته و بلافاصله جهت استخراج اسانس ، گلها را به کارخانه های مربوط منتقل می کنند . مقدار عملکرد گل متفاوت است و به نوع گیاه و شرایط اقلیمی محل رویش گیاه بستگی دارد . عملکرد گل تازه در سال اول رویش ۴/۰ تا ۷/۰ تن در هکتار ، در سال دوم ۵/۱ تا ۲ تن در هکتار ، در سال سوم ۳ تا ۵/۳ تن در هکتار و از سال چهار به بعد ۵/۳ تا ۴ تن در هکتار می باشد . معمولاً از هر ۸ تا ۱۰ کیلوگرم تازه یک کیلوگرم گل خشک به دست می آید . مقدار اسانس نیز متفاوت است به طوری که در سال دوم رویش سه تا شش کیلوگرم ، سال سوم ۸ تا ۱۶ کیلوگرم ، سال چهارم ۱۵ تا ۲۰ کیلوگرم و در سالهای بعد ۲۰ تا ۲۶ کیلوگرم اسانس از هر هکتار زمین استحصال می شود .

طرز استفاده:

) ?دم کرده اسطوخودوس: حدود ? گرم سرشاخه گل‌دار و یا گل این گیاه را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ?? دقیقه دم کنید. مقدار مصرف این دم‌کرده ?-? فنجان در روز است

) ?کمپرس اسطوخودوس ?? گرم گل و یا سرشاخه گل‌دار این گیاه را با یک لیتر آبجوش مخلوط کرده و به مدت ?? دقیقه دم کنید

) ?اسانس و روغن اسطوخودوس را می‌توانید از فروشگاه‌های گیاهان داروئی و یا برخی از داروخانه‌ها تهیه کنید برای مصرف یک قطره از آن را با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و برای ماساژ استفاده کنید و یا یک قطره آن را روی یک حبه قند و یا یک قاشق عسل مخلوط کرده بخورید

مضرات

اسطوخودوس گیاهی است بی‌ضرر که همه می‌توانند از آن استفاده کنند فقط برای اشخاص صفراوی مزاج خوب نست و باعث آشفتگی می‌شود این‌گونه اشخاص باید آن را با سکنجبین یا کتیرا بخورند

منابع :

اسطوخودوس «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

اسطوخودوس (لاواندر) Lavander http://aftab.ir

اسطوخودوس (لاواندر) Lavander http://www.irteb.com

اسطوخودوس http://www.balashahr.com

فواید گیاه «اسطوخودوس» http://www.ashpazonline.com

اسطوخودوس http://www.sabziran.ir

مامیران کبیر

دانه های آن سیاه رنگ هستند. اندام دارویی مامیران قسمت هوایی گیاه است که در هنگام گل دادن جمع آوری می شوند. از

مامیران به صورت خوراکی به عنوان صفراآور، ضداسپاسم، مسکن (ضعیف) و مدر و به صورت موضعی در درمان زگیل استفاده می شود. در طب گذشته از تمام قسمت های گیاه مامیران به ویژه شیرابه و ریشه آن در درمان ناراحتی های پوستی به ویژه برص، درد دندان و نیز به عنوان صفراآور استفاده می کردند. این گیاه سمی است و مقدار زیاد آن در مصارف داخلی ممکن است حتی موجب مرگ شود. مصرف این گیاه در دوران بارداری ممنوع است. سرشاخه هوایی مامیران دارای ?/?-? درصد آلکالوئید با بیش از ?? آلکالوئید است. این گیاه در زمین های بایر به صورت خودرو رشد می کند و به صورت وسیعی در اروپا و آسیای شمالی و مرکزی می روید.

اندام دارویی مامیران قسمت هوایی گیاه است که در هنگام گل دادن جمع آوری می شوند. از مامیران به صورت خوراکی به عنوان صفراآور، ضداسپاسم، مسکن (ضعیف) و مدر و به صورت موضعی در درمان زگیل استفاده می شود. در طب گذشته از تمام قسمت های گیاه مامیران به ویژه شیرابه و ریشه آن در درمان ناراحتی های پوستی به ویژه برص، درد دندان و نیز به عنوان صفراآور استفاده می کردند. این گیاه سمی است و مقدار زیاد آن در مصارف داخلی ممکن است حتی موجب مرگ شود. مصرف این گیاه در دوران بارداری ممنوع است. سرشاخه هوایی مامیران دارای ?/?-? درصد آلکالوئید با بیش از ?? آلکالوئید است.

ترکیبات شیمیایی:

این گیاه سمی است و استفاده زیاد از آن باعث تشنج می شود .

مامیران کبیر دارای آلکالوئید های مختلفی مانند چلیدونین ، هیموچلیدونین ، کلریتین ، پروتوپین ، آلیکری توپین ، هربرین و اسپارتئین می باشد . در مامیران کبیر همچنین نمک های کلسیم ، منیزیوم و آلمینیوم ، مواد رزینی و موسیلاژ موجود است .

خواص داروئی:

تمام قسمت های این گیاه و شیره آن مصرف دارویی دارند البته ریشه آن قوی تر از بقیه قسمت های آن است

۱)جوشانده و یا دم کرده مامیران برای درمان سرطان معده بکار می رود

۲)در معالجه آسم اثر مفید درد

۳) تشنج را برطرف می کند

۴)فشار خون را پائین می آورد

۵)ادرار آور و ملین است

۶)درمان کننده تصلب شرائین است

۷)دردهای سرطانی را ساکت می کند

۸)برای معالجه آنژین دپواترین از آن استفاده می کنند

۹)برای درمان آب آوردن بدن مفید است

۱۰)سنگ کلیه را خرد کرده و دفع می کند

۱۱)برای معالجه نقرس مفید است

۱۲)داروی خوبی برای برطرف کردن بیماریهای کبدی است

۱۳) برای درمان زخم ها ی چرکین ، ریشه له شده مامیران را مانند ضماد روی اینگونه زخم ها بگذارید

۱۴)شیره مامیران داروی موثری برای از بین بردن زگیل و یا میخچه است . این شیره را با گلیسرین به سنبت مساوی مخلوط ·

دیگر خواص این گیاه :

مامیران یا" مامیزان کبیر "گیاهی داروئی از تیره" خشخاش Papaveraceae "است که نام علمی آن"Chelidonium"

Majus"می باشد .ماميران " ،گیاه پرستو " میز نامیده میشود. ماميران،دارای خاصیت درمانی به شرح زیر می باشد:

اختلالات قلبی وعروقی

جوشانده ریشه مامیران ،تصلب شرائین وفشار خون را درمان نموده و از بروز سکته قلبی جلوگیری می نماید.

اختلالات عصبی

جوشانده ریشه ماميران،تسکین دهنده دردهای عصبی ،خواب آور وآرام بخش است.

اختلالات پوستی

عصاره مامیران ،زخمها ،زوائد گوشتی و زگیل و دیگر اختلالات پوستی را برطرف می سازد.

اختلالات کلیوی

جوشانده ماميران،محرک کلیه،فزونی دهنده حجم ادرار،دفع کننده سموم بدن و درمان کننده عفونتهای کلیه و مثانه ومجاری ادرار است.

اختلالات چشمی

شست و شوی چشم با عرق مامیران ،درد و ورم و عفونتهای چشم را التیام میبخشد

خلاصه آنکه ماميران،گیاهی مدر و مخدر و درمان کننده اختلالات قلبی و عروقی،عصبیریالپ.ستی کلیوی و چشمی است.ماميران تصفیه کننده خون درمان کننده عفونتهای سفیلیسی ،تنگی نفس ،آسم و بواسیر است

باید دانست که مصرفماميران،بدون تجویز پزشک ممنوع است.

طرز استفاده:

جوشانده :

مقدر ۲۰ گرم برگ خشک و یا ریشه مامیران را در یک لیتر آب حل کنید . مقدر مصرف آن یک فنجان سه بار در روز است .

دم کرده مامیران :

۳۰ گرم برگ خشک ماميران را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید برای مدت ده دقیقه دم بکشد . سپس صاف کرده و مصرف کنید .

تنطور مامیران :

این تنطور را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریدری کنید و یا اینکه مقدر ۱۰۰ گرم برگ خشک یا ریشه مامیران را در ۵۰۰ گرم الکل سفید خیس کرده بگذارید برای مدت دو هفته بماند . البته هر روز آنرا تکان دهید پس از این مدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگاهدری کنید . مقدر مصرف آن ۱۰-۱۵ قطره سه بار در روز است .

شیره مامیران :

برای استفاده از شیره مامیران آنرا با عسل مخلوط کرده و استفاده کنید .

مضرات :

همانطور که گفته شد مصرف زیاد مامیران کبیر تولید مسمومیت می کند و حتی استفاده زیاد آن

بصورت له شده روی رخم ها نیز همین خطر را د ارد زیرا از راه پوست جذب بدن می شود .

بنابراین باید مصرف آن در حد گفته شده باشد و تحت نظر متخصص مصرف شود.

پرورش گیاه

پرورش این گیاه از طریق دانه صورت می گیرد و زمین زراعتی باید سایه دار و نسبتاً مرطوب, ماسه ای و نرم با خاک پوسیده باشد.

بذر آنرا در گلخانه در اویل اسفند و یا مستقیماً در زمین شخم خورده در ردیفهایی به عرض ۵۰ سانتی متر در طول فروردین ماه می کارند میزان بذر مورد نیاز گلخانه هر هکتار ۲۰۰ گرم و میزان آن در زمین اصلی ۲ کیلو گرم د رهکتار می باشد.

ماههای اردیبهشت و خرداد نهالها را در کرتهای ۲۰*۵۰ سانتی متر نشاء می کنند.جهت تقویت زمین مقدار ۱۵۰ تا ۷۵ کیلو گرم کود ازت خالص (نیترات آمونیوم و کلسیم سیانید) در هر هکتار اضافه می کنند. برای مبارزه با علفهای هرز یک تا دوبار چنگک با دیسک ماشینی زده می شود.

برداشت

قسمت هوایی گیاه را در فروردین تا شهریور و ریشه ها را از مهر تا آبان یا اسفند تا فروردین قبل از جوانه زدن محصول برداری می کنند (از دومین سال کشت چین اول گیاه را در ماه اسفند و فروردین و چین دوم آنرا در شهریور یا مهر با علف چین و ریشه ها را در مهر و آبان و اسفند و یا فروردین برداشت می نمایند).پس از برداشت محصول و تمیز کردن آن قسمت هوایی را در حرارت ۵۰ تا ۶۰ درجه سانتی گراد و ریشه را در حرارت ۶۰تا ۸۰ درجه سانتی گراد خشک می نمایند. با شرایط فوق الذکر بازدهی هر هکتار ۶/۳ تن محصول خشک به صورت گیاه کامل و ۸/۲ تن ریشه است.

دامنه انتشار

نواحی شمال ایران مانند گیلان: اطراف رشت, رودبار, عمارلو (کبوتر چاک و زرد چین) , گرگان: بندر گز, مازندران.

منابع :

ماميران http://aftab.ir

ماميران Greater celandine http://www.farstak.com

Greater celandine ماميران كبير http://www.golestantalk.com

گياه ماميران http://daneshnameh.roshd.ir

ماميران Greater celandine http://www.aghlam.com

خواص دارويي ماميران http://www.mprn.ir

گل راعی و خواص دارویی آن

گفته می شود که گیاه گل راعی نام انگلیسی خودراز نام شوالیه های سنت جان گرفته است که ازآن درمیادین جنگ های صلیبی برای مداوای زخم استفاده می کردند.این باور وجود داشت که این گیاه دافع ارواح خبیث است وبه همین دلیل دیوانگان را وادار به خوردن دمکرده آن می کردند.به دلیل رنگ زرد آن را موافق مزاج صفراوی می دانستند وبرای درمان یرقان وهیستری به کار می بردند.

این گیاه علاوه بر این که از نظر خواص دارویی بسیار غنی است ،سر شاخه های گل دار آن نیز دارای اسانس نافذی است.

نام علمی: Hypericum perforatum

نام انگلیسی: St Johns Wort

نام فارسی: علف چای،گل راعی،هوفاریقون،گل شهناز

ریخت شناسی گیاه:

گیاهی است پایا ،فاقدکرک،پایه چوبی،با ساقه ایستاده، در پایین چوبی، ارتفاع گیاه بسته به شرایط محیطی تعیین می شود.برگهای تخم مرغی،دراز،پهن، در سطح زیرین کم رنگ،شامل نقاط شفاف سوراخ مانندبا حاشیه ای سیاه وبه تعداد فراوان که درواقع کیسه

هایترشحی مملو ازاسانس هستند.

گل ها به رنگ زرددرخشان ،نسبتاً بزرگ و مجتمع در گل آذین وسیع پانیکولی، دارای پنج گلبرگ می باشد.در گلبرگها نقاط ریز یا خطوط تیره که عبارتند از غده های ترشحی محتوی شیره قرمز مایل به قهوه ای دیده می شود.

میوه به صورت کپسول به ابعاد ۱-۵/. میلی متر وریشه به طول ۷۰سانتی متر می باشد.(۱)

محل رویش:

این گیاه در نقاط خشک،مرغزارهاومراتع آفتاب گیر می روید.در بریتانیا به وفور به خصوص بر روی خاک های آهکی می روید.

گل راعی اگر چه در زمین های بلیرو حاشیه جاده ها می رویدولی علف هرز اختصاصی مزارع چایی است.

ایران: این گیاه در نواحی مختلف البرز،کرج،راه چالوس،شمال ایران،گیلان،لاهیجان،طالش،خراسان،مغرب ایران،بروجرد،کوه الوند ونهاوند می روید.(۲)

زمان گلدهی:

اواخر اردیبهشت تا اواخر مهرماه

زمان برداشت سر شاخه ها: خرداد تا تیر ماه

قسمت مورد استفاده:

سرشاخه های گلدار تازه یا خشک شده گیاه

سرشاخه ها را بایددر زمان گلدهی از گیاه چید.در این هنگام طعم آن تلخ ،کمی قابض وبه طورملایم شور است.

اگر در بین انگشتان فشرده وله شود ،بوی معطر ورزینی ازآن استشمام می شود.برای منظورهای درمانی گل رابایدزمانی ازگیاه جداکردکه در حال طراوت یعنی قبل ازپلاسیده شدن باشند.(۱)

ترکیب های شیمیایی :

دارای اسانس روغنی فرار و در حدود ۰/۷-۰/۵ درصد از یک نوع گلوکوزید بنام هایپرین و یک ماده قرمز بنام هایپرسین بخصوص در بذرآن مشخص شده بعلاوه مقدار قابل ملاحظه ای از یک نوع تانن شبیه به تانن چای در برگهای آن وجود دارد در برگها در حدود ۰/۲ روتین وجود دارد . در گلها ۹۵ /.روتین و۰/۱ کوئرستین وجود دارد مقدار تانن در ساقه های جوان گیاه ۸/۳ درصد ،دربرگها۴/۱۲درصد ودرگلها ۱۶/ درصد میباشد اثر

فیزیولوژیکی گیاه مربوط به وجود اسانس،هایپرسین،کولین،تانن،و نیکوتینیک اسید می باشد.(۱۰)

گونه های دیگر این تیره : ۱.Hypericum androsaemum

دارای اثر درمانی مسهل است ودر بیماری های کلیه و مثانه استفاده می شود. ۲.Hypericum lanceolatum

به عنوان یک گیاه دارویی التیام دهنده با اثر مقوی استفاده می شود.از پوست ساقه این گیاه نوعی گم رزین به رنگ زرد مایل به سبز به دست می آید.این ماده با نام Baumeda fleursjaunes و با بویی نا مطبوع می باشد.

۳.Vismia guianensis

درخت خون که از آن نوعی شیره رزینی به دست می آید که اثر مسهل است.

۴.Vismia acuminate

در آمریکای جنوبی می روید .

۵.Harongama dagascariensis

نوعی ماده رزینی از آن به دست می آید که از آن در نواحی محل رویش جهت درمان عفونت های زایمانی استفاده می شود.

Vismia guianensis.۳

درخت خون که از آن نوعی شیره رزینی به دست می آید که اثر مسهل است.

Vismia acuminate.۴

در آمریکای جنوبی می روید .

Harongama dagascariensis.۵

نوعی ماده رزینی از آن به دست می آید که از آن در نواحی محل رویش جهت درمان عفونت های زایمانی استفاده می شود.(۱)

رقم توپاز یکی از معروفترین ارقام گل راعی در اروپا است که جهت تولید دارو در مقیاس صنعتی از آن استفاده می شود.در ایران نیز شرکت دارویی زردبند با تهیه بذر رقم توپاز و مطالعات متعددی که بر روی سازگاری و همچنین اثر شرایط اقلیمی کشورمان بر روی آن انجام داده و به این نتیجه رسیده که رقم توپاز را می توان در مقیاس وسیع جهت تولید دارو مورد استفاده قرار داد.(۱۳)

گل راعی به عنوان داروی ضد افسردگی:

مشکلات ومسائل دنیای ماشینی باعث شده که روز به روز افسردگی در میان افراد بیشتر شود.متاسفانه

این پدیده به صورت خفیف،متوسط ویا شدید در افراد مسن ومیان سال ودر بسیاری از جوانان نیز دیده می شود.افسردگی می تواند بسیاری از عوامل زندگی از جمله فعالیت های روزانه ،خوراک،لذت های زندگی تفکرات خوب ،تحرک،سلامت جسم وروان،تحصیلات و...را تحت تاثیر قرار دهد ودرنتیجه فرد افسرده نمی تواند به خوبی از زندگی خود بهره مند شود،به طوری که افسردگی می تواند از طریق اختلالات هورمونی باعث یائسگی زود رس،مشکلات قاعدگی ،چاقی،لاغری،مشکلات پوست،ریزش مو و... شود.خوشبختانه افسردگی قابل درمان بوده و شخص می تواند با درمان های دارویی و غیر دارویی درمان شده وبه صورت فردی طبیعی،فعال وخوش بخت درآید.

برای درمان انواع افسردگی ،سالیان درازی است که از انواع دارو های ضد افسردگی شیمیایی استفاده می شود ولی چون درمان افسردگی گاهی چندین ماه ویا چندین سال طول می کشد،بنابراین مصرف کنندگان این داروها همیشه از عوارض آن ناراضی ونگران هستند؛به همین دلیل در دو سه دهه گذشته تحقیقات وسیعی بر روی گیاهان دارویی ضد افسردگی ،آرام بخش وضد دردصورت گرفته وتعدادی داروی موثر ودارای حد اقل اثرات جانبی به بازار های جهانی عرضه شده است که می تواند در بسیاری از موارد،جایگزین دارو های شیمیایی ضد افسردگی شود.(۱۲)

در حال حاضر یکی از بهترین دارو های گیاهی ضد افسردگی که دارای خاصیت دارویی و خواص ارزنده دیگری نیز می باشد دارویی است که از عصاره گیاه گل راعی به دست می آید.

قدمت مصرف این گیاه ،بیش از دو هزار سال پیش است و نزد بیشتر اقوام وملل جهان به عنوان بهترین داروی بیماری های عصبی مورد استفاده بوده تا اینکه در حدود یک قرن پیش ،برای اولین بار در آلمان از آن فراورده صنعتی تهیه شده وسپس در حدود سه دهه قبل از بیشتر کشورهای اروپایی وامریکا محصولات زیادی از آن به بازار آمد.در حال حاضر بیش از ۵۰ کار خانه دارو سازی جهان از گیاه علف چای،دارو های مختلف د افسردگی تهیه می کنند.

در ایران نیز برای اولین بار در سال ۱۳۷۸ از عصاره این گیاه دارویی به شکل قطره و با نام هایپیران،منطبق با استاندارد جهانی و با کیفیتی برابر با انواع خارجی تهیه و به عنوان داروی رسمی ایران شناخته شد.

با توجه به این که به طور اساسی و به علت شرایط آب و هوایی،گیاهان دارویی ایران دارای مرغوبیت خاصی می باشند،لذا گل راعی ایران دارای بهترین کیفیت بوده و داروی ساخته شده از آن نیز از کیفیت و استاندارد بالایی بر خوردار است.(۱۲)

مکانیسم اثر این گیاه در درمان افسردگی:

وجود آنزیم مونو آمینو اکسیداز سبب تجزیه هورمونهای آدرنالین و نور آدر نالین در محل سیناپیس های عصبی می شود.تجزیه هورمون های مذکورسبب ایجاد افسردگی(Depression) در افراد می شود.هیپرسین سبب مهار این آنزیم می شود وبه این وسیله افسردگی را درمان می کند.

در اکثر مراجع علمی معتبر نظیر Basic and clinical, Martindale, PDR, وکمیسیونE اثر ضد افسردگی این گیاه مورد تائید قرار گرفته است.(۱۳)

تحقیقات نشان می دهد که ماده شیمیایی هایپرسین موجود در گل راعی ممکن است در ابعاد فعالیت مادهای به نام MAO (Monoamine Oxidase) دخالت کرده و آن را به مهار کننده های MAOتبدیل کند.

مهار کننده های MAO گروه مهمی از داروهای ضد افسردگی می باشند .در یک پژوهش کوچک در آلمان که پانزده نفر زن به منظور درمان افسردگی تحت معالجه قرار گر فته اند ،پس از این که به آن ها گل راعی داده شد به طور محسوس بهبود یافتند ،اشتهای آن ها زیاد شد،به زندگی بسیار علاقه مند شدند ،اعتماد به نفس خود را باز یافتند و خواب آن ها خوب شد.

اما باید توجه داشت که این گیاه درمان فوری برای افسردگی نیست و شاید ۲-۳ ماه طول بکشد.(۶)

گل راعی برای درمان ایدز:

از اوایل دهه ۹۰ آزمایشات بالینی در خصوص تاثیر هیپرسین در درمان بیماری های ایجاد شده توسط ویروس ها صورت پذیرفت ودر نتیجه از این گیاه به عنوان یک کاندیدای مناسب برای کنترل بیماری ایدز یاد شده است.

آزمایشات در این زمینه نشان می دهد که گیاه با سمیت کم ،آثار قابل ملاحظه ای بر ضد ویروس های مشابه HIV دارد.دراین آزمایش ابتدا موش های آزمایشگاهی با ویروس هایی که ایجاد بیماری لوکیما می کنند تزریق شده و سپس یک تزریق از عصاره گل رهعی انجام شد و این تزریق صد در صد از بروز بیماری در موش جلو گیری کرد.

همچنین در آزمایش هایی که عصاره از راه دهان به موش داده شد نیز همین آثار جالب دیده شد.

پژوهش ها نشان می دهد که عصاره گیاه از سد خونی مغز عبور می کند که این خاصیت برای درمان ایدز بسیار مهم است.زیرا ویروس ایدز اغلب به مغز حمله می کند.

این روش بر روی انسان های مبتلا به ایدز نیز استفاده شده است ونتایج اولیه پژوهش ها که در نشریه اخبار درمان ایدز منتشر شده نشان می دهد که تا به حال آثار مثبتی بر ضد ویروس ایدز دیده شده و بیماران بهبودی محسوسی یافته اند؛به این معنی که فعالیت سیستم دفاعی آن ها افزایش یافته ،وزن آن ها زیاد شده وانرژی بیشتری یافته اند.(۶)

بررسی تاثیر گل راعی در درمان سندرم پیش از قاعدگی:

در تحقیقی که بر روی ۷۰ نفر از دانشجویان دانشگاه تهران که مبتلا به سندرم پیش از قاعدگی بودند انجام شد،شرکت کنندگان برای دو سیکل متوالی فرم ثبت وضعیت روزانه را تکمیل کردند وپس از تائید سلامت جسمی وروانی به طور تصادفی به دو گروه ۳۵ نفری تقسیم شدند وبه مدت دو سیکل متوالی با ۳۰ قطره هاپیران دو بار در روز حداقل هفت روز قبل از قاعدگی تحت درمان قرار گرفتند.

میزان کاهش شدت علایم سندرم پیش از قاعدگی بعد از مصرف هاپیران ۴۵/۴۶ درصد بود.(۱۷)

بهداشت پوست:

اثر قابض وضد عفونی کننده گیاه موجب گردیده که از آن در درمان عوارض پوست های چرب استفاده شود.

معمولاًپوست صورت اگر چرب باشد،پس از پاک کردن از مواد آرایشی بقایای آن در منافذ پوست که حالت باز شده دارند،باقی می ماند وآن ها را مسدود می کند.برای نظافت کامل این گونه پوست ها ،جوشانده ۵۰ گرم

سر شاخه ها ی گیاه رادر یک لیتر آب تهیه کرده و بر روی پوست صورت اثر می دهندو آن را پاک می کنند.

جوشانده مذکور از پیدایش چین در پوست صورت جلوگیری می نمایدوباعث طراوت آن می شود.(۱)

دارو های تهیه شده از گل راعی:

۱.قرص پرفوران:Perforan coated tablet

قرص روکش دار که هر قرص حاوی حدود ۱۶۰ میلی گرم عصاره خشک گیاه علف چای یا هوفاریقون و معادل ۳۰۰ میکرو گرم هایپریسین می باشد.

مواد موثره: مهمترین ماده موثره آن هیپریسین پسودو هیپریسین است.سایر مواد موجود در آن عبارتند از :فلاونوئید،گزانتون ها ،اسید های کربو کسیلیک،فنولیک.

آثار فارما کولوژی:

در مطالعات اولیه نشان داده شده است که عصاره گیاه علف چای انواع ایزو آنزیم A,B آنزیم مونو آمینو اکسیداز(MAO) را مهار می نماید.در نتیجه این اثر میزان واسطه های شیمیایی سروتنین،نوراپی نفرینو دوپامین در هسته های مغزی افزایش یافته ،موجب بهتر شدن خلق و بر طرف شدن افسردگی می شود.

حداقل دو مکانیسم برای اثر ضد افسردگی گل راعی پیشنهاد شده است که عبارتند از :تعدیل فعالیت اینتر لوکین و وقفه برگشت سروتونین به عصب.

مطالعات بالینی:

در یک مطالعه بالینی بر روی شش زن افسرده ۵۵-۶۵ سال عصاره علف چای که میزان ۱۴/۰٪ استاندارد شده بود به کار گرفته شد و معلوم شد که این عصاره میزان متابولیت های نور آدرنالین و دوپامین ادرار بیماران تحت درمان را افزایش می دهد.

همچنین محققان دریافته اند که افزایش قابل ملاحظه ای در میزان متابولیت های کاتکو لا مین ها ،متوکسی

هیدروکسی فنیل گلیکول که عامل مشخص کننده اثر بخشی در درمان ضد افسردگی است در ادرار این بیماران یافت شده است.

مطالعات ادامه دار همین محققین بر روی ۲۲ بیمار دیگر نشان داد که عصاره علف چای به طور قابل ملاحظه ای

علائم اضطراب،بی تفاوتی ،خواب زیاد،بی خوابی،بی اشتهایی،کندی فعالیت حرکتیوافسردگی را بر طرف می کند وضمناًآثار جانبی مشاهده نگردید.

موارد منع مصرف ونکات قابل توصیه:

در بیماران حساس به گیاهان دارویی توصیه نمی شود.

عوارض جانبی:

عوارض آلرژیک وفتو درماتیت در بعضی بیماران گزارش شده است.

مقدار مصرف ونحوه استعمال:

روزی سه مرتبه هر بار یک قرص با یک لیوان آب میل شود.

مصرف در حاملگی و شیر دهی:

در موارد حاملگی وشیر دهی توصیه نمی شود.(۷)

۲. قطره هایپیران:

این فرآورده از عصاره هیدرو الکلی گیاه علف چای به دست می آید و به شکل قطره در دارو خانه ها موجود است.

اثرات درمانی:

آرام بخش،مسکن،ضد اضطراب، مفید دربیماری های میگرن،پرخوابی،مشکلات و دردهای دوران قاعدگی،ترس ودلهره،شب ادراری کودکان می باشد.عصاره این گیاه می تواند میزان اکسیژن سلولی را افزایش می دهد.

در دوران قبل از قاعدگی به دلیل بروز تغییرات هورمونی،نوسانات چون خلق وخو،دردهای ناحیه کمر،دل درد،اسپاسم وسردرد بروز می کند.استرس و اضطراب از جمله عوامل تشدید کننده این عوارض است.

شربت گیاهی هاپیران داروی مناسبی برای کاهش هیجانات روحی و تغییرات خلق و خوست.

نکاتی که در مورد اثرات ایده آل این دارو واکثر دارو های گیاهی باید در نظر داشت این است که حداقل ۲-۳ هفته پس از مصرف نباید انتظار اثر داشت چون دارو های گیاهی دیر اثر بوده و اثر آن ها به طور اصولی پس از یک ماه ظاهر می شودوبه تدریج به حداکثر می رسد،به علاوه مقادیر مصرف نوشته شده در راهنمای داروهای گیاهی ،باید به دقت رعایت شودوهمچنین داروهای گیاهی را باید به طور منظم و مرتب مصرف کرد،چرا که

مسئله مقدار،مدت مصرف و نظم در مصرف دارو از شرایط اصلی اثر بخشی داروهای گیاهی است.

آمارهای تحقیقات کلینیکی نشان داده که رعایت مصرف صحیح هاپیران ،بیش از ۹۰ درصد اثرات ایده آل ومثبت به جای گذاشته است.با توجه به بی ضرری هاپیران وداروهای مشابه آن این دارو در لیست داروهای OTC(بدون احتیاج به نسخه) قرار گرفته ودر همه جای دنیا می توان آن را از داروخانه ها خریداری کرد.

همچنین مصرف طولانی هاپیران بدون مشکل است.(۱۶)

۳. پماد و کرم هیپریکوم پرفوراتوم:

عصاره گیاه گل راعی از سرشاخه گل خشک شده و پودر شده وبا استفاده از دستگاه سوکسله وحلال متانول

تهیه می شود.

برای بررسی اثر این پماد به عنوان ضد التهاب والتیام بخش ،پمادهایی باذ غلظت عصاره ۵-۳ درصد انتخاب وپس از مشخص نمودن روش تعیین مقدار عصاره در فرآورده ها جهت بررسی اثر آن تعداد ۲۰ موش ماده

با محدوده وزنی ۲۵۰-۲۰۰ گرم انتخاب شد .دو روز پیش از ایجاد سوختگی موی ناحیه پشت نمونه ها تراشیده شد.این نمونه ها به چهار گروه پنج عضوی تقسیم شدند.

گروه اول تحت درمان با پماد ۳ درصد گروه دوم پماد ۵ درصد گروه سوم به عنوان شاهد تحت درمان با پلاسیبور گروه چهارم به عنوان مقایسه استاندارد تحت درمان با کرم فنی توئین ۱درصد قرار گرفتند.جهت ایجاد سوختگی پس از بیهوشی ناحیه تراشیده شده پنج ثانیه در آب جوش ۹۶۵ درجه به صورت معلق قرار گرفت که باعث ایجاد سوختگی درجه سه شد.درمان در دو دوره وهر یک در یک هفته صورت گرفت.

در هفته نخست هر روز نمونه ها در دو نوبت ودر هفته دوم در یک نوبت دارو دریافت کردند.نمونه های شاهد دارای افزایش تدریجی شدت التهاب ،نکروز،لاغر شدن شدید،عطش فراوان،بی حرکتی،گسترده شدن مناطق آسیب دیده وعفونتبودند.درنهایت به مرگ ان ها در روز دوازدهم منجر شد.

سایر نمونه ها به تدریج با کاهش التهاب والتیام مناطق آسیب دیده ،سیر بهبودی را طی کردند.در این پژوهش نشان داده شد که پماد گل راعی با غلظت ۳درصد تا حدودی بهتر از غلظت ۵ درصد عمل می کند؛که این امر از نظر اقتصادی دارای اهمیت بسیار است.

همچنین اختلاف معنی داری بین اثرات التیام بخش پماد ۳ درصد وکرم ۱ درصد فنی توئین دیده نشد.(۱۴)

۴.هایپر فورات :

اثرهایپرسین تغلیظ شده در دی کلرو متان ومتانول در کاهش زخم معده تجربی حاصل از استیل سالسیلیک اسید واتیل الکل ۹۶ درجه در معده موش صحرایی.

هایپریسین با مقادیر مختلف به صورت وابسته به دوز جلوی ایجاد زخم توسط ایندو متاسین را می گیرد ودر ثانی

در حیواناتی که قبلاًتوسط این ماده پیش مداوا شدند وسپس در آن ها اقدام به ایجاد زخم گوارشی توسط ایندو متاسین می شد تا حد قابل توجهی در برابر زخم گوارشی مقاومت نشان می دادند.

پس این ماده جلوی زخم زایی ایندو متاسین را می گیردو این کار را با افزایش ترشح موکوس معدی انجام می دهد.همچنین ممکن است این دارو روی سنتز پروستا گلاتوسین ها و میکروسیرکولاسیون مخاط معده تاثیراتی داشته باشد.(۱۴)

فرآوری:

اسانس گل راعی:

در نقطه های روشن برگ غده هایی وجود دارد که مملو از شیره قرمز رنگ مایل به قهوه ای است.

در اروپا از این شیره به عنوان موثرترین دارو برای التیام زخم ها ،سوختگی ومالیدن به قسمت هایی که از بدن که پوست آن ها کنده شده است استفاده می شود.(۱۵)

روغن گل راعی:

روغن گل راعی که یک روغن قرمز رنگ می باشد از قرار دادن گل در در روغن آفتاب گردان،روغن گردو و یا روغن زیتون وبا قرار دادن در برابر آفتاب به مدت چند هفته به دست می آید.

این روغن را می توان روی سوختگی،التهابات پوستی،عضلانی وبافت همبند مالید و برای درمان نورالژی به کار برد. (۸)

خشک کردن:

برای خشک کردن گیاه باید آن ها را به صورت دسته های مجزا در آورد وسپس بر روی طناب آویخت.یا اینکه سر شاخه ها را به صورت قشر نازکی بر روی سطح زمین در محل خشکی گستراند تا بدون فاسد شدن خشک شوند.اگر عمل خشک کردن با دقت وسرعت انجام شود ،گل ها،رنگ زیبا وطعم خود را حفظ می کنند. (۱۱)

خشک کردن صنعتی گل راعی در دمای حداکثر ۵۵ درجه ودر تاریکی کامل انجام می شود.(حتی چند ساعت نور می تواند مقدار ماده شیمیایی فعال را کاهش می دهد.(۳)

مقدار مصرف :

برای التیام زخم پس از این که محل زخم با آب و صابون کاملاً تمیز شد برگ ها وگل های تازه له شده گیاه را روی زخم بگذارید.

برای تهیه دمکرده برای معالجه افسردگی و احتمالاً تحریک سیستم دفاعی بدن یک تا دو قاشق مربا خوری گیاه خشک را در یک لیوان آب جوش ۱۵-۱۰ دقیقه خیس کنیدوتا سه پیمانه در روز بخورید.طعم آن ابتدا کمی شیرین وسپس تلخ وقابض است.

برای کودکان وافراد بالای ۶۵ سال باید از مقدار کم شروع کردو به تدریج اضافه کرد.

فاکتور های ایمنی :

مهار کننده های MAO در تریک با بعضی خوراکی ها ممکن است در ابعاد خطرناکی فشار خون را بالا ببرد وعلائم آن سردرد،سفتی گردن،آشفتگی وقی سردی پوست بدن می باشد.البته قدرت تاثیر گیاه در مقدار مجاز به قدرت مهار کننده های دارویی تجاری نیست ولی توصیه می شود اشخاصی که از این گیاه استفاده می کنند نباید از دارو های Amphetaminesو مخدرها،واز اسیدهای آمینه Tryptophan,Tyrosine وقرص های ضد بار داری بخور های ضد آسم،داروهای سرما خوردگی

استفاده نکنند.

در مواردی که چای کوهی به به عنوان علوفه دارویی به دام ها داده می شود ماده شیمیایی هایپریسین زیر پوست دام جمع می شودوزیر تابش اشعه آفتاب ایجاد سوختگی وتاول می نماید.حتی در مواردی که به جانوران آزمایشگاهی به مقدار زیاد ماده شیمیایی هایپیریسین تزریق شده وزیر تابش اشعه آفتاب قرار داده شده اند ،

مرده اند. ولی تحقیقات دانشمندان نشان می دهد مصرف این گیاه برای انسان در صورتیکه در حد مجاز توصیه شده ،مصرف شود ایجاد عوارض پوستی نمی کند،مگر در افرادی که دارای پوست های حساس باشند.به همین دلیل اشخاصی که از این گیاه استفاده می کنند،شبه به اشخاصی که از آنتی بیوتیک تترا سایکلین استفاده می کنند باید حتی الامکان دور از تابش اشعه آفتاب باشند. (۶)

احتیاط مصرف:

قرار گرفتن پوست در معرض آفتاب پس از مصرف خوراکی این گیاه ،ممکن است منجر به درماتیت شود.

در هوای مرطوب و آفتابی هرس کردن گیاه و چیدن برگ وگل باعث در ماتیت تماسی می شود.

تداخلات دارویی:

استفاده طولانی مدت این گیاه می تواند فعالیت دارو های حیاتی مانند مهار کننده های پروتئاز برای HIV و دارو های ضد وازنش پیوند را که بعد از پیوند اعضا مورد استفاده قرار می گیرد ،بلوک نماید.

در یک مطالعه بر روی ۸۶ بیمار ،بعد از در یافت گل راعی ،در برخی از بیماران وازنش پیوند رخ داد و سایر بیماران مجبور شدند دوز این داروی گران قیمت را افزایش دهند.(۹)

ترکیب های موجود در گل راعی:

ترکیبات

شماره

a-mujene

۱

a-pinen

۲

sammene

۳

B-pomene

۴

myrsen

۵

a-terpenin

۶

Limonene

۷

ocimene

۸

y-terpinene

۹

terpinene

۱۰

B-curpinene

۱۱

منابع:

۱.زرگری.ع،۱۳۶۲،گیاهان دارویی.جلد اول،انتشارات دانشگاه تهران.

۲.امید بیگی.ر،۱۳۷۴، رهیافتهای تولید وفرآوری گیاهان دارویی،انتشارات فکرروز

۳. یزدانی.د،۱۳۸، کاشت داشت وبرداشت گیاهان دارویی،جهاد دانشگاهی

۴.لباسچی.م،شریفی.ا، ۱۳۸۰،تحقیقات گیاهان دارویی ومعطرایران،جلد۱۱،انتشارات موسسه تحقیقات جنگل ها ومراتع

۵.نقد آبادی.ح،ضیایی.ع،۱۳۸۳،فصلنامه گیاهان دارویی،شماره۱۱،پژوهشکده گیاهان دارویی وفرآورده های طبیعی جهاد کشاورزی

۶.میر حیدر.ح،۱۳۷۵،معارف گیاهی،جلد سوم،انتشارات نشر اسلامی

۷.لابراتور داروسازی گل دارو

۸.ولاگ.ژ،استودولا.و،ترجمه زمان.س،۱۳۷۴،انتشارات ققنوس

۹.واحد تحقیق وتوسعه باریج اسانس،۱۳۸۱،شماره ۶

۱۰.سفید کن.ف،میرزا.م،۱۳۷۷،تحقیقات گیاهان دارویی ومعطر،جلد اول،
انتشارات جنگل ها ومراتع

۱۱.صمصام شریعت.ه،۱۳۸۲،پرورش وتکثیر گیاهان دارویی،انتشارات مانی

www.zard band.html.۱۲

www.doc.ir. ۱۳

۱۴سایت دانشگاه آزاد جویبار

www.sabziran.ir.۱۵

www.Medicinal plant.com.۱۶

علف هفت‌بند

علف هفت‌بند (polygonome) گیاهی است یکساله و دارای ساقه خوابیده که طول آن به ۵۰ سانتیمتر می‌رسد. برگهای آن ریز ، نوک تیز و گلهای آن ریز و کوچک و به رنگ صورتی است. این گیاه در اکثر نواحی آسیا ، اروپا و آفریقا و آمریکا می‌روید و در مقابل عوامل خارجی بسیار مقاوم است. بطوری که حتی اگر لگدمال شود باز هم از بین نمی‌رود. علف هفت بند در چمنزارها ، کنار جاده‌ها ، اراضی متروک و خرابه‌ها ، مناطق سایه در و بین تخته سنگها می‌روید. این گیاه در اکثر نقاط ایران نیز وجود دارد.
راسته علف هفت بند Polyganales فقط دارای یک تیره به نام تیره پلی گوناسه یا علف هفت بند است. اختصاص گیاهان این

راسته در مادگی آنهاست که از تخمدان سه برچه‌ای ولی یک خانه درست شده و محتوی یک تخمک ایستاده است. میوه گیاهان این راسته به صورت فندقه‌ای مثلثی ، سه گوش و محتوی دانه‌ای با آلبومن حجیم نشاسته‌ای است.

مشخصات تیره علف هفت بند

گیاهانی دارای برگهای متناوب با گوشوارک و غلاف یا نیامی غشایی هستند. گل دارای گلپوش کاسبرگی یا گلبرگ مانند در چرخه‌های سه یا پنج تایی است. نافه در اصل شامل ۶ پرچم در دو چرخه سه‌تایی است که به علت مضاعف شدن یا تحلیل رفتن برخی از پرچمها ممکن است تغییر پیدا کند. مادگی دارای دو یا سه برچه به صورت تخمدانی یک خانه با یک تخمک راست و ایستاده است. دانه شامل آلبومن نشاسته‌ای است.

تیره پلی گوناسه دارای ۳۰ جنس و در حدود ۶۰۰ گونه است که ۱۰۰ گونه آن در جنس ترشک ، ۱۸۰ جنس در جنس پلی گونوم در حدود ۱۲ گونه در جنس اریوگونوم و ۱۲۵ گونه در جنس کوکولوبا قرار دارند. انتشار کلی این تیره در مناطق معتدل سرد و سرد نیمکره شمالی است. از این تیره ۹ جنس و بیش از ۷۷ گونه تقریبا در تمامی فلات ایران بطور پراکنده انتشار دارند.

ترکیبات شیمیایی:

علف هفت بند دریا اسید پوگیلونیک ، اسید اگزالیک ، آرابینوسید ، اسانس ، مواد رزینی ، مواد قندی و موسیلاژ می باشد .

خواص داروئی:

گیاه هفت بند از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است

۱) قابض است و برای رفع اسهال و اسهال خونی بکار می رود

۲)در بند آوردن خونریزی مفید است

۳)آسم و برونشیت را درمان می کند

۴)تب را پائین می آورد

۵)برای برطرف کردن اگزما بکار می رود

۶)ورم روده بزرگ را برطرف می کند

۷)برای رفع ترشحات زنانه فمید است

۸)آنهائیکه به بیماری قند مبتلا هستند با استفاده از این گیاه می توانند قند خون خود را کنترل کنند

۹)سنگ کلیه و مثانه را خارج می سازد

۱۰)برای رفع دردهای معده مفید است

۱۱)برای درمان استسقاء مفید است

۱۲)در معالجه میگرن موثر است

۱۳)درد سیاتیک و درد کمر را برطرف می کند

۱۴)نفخ را برطرف کرده و هضم غذا را تسهیل می کند

۱۵)تاول و سوختگی را با کمپرس این گیاه معالجه کنید

۱۶)برای تسکین دردهای نقرس و رماتسم از کمپرس این گیاه استفاده کنید

۱۷)برای درمان زخم های چرکی ، گرد این گیاه را روی زخم ها بریزید

طرز استفاده:

جوشانده : مقدر ۳۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنرا صاف کرده

باشکر و یا عسل مخلوط کنید . مقدر مصرف این جوشانده یک فنجان سه بار در روز است .

شراب : مقدر ۴۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر شراب ریخته و بگذارید بآرامی بجوشد و سپس آنرا صاف کنید . مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است .

صفات دستگاه رویشی

گیاهان تیره پلی گوناسه غالبا علفهایی ایستاده هستند و به علت داشتن اندام زیر زمینی و غده مانند معمولا پایا ولی عده‌ای از آنها نیز یکساله هستند و غالبا با از دست دادن ریشه اصلی دارای ریشه نابجا می‌شوند.

صفات دستگاه زایشی یا گل

گل آذینها به صورت گرزنهای دوجانبی یا یک طرفه کم گل و گاهی مانند ترشک در کنار برگها تشکیل چرخه‌های کاذبی را می‌دهند یا ممکن است به صورت پانیکول یا خوشه یا به صورت سنبله‌های انتهایی و گاهی نیز همراه با پوششی از منشا گریبانی مانند گل آذین اریگونوم باشد. گلها نر ماده ، منظم ، همیشه دارای مادگی ولی گلپوش و نافه در آنها دارای دو تیپ متفاوت است. میوه به صورت فندقه ، سه گوش با گوشه‌ها یا دارای زاویه‌های غالبا بسیار برجسته و مشخص است. گرده افشانی در غالب گیاهان این تیره غیر مستقیم و بوسیله باد یا حشرات انجام می‌شود.

شرح جنسهای پلی گوناسه در ایران

جنس کالیگونوم یا اسکنبیل

گیاهانی چوبی ، دارای ساقه‌های فراوان محکم و شاخه‌های درهم و انبوه با تقسیمات ثانوی به صورت شاخکهای نرم ، نازک و بند بندی هستند. گلها اندک ، دارای دمگل مفصلی ، نرماده ، گلپوش گلبرگ مانند ، چرخی ، مسطح یا مقعر است. در ایران این جنس دارای ۸ گونه است و در نواحی بیابانی و خشک می‌روید.

جنس پتروپیروم یا کاروانکش

درختچه‌هایی با ساقه‌های فراوان ، فاقد خار ، ایستاده و با انشعابات یا شاخه‌های فراوان هستند. برگها متناوب یا تقریبا دسته‌ای ، خطی و باریک هستند. گلها کناری ، به صورت دسته‌ای مجتمع دارای دمگل باریک و نازک و در وسط مفصل دار است. گلها نرماده ، گلپوش چرخی و تقریبا گلبرگ مانند است. این جنس در ایران دارای ۳ گونه است.

جنس ریواس

گیاهان پایا ، دارای ریشه ضخیم با برگهای پهن و رگبرگهای پنجه‌ای هستند. گلها نرماده ، کاسه سبز رنگ و تقسیمات خشک شده آن روی میوه باقی می‌ماند. پرچمها ۹ عدد ، تخمدان آزاد ، سه گوش با سه خامه کوتاه و کلاله‌های دیسک مانند و صفحه‌ای است. میوه فندقه دارای سه پهلو یا زاویه برجسته و باله مانند است. این جنس در ایران دارای ۲ گونه است.

جنس اوکسی ریا

گیاهانی پایا ، کوهستانی هستند. گلها نر ماده ، کاسه آن دارای ۴ تقسیم سبز رنگ است. پرچمها ۶ عدد و در مقابل تقسیمات کاسبرگ قرار دارند. تخمدان فشرده دارای ۲ کلاله بدون میله است. فندقه عدسی شکل است. این جنس فقط دارای گونه اوکسی ریادیژینا است که در ارتفاعات البرز و ارتفاعات سهند آذربایجان می‌روید.

جنس اومکس

گیاهانی علفی ، یکساله ، ظریف دارای انشعابات تقریبا دوشاخه‌ای و دارای بریدگیهای فراوان هستند. برگها متناوب ، علفی و کامل هستند. گل سبز رنگ و کناری یا محوری یا تقریبا به صورت چرخه‌ای قرار دارند. گلها پلی گام و یک پایه هستند. این جنس فقط یک گونه امکس اسپینوسوس در ایران دارد که در نواحی جنوبی ایران مانند بوشهر می‌روید.

جنس ترشک یا رومکس

گیاهان یکساله ، دوساله ، یا چند ساله و پایا با برگهای متناوب و گلهای مجتمع در خوشه یا پانیکول هستند. گلها نرماده ، پلی گام یـا دوپـایه است. این جنس در ایران بیش از ۲۴ گونه دارد که در نواحی غربی ، ارتفاعات البرز و زاگرس و آذربایجان و جاهای دیگر دیده می‌شود.

جنس پلی گونوم یا علف هفت بند

گیاهان یکساله یا پایا ، بندرت چوبی با ساقه کم و بیش برگ‌دار و غالبا نازک و ضعیف هستند. برگها کامل یا خیلی کم دارای دندانه‌های اره‌ای هستند. گلها نرماده و بندرت پلی گام هستند. این جنس در ایران دارای ۳۳ گونه است که برخی از آنها آبزی و برخی دیگر در کنار جویبارها می‌رویند و عده‌ای نیز با خشکی سازش یافته و تقریبا در تمام نقاط ایران انتشار دارند.

مضرات

این گیاه محرک سلسله اعصاب بوده و ممکن است استفاده زیاد از آن باعث تشنج شود.

منابع :

علف هفت بند «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

علف هفت بند http://www.babylon.com

علف هفت بند Knotgrass http://www.irteb.com

تیره علف هفت بند http://daneshnameh.roshd.ir

علف هفت بند Knotgrass http://www.farstak.com

بادیان رومی

در کتابهای طب سنتی و در بازار با نامهای انیس سبز،«انیسون»،«زنبان»،«زنیان»،«زیره رومی» و به عربی« الرازیانج رومی» ،«رازیانج شامی»، حب الحلوه نام برده می شود.گیاهی الست از خانوادهUmbelliferae از جنس Pimpinellaکه به فرانسویAnis و Anise vert و به انگلیسیSpanish و Anise و anise True و تخم آن را Anise seed می نامند.نام علمی Pimpinella anisum L.آن می باشد.

مشخصات

این گیاه یکساله به بلندی یک متر ،بر گهای ان باریک و خوشبو و ساقه آن چهار گوش و گلهای آن سفید و تخم آن در غلافی ظریف و طویل به ابعاد ۴-۵/۱ میلی متر و از تخم رازیانه کوچکتر و سبز تر و مایل به سفیدی و کمی مثلثی شکل که روی پوست ان ۵ خط طولی تیره وجود دارد.ممکن است با تخم شود اشتباه شود.

تکثیر بادیان رومی از طریق کاشت تخم آن است که در اوایل بهار مستقیما در زمین اصلی می کارند. در حدود ۱۲-۱۰ کیلو بذر در هر هکتار کافی است پس از حدود ۳ ماه شکوفه های سفید ان ظاهر می شود و حدود یک ماه بعد نیز میوه آن رسیده و آماده برداشت خواهد بود .تخمها را در سایه خشک نموده برجاری و بسته بندی و در انبار خشکی نگه داری می نمایند. معمولا از هر هکتار ۸۰۰-۵۰۰ کیلو گرم تخم بادیان رومی برداشت می شود. زمین مزرعه انیس سبز باید آفتابگیر باشد و در معرض باد نباشد و خاک ان خوب باید شخم خورده و آماده شده باشد. تخم انیس سبز چون خیلی سریع قوه نامیه اش از دست می رود باید در محل خشک نگهداری شود.انیس سبز بومی ایران و آسیای صغیر و مصر و جزایر یونان است.در ایران در مناطق غرب ایران در کردستان و آدر بایجان می روید و در حال حاضر در مکزیک ،اسپانیا،شوروی،آلمان،ترکیه،ایتالیا،ایران و سایر کشور های مناطق معتدل دنیا

حتی در هند و آمریکای جنوبی نظر به وجود بازار فروش به صورت وسیع کاشته و تولید می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی و از تخم بادیان رومی یا انیس پس از تقطیر اسانس روغنی فرار بسیار معطری در حدود ۳-۲ درصد وزن تخم به دست می آید.این اسانس دارای ماده عاملی به نام آنتول است که به اسانس ،رنگ زرد کمرنگ می دهد.آنتول ماده ای است با فرمول شیمیایی$C_{10}H_{12}O$ خام وبیش از ۹۰-۵۰درصد اسانس بادیان رومی را تشکیل می دهد و بقیه اسانس شامل پی-متوکسی فنیل ،آستون و چاویکول می باشد.

ماده عامل آنتول در انیس سبز و رازیانه موجود است .اسانس سبز و تخم آن دارای بویی معطر تند شبیه بوی عصاره شیرین بیان است در حالی که هیچ گونه ارتباط خانوادگی با شیرین بیان ندارد.در انگلستان در قرن سیزدهم در دوران سلطنت ادوارد چهارم مصرف بادیان رومی چنان رواج داشت که دولت انگلیس عوارضی برای فروش آن وضع نموده و از محل دریافتی آن عوارض در سال ۱۳۰۵ میلادی پل معروف لندن تعمیر شده است.

خواص و کاربرد

انیس سبز برای تقویت معده مفید است[لیو]،به عنوان بادشکن [بووالدا]،معرق و محرک معطر [اپهوف] و افزایش دهنده ترشح شیر زنان در چین مصارف وسیعی دارد [مادوس].در شبه جزیره مالایاانیس سبز در ترکیبی با سایر داروها برای رفع دل درد و قولنج داده می شود [برکیل و هانیف] و به عنوان تونیک مادران پس از تولد بچه می دهند[فاید برکیل و ریدلی].

در کتابی که آقای [بووالدا] دانشمند معروف درباره گیاهان خانواده چتریان نوشته اظهار عقیده می کند که انیس سبز از ایران از راه هندوستان به چین وارد می شود.[مادوس] در کتابش موارد مصرف خیلی وسیعی برای انیس سبز را ارائه می دهد،ولی ظاهرا انیس سبز مورد نظر او ،از انیس وارده از اروپا بوده است ،به طور کلی اسانس انیس سبز به عنوان داروی ضد نفخ و برای تهیه قطره آرام کننده سرفه و همچنین به عنوان داروی خلط آور و بلغم آور کاربرد دارد.مصرف انیس سبز به صورت گرد در کپسولهای تا ۲ گرم در هر کپسول به طور خالص یا مخلوط عسل و همچنین به صورت دم کرده به نسبت ۱۵-۱۰ گرم در هزار گرم آب برای تسکین دل پیچه و دردهایی که با منشا عصبی باعث انقباض معده و روده می شوند و به طور کلی برای تقویت هاضمه مورد توجه است . خوردن انیس سبز توسط مادران شیرده موجب ازدیاد ترشح شیر می شود و ضمنا ناراحتی های کودک از نظر درد و دل پیچه را نیز از طریق اثری که در شیر می گذارد رفع می کند.

و اما از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی بادیان رومی گرم و خشک است و از نظر خواص معتقدند که دم کرده آن به عنوان مسکن دردهای معدی و سردرد و زیاد کردن ترشح ادرار و حیض وشیر و عرق بدن و روشن ساختن رنگ رخسار مفید و موثر است اگر بادیان رومی را کوبیده به صورت گرد در آورند و گرد آن را با گل قند بخورند و یا گرد آن را جوشانیده و بخورند برای مالیخولیا بسیار مفید است . اگر دم کرده آن را با عسل بیاشامند برای کابوس نافع است واگرگرد آن را با مسواک به دندانها بمالند برای جلای دندان و رفع بد بویی دهان مفید است . جویدن انیس سبز برای سردردهای سرد و باز کردن گرفتگی مجاری تنفسی و رفع درد سینه و تنگی نفس و تقویت دهانه معده مفید است . اگرآب دم کرده آن را با ریشه شیرینم بیان تهیه و بیاشامند برای بیماری های سینه و باز کردن گرفتگی های کبد،طحال،کلیه ،مثانه،رحم، و رفع استقسا و خرد کردن سنگ مثانه و تقویت نیروی جنسی مفید است و اگر با گردآن مخلوط با روغن گل سرخ قطره ای درست شود و در گوش چکانیده شود برای تسکین درد گوش و رفع کری و سنگینی شنوایی که از ضربه حادث شده باشد مفید است.

برای ازدیاد شیر ،دم کرده ۳۰-۲۰ گرم تخم مرغ انیس سبز در ۱۰۰گرم آب توصیه می شود که روزانه ۲۰-۱۵ قاشق بزرگ خورده شود.برای جلوگیری از قی کردن و تقویت معده مفید است ،برای این کار یک قاشق قهوه خوری تخم بادیان رومی را در دم کرده

رازیانه می ریزنـد.برای تهیه دم کرده رازیانه ۱۰-۵ گرم تخم رازیـانه در یـک لیـتر آب جوش دم می شود.برای رفع قی روزی ۳-۲ فنجان از این محلوط می خورند.

با انیس سبز نوشابه ای درست می شود که آن را گویند،برای کمک به هاضمه و اختلالات هضم غذا خیلی موثر است

روش تهیه گرد انیس سبز :تخم انیس سبز را به مقـدار مورد نظر گرفته و کاملاـ تمیز و پـاک نموده و اجسام خارجی آن را جـدا می نماینـد و در گرم خـانه در ۲۵ درجه سـانتی گراد حرارت می خشـکانند و در هـاون نرم کوبیـده وازالکنمره۱داروسازی بدون نخاله بیرون می کنند. از این گرد به مقدار ۲-۲/۰گرم برای تقویت معده و هاضمه استغمال می شود.

جوشانده انیس سبز:انیسون ۱۰ گرم،آب۱۰۰۰گرم جوشانده و صاف نمایند. این جوشانده محرک مطبوعی است.

دم کرده انیس سبز:۵ گرم تخم انیس سبز و ۱۰ گرم ریشه شـیرین بیان را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و دم کرده و بگذارند سرد شود و صـاف کننـد به جای ریشه شـیرین بیان ممکن است ۵۰ گرم شـربت ساده مصـرف شود و در عرض روز آن را بتـدریج مصرف نمایند.

تنطور انیسون:انیسونیک واحد که نیم کوب شود،الکل ۸۰ درجه ۵ واحد، مدت ده روز انیسون نیم کوب را در الکل بخیسانندو گاه گاه به بزنند و از پارچه گذرانیده و با کاغذ صاف کنند. خوردن ۲۰-۲ گرم بتدریج از این نتطور برای تحریک و تقویت معده ورفع قولنجهای باد و نفخ موثر است.

نتطور تخم گشنیز و تخم رازیانه و زیره کرمانی و زیره سبز را نیز به همین روش درست می کنند.

شربت انیسون: عرقانیسون ۱۰۰واحد،قند سفید خرد شده ۱۸۰.احد،قند را در حالت سدی در عرق حل می کنند و با کاغذ صاف می نمایند۱۵۰-۶۰ گرم از این شربت در تحریک و تقویت معده موثر است.

عرق انیسون:یک واحد انیسون را با مقداری آب مخلوط و در حماما ماریه با وسیله دیگری تقطیر کنند تا جمعا۴ واحد به دست آید و مصرف کنند.

پوسـیون بادشکن انیسون:۱۲ قطره اسـانس انیسون،۴ گرم قنـد سـفید ،۸ گرم تنطـور زنجبیـل ،۲۵۰ گرم عرق نعنـا فلفی را مخلـوط کنند۶۰-۱۵ گرم از این پوسیون برای رفع قولنجهای نفخ موثر است.

مشخصات

گیـاهی است پایـا بـا ریشه ای قوی دو کی شـکل.برگهـای آن مرکب و سبز است.برگهـای پایین ساقه دارای ۹ برگچه دنـدانه دار و برگهای بالای ساقه با بریدگی زیاد به صورت نوار درآمده است .ریشه گیاه بوی نامطبوعی داردو طعم آن تند و تیز است.

این گیاه در چمنزارهای مرطوب و حاشـیه جنگلها به طور خودرومی رویـد. در ایران در آذربایجان افشار و بین قطور سو و زاراشو و در گیلان در داماش دیـده می شود.از نظر ترکیبات شـیمیایی دارای اسانس و ماده تلخ است.درریشه آن وجود ماده تلخ پیم پی نلین تایید شده است.

خواص و کاربرد

ریشه گیاه تلخ و گس گزنده و در اروپا به عنوان لیتون تری پتیک برای حل کردن سنگهایی که در اعضای مختلف بدن تشکیل می شود.به کار می رود ، در ضمن اشتها آور و مقوی و تونیک و قاعده آور نیز می باشد. ریشه و سرشاخه های گیاه معطر و بادشکن و تونیـک معـده است[لیو]جوشانـده گیـاه برای نفـخ و گازهـایی که در اثر سوهاضـمه ایجـاد می گردد ،خورده می شود. در اسـتعمال خارجی از جوشانده گیاه آن به طور غرغره برای رفع گلو درد و ضد عفونی دهان استفاده می شود

مقـدار خوراک آن از گرد ریشه تا یک گرم و برای تهیه جوشانده سر شاخه گلدار با ریشه آن مصـرف می شود و ۴۰ گرم گیاه با ریشه را در ۱۰۰۰ گرم آب می جوشانـد و صاف کرده و با شـکر بتدریج می خورند،جوشانده ان برای انقباض رحم در زنان حامله

مفید است .

گونه دیگری از این جنس که در بلوچستان می روسد نام علمی آن می باشد. گیاه خیلی کوچکی است (۱۵-۱۰ سانتی متر)علفی یکساله.گلهای آن سفید و دارای میوه تخم مرغی پوشیده از تار سفید است.

از نظر خواص در هندوستان دانه های آن را له کرده با آب مخلوط و برای تسکین دل درد می خورند.

منبع: www.taamasrar.com

قطره و قرص گیاهی آفرودیت

آفرودیت محتوی چندین گیاه شامل دارچین خارخاسك زعفران و زنجبیل می باشد مطالعات وسیعی روی اثر این گیاهان برای رفع اختلالات جنسی در سطح جهان انجام شده است مواد موثره گیاهی بخصوص ساپونین و اسانسها و استروییدهای موجود در این گیاهان در برطرف نمودن ناتوانی جنسی موثر می باشد و با اتساع عروق آلت تجمع خون را در این عضو زیاد کرده و موجب نعوظ می گردد همچنین تمایلات جنسی را افزایش می دهد و از انزالهای زودرس وناقص جلوگیری نموده و موجب ظهور یک عمل جنسی رضایت بخش می شوند .

مطالعات بالینی نشان می دهند که آفرودیت موجب افزایش تعداد اسپرم شده و می تواند در بیمارانی که بعلت کمبود اسپرم دچار درجاتی از عقیمی هستند موثر واقع شود ، درمطالعات بالینی اثر ساپونین جداشده از خارخاسك روی اختلالات ناشی از ناتوانی های جنسی مورد ارزیابی قرار گرفته است و اثر بخشی آن به اثبات رسیده است .

اثربخشی آفرودیت در افراد تحت مطالعه برسی شده و معلوم گردیده که حداقل در هشتاد درصد این افراد نعوظ بادوامی ایجاد می گردد همچنین نشان داده شده است که آفرودیت تعداد اسپرم را افزایش میدهد جالب توجه است که ساپونین مجزا شده از خارخاسك تولید فولیکول استیمولیت هورمون از هیپوفیز را زیاد می کند که خود باعث افزایش تعداد اسپرم می شود ساپونین پیوند رسپتورهای استروژن در هیپوتالاموس شده و از طریق واکنش پس نورد منفی تولید فولیکول استیمولیت هورمون را زیاد می کند .

در بعضی افراد اختلالات جنسی همراه با اضطراب ناشی از ناتوانی انجام دهی عمل جنسی است آفرودیت قادر به برطرف کردن این اضطراب بوده موجب آرامش و اعتماد به نفس می شود

موارد احتیاط ومنع مصرف :

بیماران قلبی بیمارانی که اخیرا مبتلا به سکته قلبی شده اند در مصرف این دارو باید احتیاط کنند .

عوارض جانبی :

بیمارانی که نسبت به اسانس های گیاهی حساسیت دارند باید این دارو را با احتیاط مصرف کنند در کمتر از یک درصد بیماران عدم تحمل گوارشی سردرد مختصر و برافروختگی صورت گزارش شده است

مقدار مصرف قطره به میزان ?? تا ??قطره ? بار در روز در یک فنجان آب قند بعد از غذا میل شود ، قرص به میزان یك قرص? بار در روز بعد از غذا میل شود آفرودیت را می توان برای حصول نتیجه بهتر مستمر مصرف نمود

منبع:http://www.academist.ir

سماق معمولی

در کتب طب سنتی با نامهای «سماق»،«سماقیل»،«تمتم»و«سماق الدباغین»آمده است.به فرانسوی Corroyereوبه انگلیسی Currier s sumaachگفته می شود.درختچه ای است از خانواده Anacardiaceaeو نام علمی Rhus coriaria L. آن

میباشد.

مشخصات

درختی است کوچک به ارتفاع ۴-۳ متر.شاخه های جوان و دمبرگهای آن را موهای زبرپوشانیده است.برگ سماق شانه ای است و طول آن تا ۱۵ سانتی متر و معمولاـ دارای ۱۵ برگچه می باشد.برگچه ها دندانه دار به طول ۶-۴ سانتی متر بیضی و مخملی است،روی برگ سبز مات یزر برگ روشن و در اپییز سرخ رنگ و حنایی می شود.

گلهای آن خوشه ای متراکم و حنایی رنگ است و در حدود ۱۰ سانتی متر طول دارد.میوه آن شفت کرکدار قهواهای مایل به ارغوانی است و گوشت میوه ترش و قابض است.

سماق بومی مناطق مدیترانهای بخصوص سواحل سیسیل است.در ایران د رمناطق استپی کوههای البرز و زاگرس ؤدر آذربایجان و خراسان و فارس و دامنه های جنوبی البرز ،در دره کرج و هراز در ۱۷۰۰-۱۰۰۰ متر ارتفاع و اطراف تهران شمیرانات ،قم ،تبریز، تفرش و تقریبا در اغلب مناطق ایران می روید.

تکثیر از طریق کشت بذر آن در نهالستان و یا از طریق پاجوشهای آن انجام می شود و پس از ۲-۱ ساله شدن به زمین اصلی منتقل میشود ،مراقبت خاصی احتیاج ندارد.

خواص و کاربرد

از نظر ترکیبات شیمیایی در میوه و در برگهای سماق تانن فراوانی موجوداست .در برگهای خشک ان بین ۳۰-۱۵ درصد تانن وجود دارد به علاوه یک ماده رنگین زرد به نام میریستین یافت می شود.در میوه ان علاوه بر تانن مقدار قابل ملاحضهای سیتریک اسید ،وینیک اسید ،مالیک اسیدو....که مزه ترش و قابض را به آن می دهد.

سماق قابض است و بند آورنده خونروی می باشد و به عنوان مقوی وتونیک و مدر و برای رفع اسهال خونی و جلوگیری از خونروی و اخلاط خونی از ریه همراه با سرفه مفید است.

از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی سرد و خشک است و سردی برگ آن کمتر از میوه آن است.

به عقیده اطبای سنتی پوست روی سماق ترش و قابض است و اصولا این پوست روی میوه است که نقش اصلی خواص ان دارا می باشد.

از نظرخواص معتقدند که قابض است و مقوی معده و آلات داخل شکم می باشد.از قی و اشفتگی و اسهال صفراوی ومزمن و اسهال خونی و آمدن خلط خونی از سینه جلوگیری می نمایدو خونریزی را بند می آورد و از ترشح زیاد ادرار جلوگیر یمی کند.خوردن ساییده ان با آب سرد جریان و سیلان خون را قطع می کندو جلوگیری میکند خوردن ساییده آن با آب سرد جریان سیلان خون را قطع می کندو نیم کوفته ان با زیره و آب سرد برای کسی که همیشه قی می کند و طعام در معده اش نمی ماند مفید است.اشتها را تحریک می کند،بخصوص در اشخاص گرم مزاج و با زرده تخم مرغ وگشنیز خشک اسهال را بند می آورد و حتی زرده تخم مرغی که در ان شخته شود،نیز قابض و مانع اسهال می شود و با سرکه رقیق ،قابض و بریا اسهال و خونروی از رحم و کاهش ترشخ زیاد و غیر معمول ادرا نافع است.اگر سماق ،بریان و سرخ شود،بیشتر قابض است.سماق مضر معده و کبد سرد است و از این نظر اشخاص سرد مزاج باید با مصطکی و انیسون بخورند.مقدار خوراک آن تا ۲۰ گرم ،جانشین آن سرکه است.

خوردن گردی که روی میوه است و آن را خاک سماق می نامند ،بسیار قابض استو کمی تلخ،و برای قطع اسهالمزمن و جریان رطوبتهای سفید رحم مفید است.مالیدن سماق به دندان برای تقویت و استحکام لثه و زخمهای بد و درد دندان رکم خورده نافع استو مضمضه خیس کرده سماق را در آب نیز برای زخم دهان و تقویت لثه ها مفید است.اگر گرد سماق را درآب بخیسانندو با کمی کتیرا در زمان شروع چشم درد در چشم بچکانند نافع است واگر ۳۰ گرم سماق را در ۲۰۰ گرم آب بجوشانند و سپس خرفه

را با ان تر کرده برچشم اندازنـد،برای جرب و تسکین شدت ناراحتی های پلک مفید است واگر از آن به پیشانی بیندازند خونریزی از بینی قطع می شود و خارش پلک رفع می شود.ریختن چنـد قطره آن در گوش از جریان چرک گوش جلوگیری بعمل می آوردو کمپرس بـا آب دم کرده آن از ورم عضـو ضـربه خورده جلوگیری می نمایـد.دم کرده برگ آن برای سیاه کردن موی سـر و حقنه ،امـاله یـا تنقیه دم کرده برگ آن برای زخم روده هـا و اسـهال خونی و دل درد مفیـد است ومالیـدن محلول برگ پخته آن بـا آب بارهنگ برای زخم های بد و ضـماد ان روی سـتون فقرات ودر بخ آلت تناسـلی مرد برای جلوگیری از سلس البول و سستی اعضـا مفید است.ضماد برگ آن بر معده اطفال اسهال را قطع می کند و آلات داخل شکم ارا تقویت می نماید.

صمغ درخت سـماق خیلی یابس ،و خشک کننـده و محلل است و برای به هم آوردن جراحات و تسـکین درد دندان کرم خورده از طریق گـذاردن روی دنـدان مفیـد است.میوه سـماق نباید تازه مصـرف شود زیرا ایجاد مسـمومیت می کند و همیشه باید خشک آن ساییده و مصرف شود.

منبع:www.taamasrar.com

زیره کوهی

نویسنده: میرحیدر

در کتب طب سـنتی با نامهای «زیره کوهی»،«کاشن»،«کاشم» و«انجداد رومی»آمده است و درمصـر تخم آن را کرفس جبلی نامند.به فرانسوی Lkevistique officinale به انگلیسی Lovageگفته می شود.گیاهی است از خانواده Umberlliferaeنام علمی انLevisticum و مترادف آن Ligusticum levisticum L.میباشد.

مشخصات

گیاهی است چند ساله علفی دارای ساقه ضخیم به قطر ۳-۲ سانتی متر،استوانهای به بلندی تا ۲ متر است.برگهای آن ضخیم ،گوشتی دارای چند برگچه به رنگ سبز تیره و براق می باشد.گلهای آن کوچک زرد رنگ به صورت چتر مرکب است.میوه آن تخم مرغی به طول کمتـر از یـک سـانتی متر به رنـگ زرد مایـل به قهوه ای بسـیار معطر،بوی ان نشـیر بوی گـل پر می باشـد و به ظوری که در مخزن آمده است تخم آن همان گل پر است در صورتی که گل نبات دیگری است.

این گیاه در مناطق مختلف آسـیا می روید و در بعضی منابع ،ایران نیز به عنوان رویشگاه این گیاه ذکر شده ولی تاکنون گزارشی از گیاه شناسان درباره تایید وجود و شناسایی این گیاه درایران دیده نشده است.

فقـط یـک گونه از این گیـاه به نام علمی Levisticum persicum Fregn.et Bornm.درکرمـان در کوه هزاربین کرمان وبند عباس در ۳۴۰۰متر ارتفاع شناسایی شده است.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی درریشه این گیاه رزین،اسانس و انواعی از قندها Malic acid وجود دارد.درمیوه و دانه این گیاه اسانسی با ترکیب شیمیایی مانند اسانس ریشه یافت می شود.در طب سنتی ریشه و تخم آن مورد استفاده است.

خواص و کاربرد

درباره خواص آن در کتب طب سنتی قدیم ایرانی چنین آمده است که ازنظر طبیعت خیلی گرم و خشک است و خوردن ان موجب باز شـدن گرفتگی های کبـد و ضد نفخ است.برای سـرفه سـرد و تنگی نفس مفید است،مقوی معده می باشد و کمک به هضم غذا میکند و ترشح ادرار را زیاد کرده ومدر و قاعده آور استوخوردن آن برای رفع اثر سموم سرد و گزش جانوران سمی مفید است.

مالیدن آن به موضع در اسـتعمال خارجی برای فلج و در پشت و سیاتیک و سایر بیماریهای سرد نافع است و چون مدر است درمورد

استسقا نیز مفیداست.مقدار خوراک آن در دم کرده یا جوشانده ۲۰-۱۵ گرم ریشه گیاه در هزار گرم آب است که به عنوان مدر و قاعده آور خورده می شود واگر ۱۵ گرم تخم آن را در ۴۰۰گرم آب دم کرده و بعد از هر غذا بخورند بادشکن است.

در استعمال خارج به عناون ضد درد به صورت کمپرس از جوشانده ۵۰ گرم ریشه در هزار گرم آب استفاده می شود.

این گیاه برای اشخاص گرم مزاج مضر است و این قبیل اشخاص می توانند از خیسانده ریشه در سرکه استفاده کنند و یا اینکه پس از خوردن دارو کمی سرکه روی آن بپاشامند.به علاوه برای مثانه مضر است و در این قبیل موارد باید با رازیانه و تخم خیار خورده ود.قدرت دارویی بی ریشه حداکثر تا ۳ سال می ماند.در اروپا این گیاه را به علوفه دامهای شیری اضافه می کنند،عطر خوبی به شیر می دهد.

منبع:www.taamasrar.com

بسباسه (میس)

در مورد خواص بسباسه ،حکمای طب سنتی معتقدند که بسباسه از نظر طبیعت گرم و خشک است و نیروی قابضه دارد.از نظر خواص معتقدند فرح آور است ،مقوی معده و کبد است و منعظ است،اسپرم را زیاد می کند .خصوصا در سرد مزاجان در هضم غذا کمک می کند دهان را خوشبو می نماید و باز کننده گرفتگی ها و انسداد عروق است .رطوبتها را خشک می کند و گازها و نفخ را تحلیل می برد .در مورد تکرر ادرار که در اثر رطوبت و بوردت حاصل می شود و درد معده و خونروی از سینه و زخم روده ها و خشک کردن رطوبتهای سینه و ریه و بند آوردن اسهال کهنه و خوشبویی رحم نافع است. اگر مخلوط آن با عسل در حمام به پشت زن وضع حمل کرده مالیده شود ،برای تسکین درد پشت زن نافع است و شیاف آن در مهبل قبل از نزدیکی برای حامله شدن کمک می نماید. معمولادر حال حاضر جوز بویا اعم از مغزش نات مگ و یا قسمت جدار دومی آن یعنی بسباسه در مغرب زمین به عنوان ادویه و به مقدار محدود در غذا مصرف می شود و در بازار به طور وسیع فروش می رود و برای خوشبو کردن به غذا های گوشتی و شیرینی جات زده می شود.مثلا- برای تهیه یک پودینگ لیمو در حد(۱۰۰گرم) که با سه فنجان شیر و سه عدد گلابی پخته و سایر مواد درست می شود،در حدود نصف قاشق چایخوذری نات مگ کوبیده مصرف می شود.

منبع:www.taamasrar.com

بادیان کوهی

گیاهی است از خانواده چتریان Umbelliferae،نام علمی Prangos pubularia Lindl.آن می باشد.به هندی و پشتو «فطر اسالیون» گفته می شود و «فطر اسالیون» نامی است در کتب طب سنتی ایران برای نوعی از کرفس معروف به «کرفس صخری»،«مخزن»ویا «کرفس جبلی»،«تحفه» گفته می شود.

مشخصات

گیاهی است علفی بلندی آن۱/۵-۱/۲۰متر. برگهای آن بزرگ به طول ۵۰-۳۰ سانتی متر که دارای تقسیمات مکرر است به تقسیمات باریک منتهی می شود.گلهای آن زرد رنگ،میوه آن خمیده کوتاه دارای بالهای کوچک و موجدار که در آن تخمهای آن قرار دارند.

این گیاه در هندوستان، کشمیر،افغانستان و ایران می روید.در ایران در جاهای سایه دار بادقیس دیده می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در میوه گیاه معطر و آلکالوئید و والریک اسید استر یافت می شود. در گیاه تازه در حدود ۲ درصد وجود

دارد که این اسانس شامل ۴۸ درصد میرسن ،۴ درصدآلفاپینن،مقدار کمی کامفن و بورنئول،۵/۱۷ درصد باقی مانده دی هایدروکومینول به شکل آزاد یا به شکل استات ،مقدار کمی آلدئید و ۲۸ درصد باقی مانده مواد رزینی می باشد.

در گزارش دیگری آمده است که از ریشه آن کومارین گرفته می شود که شامل ۱ درصد آوی پرین و ۴/۰ درصد کومالین است.

در جتر گلهای آن ۱۸/۰ درصد اوستول،۲۰/۰ درصد ایزوایمپراتورین،۵۰/۰ درصد ایمپوراتورین،۳۲/۰ درصد برگاپتن و ۱۸/۰ درصد هرکلنین وجود دارد.

خواص و کاربرد

میوه گیاه محرج،بادشکن ،مقوی معده،مدر و قاعده آور است. خروج جنین را تحریک و تسریع می کند.دانه های گیاه مقوی معده و محرک نیروی جنسی است. ریشه آن را برای رفع خارش و به عنوان مدر و قاعده آور مصرف می شود. از نظر طبیعت گرم کننده می باشد.

گونه های متعدد دیگری از این گیاه در مناطق از این گیاه در مناطق مختلف ایران می رویند که چون در لیست گیاهان دارویی جای ندارند از ذکر آنها خود داری می شود.

منبع: www.taamasrar.com

چای جاوه

در ایران چای نمسه و چای آلمانی گفته می شود.برگ درختچه ای است که به فرانسوی the de java و به انگلیسی java tea گفته می شود.این نامها برای برگ و برای درختچه استعمال می شود.گیاهی است از خانواده labiatae،نام علمی آن orthosiphon grandiflorus Boldingh.و مترادف orthosiphon stamineus Benth. آن می باشد.

در مدارک آمریکایی نام گیاه را orthosiphon aristatus (BI.) Miq در دوگونه بالا را مترادفهای آن ذکر می کنند.

مشخصات

درختچه ای است که بلندی آن حدود یک متراست.برگهای آنبزرگ و هردو طرف آن پوشیده از کرک دندانه دار معطر و بوی آن شبیه بوی چای معمولی است.گلهای آن ابتدا سفید . پس از چندی آبی رنگ می شود.

این گیاه در جاهای مرطوب وکنار استخر هامی روید.ب.می مناطق حاره و آمریکا و استرالیا است.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی برگهای آن دارا روغنی فرار و گلوکوزیدی به نام orthosiphonin است.بررسی دیگری نشان می دهد که برگها یک گلو کوزید و ۶۵/۰ درصد اسانس و saponin , phytosterol , Tannin است.در اسانس آن یک ماده متبلورمشخص شده است.در قسمت غیر فرار عصاره برگ موادsito-sterol , linoleic acid , Linoleic acid و یک آلکالوئید یافت می شودوبه علاوه درگیاه املاح پتاسیم وجود دارد.

در گزارش تجزیه شیمیایی دیگری آمده است که درگیاه یک گلوکوزید به نام و در برگهای سرشاخهآن مقدار زیادی پتاسیم ووجود دارد.[G.I.M.P]

خواص و کاربرد

در تایوان از دم کرده برگهای درختچه به عناون مدر استفاده می شود. Van der sleesein می گویدکه تفریبا در تمام مناطق اندونزی و کمتر در فلیپین مانند چای دم می کنند و مصرف می نمایند.

در شبه جزیره ملایا از آن در موارد نزله مثانه استفاده می شود[برکیل].وبرای بیماریهای مختلفی نظیر التهاب کلیه یا نفریتیس و

وجود سنگ در کلیه یا نفزولی تیازیس و تجمع اورین یا ادرار در کلیه به علت انسداد مجاری آن وسنگ مثانه و تصلب شرایین یا ضخیم شدن و سفت شدن شریانها و نقرس و سرانجام روماتیسم بسیار مفید است[اوکابه].برای سنگ کیسه صفرا و بیماری قند نیز مفید است [کلوپن برگ-ورستیغ].مصرف برگهای تازه معمولا تهوع آور است [آتندولی].

علت اینکه آن را چای آلمانی نیز می گویند شاید به این دلیل باشد که سابقا این چای در آلمان بسته بندی شده و به ایران وارد می شده است.ولی در حال حاضر در مواقعی که واردات آن آزاد باشد ،مستقیما از بندی با تاویا به ایران وارد می شود.

منبع:www.taamasrar.com

پونه کوهی

نویسنده:استاد میر حیدر

به فارسی «پونه کوهی» و در کتب طب سنتی با نام «فودنج جبلی»نام برده می شود.

شلیمر این گیاه را با نام «آویشن شیرازی» نام برده است.به فرانسوی originوorigan vulgaire و origan commun وmarjolaine وبه انگلیسیoregano , wild marjoram گفته می شود. گیاهی است از خانواده labiataeو نام علمی آنorigianum vulgare L.. و origanum نامهای علمی مترادف آن origanum loureiroi kostel. می باشد.

توضیح:

به طور کلی در اصطلاح ادویه و در فرهنگ ادویه و در فرهنگ ادویه و گیاهان دارویی ، oregano , marjoramدو گیاه متفاوت هستند که گاهی از نظر اسم یکی را به جای دیگری کفته می شود . مرزنگوش یا sweet marjoramیک ادویه برگی نسبتا ملایمی است ،ولیoregano یک ادویه تیز و تند مخصوص پیتزا می باشد که با نام pizza herbنامیده می شود. از نظر گیاه شناسی طی قرون متمادی ابهامی از نظر نامگذاری این دو گیاه وجود داشته است و طی سالهای و شاید چندین قرن گیاه شناسان هر دو نام را مربوط به یک گیاه به نام علمیoriganum marjoronal یا مرزنگوش می دانستند.در حال حاظر عده ای از گیاه شناسان باز هم هر دو نام یادشده را یعنی oregano , marjoram را مربوط به یک گیاه به نام علمی majorana hortensis moench.می دانند،ولی عده دیگری عقیده دارند که: majorana مربوط به نوع شیرین و گره دار آن یعنی sweet marjoramاست که گیاهی است از خانواده labiatae و بومی مناطق مدیترانه ای و در ایران به نام مرزنگوش معروف می باشد و oregano که به نام organy یاwild marjoram معروف بوده است در حال حاضر دو نوع آن یعنی نوع اروپایی و نوع مکزیکی مورد توجه می باشد.

نوع مکزیکی تند و تیز آن که بومی مناطق گرم نیمکره غربی است ،گیاهی است از خانواده verbenaceae جنس lippiaو نام علمی آنlippia graveolens HBK می باشد.نوع مکزیکی تند ،گیاهی معطر و بوته ای می شود. این گیاه ادویه در بازار بین المللی به نام Mexican oregano معروف است.

نوع ملایم اروپایی یا oreganoگیاهی است از خانواده labiataeو نام علمی oreganum vulgare L. آن میباشد و همان گیاهی است که در این بخش با نام فودنج جبلی یا پونه کوهی مطرح شده ودر ایران می روید.

قسمتی از این گیاه که در جزیره کرت در دامنه های کوه دیکت می روید به نام علمیoriganum dictamus L. که آن را origanum cretium L.نیز می گویند می باشد که مشخصات ، عینا مانند مشخصات O.vuglre است.

مشخصات

فودنج جبلی یا پونه کوهی گیاهی است چند ساله با شاخه و ساقه های سخت پوشیده از کرک به رنگ سبز مایل به قرمز به ارتفاع

در حدود ۷۰ سانتی متر و لی به هر حال ارتفاع آن بیشتر از مرزنگوش است. برگهای آن پوشیده از کرک و به رنگ سبز تیره وپهنتر و بزگتر از مرز نگوش است .شکل برگها بیضی نوک تیز و بدون دمبرگ است. گلهای آن ارغوانی کگه در اوایل تا اواسط تابستان درانتهای شاخه های گل دهنده به طور مجتمع و گروهی ظاهر می شود. فودنج جبلی در مقابل سرما مقاومتر و متحملتراز مرزنگوش می باشد.

تکثیر پونه کوهی از طریق کاشت بذر آن در بهار و یا از طریق قلمه آن انجام می گیرد. اولین برداشت برگها و سرشاخه های جوان سبز پونه کوهی در آغاز ظهور گلها یعنی اواخر بهار شروع می شود و گیاه از ۸-۷ سانتی متری زمین قطع می شود.پایه باقی مانده گیاه به رشد خود ادامه می دهد به طوری که ممکن است یک برداشت دیگر نیز در یک سال انجام شود. مزرعه پونه کوهی ممکن است ۵-۴ سال با محصول کافی مورد بهره برداری قرار گیرد ،ولی پس از آن باید مزرعه تجدید شود. پس از برداشت ،برگهای باید با دقت تمیز شده و پهن و خشک شود.پونه کوهی دارای پویی معطر است و در سواحل دریاها و دامنه کوهها و جنگلهای مناطق مختلف اروپا وآسیا و ایران می روید و پرورش داده می شود.

در ایران در مناطق شمال ایران لاهیجان ،زالش و آستارا به طور خودرو دیده می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی وجود اسانس روغنی فرار به مقدار ۰/۵۲۵-۰/۴۵ درصد در فودنج جبلی تایید شده است . بررسی های دیگری نشان می دهد که اسانس روغنی موجود در فودنج جبلی در حدود ۵۰ درصد شامل تیمول است به علاوه ترکیب اسانس روغنی فرار آن دارای دی ال- پینن دی پنتن ،لینالول ،مقداری بی سیکلیک سسکی ترپن و تری سیکلیک سسکی ترپن می باشد.

خواص – کاربرد

طبیعت آن طبق نظر حکمای طب سنتی گرم و خشک است. جوشانده گرم آن قاعده آور است و در مواقعی که جریان حیض در اثر سرما بطئی و ناچیز شده باشد ،برای طبیعی ساختن و ازدیاد آن بسیار موثر است اسانس آن معطر محرک و مقوی و برای قطع اسهال و تسکین درد های حاد و پشت سر هم شکم نافع است دم کرده آن برای زکام ،یرقان، سرفه،درد گلو و استسقا اثر مفید دارد زیرا مدر است.

در آمریکا در حال حاضر از اسانس پونه کوهی برای معطر کردن سوسیس و انواع غذاها در سطح وسیعی استفاده می شود و ضمنا از این اسانس زرد مایل به سبز معطر و مطبوع برای معطر کردن انواعی از صابونها و بعضی لیکورها استفاده می گردد و از برگهای خشک آن به عناون ادویه در انواع غذاهای گوشتی و سوپ ها مصرف می گردد مقدار خوراک پونه کوهی به صورت دم کرده ۲۰-۱۰ گرم سرشاخه گل دار گیاه برای تهیه ۴-۳ فنجان دم کرده کافی است نوع دیگر آن این است که در حدود ۵۰ گرم از پونه کوهی در ۱۰۰۰ گرم یرکه انگور قرمز مدت یک هفته خیس می کنند و پس از آن بعد از هر غذا یک لیون کوجک از آن را می خورند از اسانس پونه کوهی به صورت پماد برای ضد عفونی کردن زخم ها استفاده می شود بعلاوه برای تسکین روماتیسم و دندان درد و گوش درد نیز استعمال موضعی آن مصرف دارد در چین جوشانده گیاه را که با گیاه بار هنگ پخته شده باشد برای معالجه آفتاب زدگی می خورند[هو]. در هند و چین از گیاه به عناون تنیک و مهیج [فوکود و دلانسان]،و برای معالجه سل و ناراحتی های کبد ضعف مفرط و عقیم بودن مصرف می شود.[دراگن درف].

منبع:www.taamasrar.com

ترب وحشی

نویسنده:میر حیدر

به فارسی «ریشه خردل»،«ترب وحشی»،«ترب کوهی» و در کتب طب سنتی با نام ۳ترب دشتی»و«فجل بری»نام برده شده است،به فرانسوی rave sauvage , raifort در اصطلاح های محلی فرانسوی و moutarde des capucins به انگلیسی Horse radish نامیده می شود.گیاهی از خانواده cruciferae نام علمی آن cochlearia armoracia و مترادف آن Armoracia lappatifolia Gibb.وسط گیاه شناسان مختلف نامگذاری شده است.

مشخصات

ترب کوهی گیاهی است چند ساله دارای ریشه بسیار بلند حجیم که گوشت مغز آن سفید و الیافی است آنرا رنده کرده و به عناون ادویه تند مانند خردل در آشپزخانه بکار می برند . برگهای آن دراز ، براق بیضی باریک ،دو سر آن نوک تیز و کناره آن دنده دار . ساقه آن قایم مجوف و شیار دار است ارتفاع آن ۰/۷۵-۰/۶۰ متر ،گلهای ان سفید به طور گروهی خوشه ای در انتهای شاخه گل دهنده هستند میوه آن خورجین و اغلب عقیم بسیار کوجک است .تکثیر این گیاه از طریق کاشت قطعه ای از ریشه آن است برای این کار قسمت هایی از ریشه به طول ۱۰ سانتی متر یعنی قطعاتی به طول ۱۰ سانتی متر از عضو زیر زمینی قطور گیاه را بریده روی خطوطی به فاصله ۷۰ سانتی متر که فاطله بوته ها روی خطوط ۲۵-سانتی متر باشد،می کارند.برداشت ریشه درقسمت زیر زمینی گیاه به منظور استفاده دارویی از سال سوم که ریشه به حجم یک مشت دست رسیده باشد انجام می گیرد و از طریق کاشت ریشکهای گیاه نیز خاک پوک و تازه ،تکثیر آن انجام می شود.

ترب وحشی یا ترب کوهی در کوهستانهای مرطوب ،گودالها،کنار جریانهای آب ،دامنه های رو به شمال کوهشتانهای اروپا و اسیا و در هندوستان می روید. از وجود این گیاه در ایران تا به حال گزارشی نشده است . ولی پرورش آن امکان دارد.

ریشه ترب وحشی ترد و شکننده به طول تا ۱ متر هم ممکن است برسد که ان را بشکنند بوی گزنده بسیار تندی از آن متصاعد می شود که بینی و چشم را تحریک می کند و معمولاً در مصارف طبی از ریشه تازه آن استفاده می شود. چون ریشه ترب وحشی حداکثر رویش را در فصل پاییز دارد و به علاوه حداکثر تندی ان نیز با بر خورد با سرما ایجاد می شود، لذا برداشت ریشه از نظر ادویه باید در اواخر پاییز انجام گیرد.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در ریشه گیاه یک اسانس روغنی فرار بابوی تند و تیز و خراش دهنده وجود دارد.تندی و گزندگی آن در اثر وجود گلیکوزید سینیگرین و آنزیم مایروزین در آن است له شده گیاه در اثر داشتن ماده ایزو تیو سیانات تاثیر یاز دارنده روی رشد میکرو ارگانیسمها دارد .ریشه گیاه منبع غنی ویتامینC است.

در گزارش دیگری آمده است که گیاه خاصیت بازدارنده رشد روی جرمهای گرام منفی گروه حصبه و شبه حصبه روده را دارد.

در هریک صد گرم ریشه ترب وحشی خام مواد زیر وجود دارد:

آب ۷۴ گرمۀپروتئین ۲/۳ گرم،انرژی ۸۷ کالری،مواد چرب ۰/۳ گرم، هیدراتهای کربن ۱۹ گرم،کلسیم ۱۴ میلی گرم ،فسفر ۶۴ میلی گرم،آهن ۱/۴ میلی گرم ،سدیم ۸ میلی گرم ،پتاسیم ۵۶۴ میلی گرم ،تیامین ۰/۰۷ میلی گرم ،و ویتامین C۸۱ میلی گرم.

خواص و کار برد:

ترب وحشی طبق نظر حکمای طب سنتی گرم و خشک است برگها و ساقه های جوان گیاه به طور کلی محرک ،معرق ومدر می باشد و به هاضمه مکم می کند و در استعمال خارجی به عناون داروی موثر در لومباگو استعمال می شود. ریشه گیاه در موارد ناراحتی های حاصل از کمبود ویتامینC مصرف می شود و از دم کرده ۳۰-۱۵ گرم در هزار گرم آب آن و یا خیس کرده ۳۰-۱۵ گرم رنده شده آن در هزار گرم سرکه رقیق به عنوان مدر و معالج استسقا ،ورم کلیه ،سنگ کلیه ،روماتیسم مزمن،نقرس،آب آوردن ریه ها ،آسم مرطوب ،ضعف ،زردی و یرقان استفاده می شود.

ریشه رنده شده گیاه شبیه خردل اثر قرمز کننده دارد و ضماد ریشه له شده آن روی پوست پس از چند دقیقه پوست را گرم و قرمز می کند و پس از ۳۰-۲۰ دقیقه ،سوزش و سوختگی و تاول در پوست ایجاد می کند ،بنابراین از ضماد ریشه آن برای درد های عصبی ،سیاتیک ،گرفتن عضلات ،دردهای روماتیسمی ،فلج های موضعی و لومباگو استفاده می شود.

اگر رنده شده ریشه آن را روی پارچه نازک تمیزی پهن کرده روی آن شکر بریزند مایع شیرینی مخلوط با عصاره ریشه پارچه خارج می شود که ان را شربت ریشه ترب وحشی گویند و اگر روزی ۲-۱ قاشق سوپ خوری از این شربت خورده شود برای کمی ویتامینC مجرب و نافع است.

روغن ترب وحشی بسیار گرم است و در اکثر امراض جانشین روغن زیتون کهنه و روغن بلسان است و محلل بسیار قوی است ،خوردن آن برای فلج ،لقوه،رفع ناراحتی سم گزش وعقرب و سایر گزندگان نافع است و قطره آن در گوش برای تحلیل بادهای گوش و رفع درد آن مفید است ومالیدن آن به عضو نیز برای فلج ،لقوه و سستی اعضا نافع است.

برای تهیه روغن ترب وحشی به این ترتیب عمل می شود که برگ ترب وحشی را در آغاز تخم بستن و تبدیل گل به تخم چیده وآب آن برگ را باآب تخم ترب گرفته و با دو برابر وزنش روغن زیتون یا روغن کنجد تازه با آتش ملایم بپزند تا اب آن برود و روغن بماند ،البته باید دقت کرد که نسوزد.

در حال حاضر مهمترین مصرف ریشه ترب وحشی در اروپا وآمریکا ،مصرف آن به عنوان ادویه تند است و مرسوم که از ریشه تازه رنده کرده آن با غذاهای گوشتی نظیر گوشت قرمز ،ماهی و زبان مصرف می نمایند و یا از ترشی سرکه آن استفاده می شود و مخلوط با خردل بوی مطبوع خاصی به خردل می دهد. درفرانسه معمول است ریشه ترب وحشی را گرفته رنده کرده با کمی سرکه مخلوط می کنند و شیر جوشیده روی آن می ریزند. همین که شیر منعقد شد آب جدا شده از قسمت منعقد شده شیر را جدا می کنند و روزی ۲-۱ لیوان از آن می خورند که مدر است و برای تسکین درد روماتیسم بسیار نافع می باشد.

در انگلیس مرسوم است که از شربت ترب وحشی به عنوان داروی سینه و برای معالجه خشونت صدا و قطع سرفه های بعد از آنفلوانزا تجویز می شود.

منبع:www.taamasrar.com

سنبل ختایی

در کتب طب سنتی با نامهای «سنبل ختایی» و «حشیشه الملائک» آمده است.به فرانسوی Angelique و به انگلیسی Angelica گفته می شود. گیاهی است از خانواده Umbelliferae نام علمی آن Angelica archangelica L. و مترادف آن Archangelica officinalis Hoffm می باشد.

مشخصات:

آنژلیک گیاهی است علفی دو ساله بلند ،ارتفاع آن متجاوز از یک متر است.معطر با برگهای بزرگ دارای بریدگی و تقسیم بندی شده ،هر یک از تفسیمات برگ نوک تیز دندانه دار می باشد. ساقه آن شیار دار استوانه ای به رنگ سبز مایل به قرمز . گلهای آن سفید به صورت چتر در انتهای شاخه گل دهنده ظاهر می شود.از برگ و ساقه و ریشه آن در طب استفاده می شود.

این گیاه در مناطق شمالی اروپا ،شبه جزیره اسکاندیناوی و کوهستانهای مرکزی اروپا تاروسیه میانه انتشار دارد. در هندوستان در کشمیر می روید.در شمال اروپا به عنوان گیاه سبزی خوراکی مورد استفاده و توجه است و کاشته می شود و ریشه های آن را به صورت خام یا پخته می خورند .در سایر مناطق اروپا علاوه بر خوراکی بودن از خاصیت خوشبو بودن آن نیز در قنادی استفاده می شود و از میوه آن برای تهیه یک نوع نوشابه به نام Ratafia d,Angelique استفاده می شود.به علاوه خواص طبی آن در سطح

وسیعی مورد توجه است و کاربرددارد.

تکثیر آنژلیک از طریق کشت بذر آن صورت می گیردبه این ترتیب که بذر آن را در بهار در هوای آزاد و یا در پاییز در پناه شاسی می کارنـد و پس از آن نهال های جوان را به مزرعه منتقل کرده و می کارنـد.معمولا چنـد ماه پس از کاشت نهالها آماده انتقال می شوند بنابراین کشت بهاره در پاییز به مزرعه منتقل می شود و کشت پاییزه در بهار منتقل می گردد.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی و مواد عامله ،ریشه و قسمت زیر زمینی خشک آنژلیک در حدود ۳۵/۰درصد اسانس روغنی فرار دارد و در میوه آن (۳/۱–۲/۱)درصـد اسـانس یافت می شود. مواد عمـده موجود در اسانس آنژلیک عبارتنـد از بتا فلانـدرن و به علاوه در اسانس ریشه آنژلیک که در هوا خشک شـده باشد مواد د–الفا–فلاندرن،آلفا–پینن و هایدروکسی پنتادکانوئیک اسید و آلفا–متیل بوتیریک اسید یافت می شود.

در ریشه هـا و ثمر آنژلیـک چنـد فروکامارین نظیر آنژلیسین،برگاپتن،کزانتوتوکسین و...وجود دارد و به علاوه اومبلی پرنین و چند فنل نیز در آن مشخص شده است (G.I.M.P).

بررسی های شیمایی جدیـدتری نشان می دهـد که کیفیت اسانس آنژلیک با شـرایط اقلیمی محل رویش طبیعی آن ارتباط داردهر چقدر ارتفاع از سطح دریای محل رویش طبیعی آن بیشتر باشد ،عطر بیشتر و با کیفیت بهتری می دهد.

از گیـاه آنژلیـک ۹ نـوع مـاده کومـارین جداشـده است از جمله یـک کومـارین جدیـد بـه نـام آرکی سین در آن مشخص شـده است.(S.G.I.M.P).

خواص و کاربرد

آنژلیـک معمولاـ در سـال اول گـل می دهـد ولی چون ریشه آن رشـد کافی نکرده برداشت ریشه در سال دوم انجام می گیرد و در آغاز سال دوم ساقه های فرعی سال اول را قطع می کنند و فقط ساقه اصـلی باقی می ماند که رشد کافش بنماید و از ساقه های قطع شـده و برگهایی که در خلال سال اول قطع شده نیز پس از خشک کردن اسـتفاده می شود. میوه گیاه وقتی کاملا رسـید که معمولا در اوخر تابستان است ،آماده برداشت می شود.

از نظرخــواص ریشــه آنژلیــک و میــوه آن محرک و نرم کننـــده ســینه و معرق اســت و ریشــه آن بخصــوص مقــوی ،ضـــد تشنج،بادشکن،خلط آور،قاعده آور و معرق می باشد.

در فرانسه در مراجع طب سـنتی آن دیـار مرسوم بوده است که از دم کرده ریشه آنژلیک به نسـبت۱۰–۲ گرم ریشه خشـک در یک لیتر آب جوش و یا از تنطور الکلی ریشه آنژلیک۱۰–۲گرم به عنوان نیرو دهنده و. هاضم استفاده می کنند و از دم کرده میوه آن نیز به عنوان مفرح و نیرو دهنده خیلی استقبال می شود.

گونهAngelica sylvestris L. را نیز در بعضی اسناد به نام سنیل ختایی می نامند. گیاهی است پایا به بلندی تا ۱۵۰سانتی متر و معطر این گیاه در اروپا و از جنوب غربی چین تا نپال در آسیا می روید.

قسـمت نرم ریشه این گیاه به عنوان دارو مصـرف می شود ،جوشانـده ان برای رفع بی حسـی اعصاب ،رفع گرفتگی در اعضای بـدن ،روماتیسم و [چیو] ،سردرد،سرگیجه ناشی از سرماخوردگی و تورم در پاها به کار می رود.

منبع:www.taamasrar.com

چای شبت(کاهش دهنده چربی خون)

این چای شامل برگ و دانه گیاه شوید(شبت)است که در اکثر منابع معتبر علمی دنیا خواص آن به تأیید رسیده است.

این گیاه دارای خواص متعددی از جمله کاهش چربی خون(تری گلیسرید وکلسترول)،درد معده، بادشکن و افزاینده ترشح شیر مادران بوده و در درمان قولنج معده نوزادان نیز به کار می رود.

عوارض جانبی:عوارض جانبی خاصی برای این گیاه گزارش نشده است،با این حال مصرف بیش از حد آن توصیه نمی شود.

نحوه و میزان مصرف:نصف قاشق چایخوری از پودر دانه خشک این گیاه را در یک فنجان آبجوش به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه دم کرده و روزانه در دو وعده میل کنید.

منبع:ساناز سانیا،شماره ۱۵ /س

چای ترخون(ضد نفخ و اشتهاء آور)

این چای شامل برگ و سرشاخه های گلدار گیاه ترخون است که در اکثر منابع معتبر علمی دنیا ،خواص آن به تأیید رسیده است.

این گیاه دارای خواص متعددی از جمله مقوی معده، بادشکن و اشتهاءآور بوده و در درمان قاعدگی های دردناک نیز از آن استفاده می شود.

عوارض جانبی:عوارض جانبی خاص برای این گیاه ذکر نشده است با این حال مصرف بیش از حد آن توصیه نمی شود.

نحوه و میزان مصرف :یک قاشق چایخوری از پودر خشک شده گیاه را در یک فنجان آبجوش به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه دم کرده و روزانه دو تا سه وعده میل کنید.

منبع:ساناز سانیا،شماره ۱۵ /س

گوجه فرنگی منبع سرشار ویتامین سی

گوجه فرنگی به علت دارا بودن ویتامین های کا، سی، بی، آ و مواد معدنی نظیر کلسیم، فسفر و آهن در تامین انرژی و تقویت بدن نقش موثری ایفاء می کند.

به گزارش (ایسنا) منطقه مرکزی، گوجه فرنگی یکی از مهم ترین منابع ویتامین است. لذا در تقویت بینایی، تقویت و سلامتی پوست و مخاط ها (دهان و بینی)، رشد و نمو استخوان ها است. گوجه فرنگی سرشار از ویتامین های بی یک و دو است از این رو در تسکین دردهای عصبی، رفع بی اشتهایی و درمان یبوست، نقصان ترشح شیر مادر و تورم دهان تجویز می شود. گوجه فرنگی، بدن را در برابر امراض و بیماری های عفونی حفظ می کند و مصرف آن نیرو و نشاط می بخشد. پوست و دانه های آن نیز به هضم غذا کمک کرده و روده ها را پاک می کند. آب گوجه فرنگی مدر و مفید است. برای تمیز کردن خون باید از آب گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و به مقدار سه فنجان در روز، قبل از غذا و به مدت سه هفته استفاده کرد.

گوجه فرنگی هضم مواد نشاسته ای را آسان می کند. به همین جهت از آن سس درست و با حبوبات پخته مصرف می کنند.

مصرف گوجه فرنگی برای اشخاصی که مبتلا به سنگ کلیه و مثانه و کبد هستند، تجویز می شود. گوجه فرنگی بعد از لیموترش، بیش از سایر میوه ها ویتامین سی و مقدار زیادی فسفر، آهن، سیلیس و کلسیم دارد.

گوجه فرنگی تأمین کننده انرژی بدن

منبع:روزنامه کیهان

گوجه فرنگی به علت دارا بودن ویتامین هایA.B.C.K و مواد معدنی مانند کلسیم، فسفر و آهن در تأمین انرژی و تقویت بدن نقش موثری ایفا می کند.

گوجه فرنگی یکی از مهمترین منابع ویتامین A می باشد، لذا در تقویت بینایی، تقویت و سلامتی پوست و مخاط ها (دهان و بینی) رشد و نمو استخوان ها ضروری است.گوجه فرنگی سرشار از ویتامین های B۱ و B۲ می باشد؛ از این رو درتسکین دردهای عصبی، رفع بی اشتهایی و درمان یبوست، نقصان ترشح شیرمادر و تورم دهان تجویز می شود.این میوه بدن را در برابر امراض و بیماری های عفونی حفظ کرده و مصرف آن نیرو و نشاط می بخشد. پوست و دانه های آن نیز به هضم غذا کمک کرده و روده ها را پاک می کند.

آب گوجه فرنگی ادارآور و مفید است. برای تمیز کردن خون باید از آب گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و به مقدار ۳ فنجان در روز، قبل از غذا و به مدت ۳ هفته استفاده کرد.گوجه فرنگی هضم مواد نشاسته ای را آسان می کند. به همین جهت از آن سس درست شده، و با حبوبات پخته مصرف می کنند.مصرف آن برای اشخاصی که مبتلا به سنگ کلیه و مثانه و کبد هستند، تجویز می شود.گوجه فرنگی بعداز لیموترش، بیش از سایر میوه ها ویتامین C و مقدار زیادی فسفر، آهن، سیلیس و کلسیم دارد.

بررسی ترکیبات و مواد موجود درگوجه فرنگی نشان می دهد که درمیوه گوجه فرنگی رسیده، گلوکز، فروکتوز، ساکاروز و تقریبا تمام آمینواسیدهای اصلی به استثنای ترپتوفان وجود دارد.اسید آلی اصلی و عمده موجود در گوجه فرنگی، اسید سیتریک است. اسیدیته میوه به تدریج از مرحله سبزی به طرف قرمز شدن افزایش و حداکثر آن، موقعی است که قرمزشدن و رنگ عوض کردن آن آغاز می شود و پس از آن رو به کاهش می گذارد. ماده رنگی اصلی و عمده گوجه فرنگی کاروتنوئید، بتاکاروتن و لیکوپن می باشد. حداکثر مقدار کاروتنوئیدها در حالتی است که گوجه فرنگی در زیر تابش مستقیم نور رشد می کند.ماده ای سمی به نام سولانین در گوجه فرنگی سبز و نارس وجود دارد که خوردن آن موجب مسمومیت شده و دل پیچه، اسهال وبازشدن مردمک چشم را ایجاد می کند. به علاوه خوردن برگ آن که به عنوان دارو در مواردی تجویز می شود، باید درحد اعتدال و به مقدار مجاز و محدود، درحدی که پزشک تعیین کرده مصرف شود، زیرا برگ آن هم سمی است.

در هند و چین از میوه گوجه فرنگی به عنوان ملین استفاده می شود و برای تقویت مسلولین (میتلایان به بیماری سل)، تب های حصبه ای، رفع ورم ملتحمه چشم، آماس گوش (اوتیت) و دفع سنگ کلیه تجویز می شود.مصرف گوجه فرنگی برای مبتلایان به درد مفاصل تجویز شده و برای مبتلایان به نقرس و روماتیسم مفید است.گوجه فرنگی، خنک و اشتهاآور است و آب آن برای رشد و نمو بهتر اطفال موثر است.اگر درمحل مورچه ها چند عدد برگ گوجه فرنگی بگذارید، بوی این گیاه مورچه ها را فراری می دهد.

برای تمیزکردن لکه های جوهر بر روی لباس، یک تکه پنبه را در آب گوجه فرنگی فروبرده و روی لکه جوهر بمالید. سپس آن را بشویید.

نسخه پیچی گیاهی

داروهای مسهل – یبوست – سفتی مدفوع – دیر کارکردن شک

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱

دارو : ریشه و ریزم ریوند چینی (Rheum officinale)

مقدر مصرف : ۱ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده است در یک فنجان آب جوش ریخته مدت یک ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو در زنان حامله و در افرادیکه سنگ در مثانه یا دستگاه ادراری دارند نباید مصرف شود .

نسخه شماره ۲

دارو : شیرابه خشک شده برگهای صبر زرد (چداروا) (Aleo species)

مقدر مصرف : ۶۰ تا ۲۰۰ میلی گرم بعنوان مسهل ملایم ، ۳۰۰ تا ۱۰۰۰ میلی گرم بعنوان مسهل .

طرز تهیه : با کمی شربت قند میل کنید .

توجه : این دارو در دوران حاملگی ، زمان قاعدگی و در هنگام وجود ناراحتی گوارشی مصرف نگردد .

نسخه شماره ۳

دارو : برگ سنا (Cassia angustifolia)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم بعنوان ملین

۱ تا ۳ گرم بعنوان مسهل ملایم

۴ تا ۸ گرم بعنوان مسهل قوی

طرز تهیه : مقادیر مورد نظر از برگ سنا را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آبجوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

توجه : مدت ۶ تا ۸ ساعت بعد از مصرف دارو تخلیه روده شروع می شود .

نسخه شماره۴

دارو : اسفرزه (Plantago psylium)

مقدر مصرف : برای بزرگسالان مقدر ۱۰ گرم یا یک قاشق غذا وری پر با کمی آب ولرم یا شیر گرم روزی سه بار مصرف گردد .

اطفال : مقدر یک رگم روزی سه بار با کمی آب گرم یا شیر گرم میل کنید .

نسخه شماره ۵

دارو : پوست سیا توسه (Rhamnus frangula)

مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم از پودر گیاه

طرز تهیه و مصرف : بصورت کپسول تهیه و میل کنید .

توجه : مقدر ۲ تا ۶ گرم این دارو را در یک لیوان آب بصورت جوشانده نیز می توان تهیه و مصرف نمود .

نسخه شماره ۶

دارو : مغز میوه فلوس (Cassia fistula)

مقدر مصرف : بزرگسالان به مقدر ۴ تا ۸ گرم بعنوان ملین و به مقدر ۳۰ تا ۶۰ رگم بعنوان مسهل ، اطفال به مقدر ۳ گرم بر حسب هر یک از سنین عمر بعنوان مسهل .

طرز تهیه و مصرف : مقادیر ذکر شده از پودر گیاه فوق را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

داروهای ملین

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت یبوستهای اسپاسمی (عصبی)

عصاره سیا توسه ۱۹/۷ میلی لیتر

عصاره بلادن ۰/۳ میلی لیتر

مقدر مصرف :

صبح وشب قبل از خواب ۳۰ قطره از داروی فوق در یک استکان آب قند حل و میل شود .

نسخه شماره ۲- داروی ملین (جهت برطرف کردن یبوست همراه با درد)

بابونه ۲۰ گرم

بومادران ۲۰ گرم

بردنجبوبه ۱۰ گرم

نعناع ۵ گرم

سنا ۵ گرم

سیا توسه ۵ گرم

طز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاً کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ملین

ریشه شیرین بیان ۳۰ گرم

ترنجبین ۶۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

بنفشه و ریشه شیرین بیان پودر شده را در یک فنجان آبجوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آن را صاف کرده و ترنجبین را با آن اضافه می کنند تا حل شود ، در خاتمه مخلوط را در یک نوبت میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ملین

زردآلو پانزده عدد

آلو پانزده عدد

گل نیلوفر سه عدد

گل بنفشه ۱۵ گرم

عدس پوست کنده ۱۰ گرم

گشنیز خشک ۱۰ گرم

تخم کاسنی نیم کوبیده ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را به مدت یک روز در آب خیسانده و بعد صاف می کنند . مخلوط صاف شده در یک نوبت جهت رفع یبوست و حرارت و غلبه گرمی در مناطق گرم توصیه کرده اند .

توجه : برای اینکه خیسانده تهیه شده خاصیت ملینی داشته باشد به آن ۵۰ گرم ترنجبین اضافه می کنند

===نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱

دارو : گز علفی (Quercus infectoria)

مقدر مصرف : ۲۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف : در کمی آب حل نموده و میل کنید .

نسخه شماره ۲

دارو : گز خونساری (گزانگبین) (Astragalus adscendens)

مقدر مصرف : ۲۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف : در کمی آب حل نموده و میل کنید .

نسخه شماره ۳

دارو : ترنجبین (Alhagi camelorum)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۷۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف : با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۴

دارو : شیر خشت (Cotoneaster numularia)

مقدر مصرف : تا ۱۰۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف : با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۵

دارو : شکر سرخ (Saccharum offcinarum)

مقدر مصرف : تا ۱۰۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف : با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۶

دارو : شکر تیغال (Echinops cephalotes)

مقدر مصرف : تا ۱۵ گرم

طرز مصرف : بصورت دم کرده

نسخه شماره ۷

دارو : بید خشت (Salix excelsa)

مقدر مصرف : ۲۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز مصرف : با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۸

دارو : دانه خاکشی (Sisymbrium sophia)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز مصرف : با کمی آب سرد میل کنید .

نسخه شماره ۹

دارو : میوه انجیر (Ficus carica)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۱۵ گرم

طرز مصرف : بصورت خیسانده در آب گرم یا در شیر میل کنید .

نسخه شماره ۱۰ (ملین قوی)

دارو : روغن کرچک (Ricinus communis oil)

مقدر مصرف : یک قاشق مربا خوری تا یک قاشق غذا خوری بر حسب سن و وضع بدنی بیمار .

توجه : این دارو بهترین و مناسبترین و مطمئن ترین ملینهاست و برای کودکان هم مناسب است .

نسخه شماره ۱۱

دارو : روغن بادام (Prunus amygdalus oil)

مقدر مصرف : ۱۵ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۲

دارو : روغن نارگیل (Cocos nucifera oil)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۴۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۳

دارو : روغن پنبه دانه (Gossypium hearbaceum oil)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۳۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۴

دارو : روغن کنجد (Sesamum indicum oil)

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۵

دارو : روغن ذرت (Zea mays or corn oil)

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۶۰ گرم (بر حسب سن بیمار)

نسخه شماره ۱۶

دارو : روغن مغز گردو (Juglans regia oil)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۱۵ گرم (بر حسب سن بیمار)

ضد قولنج وداروهای باد شکن و ضد نفخ

– داروهای ضد گاستریت و نفخ و ورم معده و زخم معده و مشکلات و بیماریهای معده و گوارش

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱– داروی باد شکن (ضد نفخ)

دانه زیره یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

دانه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوشریخته و باقی بگذارید ۲۰ دقیقه دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان قبل از غذا میل می کنند .

نسخه شماره ۲- داروی بادشکن قوی

گل بابونه یک قسمت

برگ بادرنجبویه یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

میوه انیسون یک قسمت

میوه زیره یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید ۲۰ دقیقه دک بکشد . سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد درد و ضد نفخ

نعناع ۲۵۰ گرم

گل بابونه ۲۵۰ گرم

رازیانه ۱۰۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰۰ گرم

ریشه ختمی ۲۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر دو قاشق ذا خوریاز مخلوط فوق را که قبلا خرد و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید ۳۰ دقیقه دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر دفعه یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد قولنج (کولیک)

گل بابونه یک قسمت

برگ بادرنجبویه یک قسمت

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری ا مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۲۰ دققیه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد تشنج و دل درد معده

نعناع ۱۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

بومادران ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آرنا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد گاستریت و ضد نفخ

اسطو خودوس یک قسمت

دانه زیره ده قسمت

دانه رازیانه ده قسمت

دانه انیسون ده قسمت

گل بابونه ده قسمت

گیاه بومادران بیست قسمت

برگ نعناع سیزده قسمت

ریشه سنبل الطیب پنج قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دو بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد نفخ

دانه زیره یک قسمت

گل بابونه سه قسمت

برگ نعناع سه قسمت

ریشه سنبل الطیب سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد ، در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه بال خود باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی ضد نفخ

زیره ۱۰ گرم

رازیانه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید

نسخه شماره ۹- داروی ضد نفخ و ضد دل درد

نعناع ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

برگ توت فرنگی ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان ، نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو جهت درمان پیچش شکم همراه با درد

نعناع ۲۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیدهو نرم شده باشد در یک لیوا ن آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دققیه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- دارو جهت رفع اختلالات هاضمه

برگ انیسون یک قسمت

برگ ریحان یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

برگ مرزه ده قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا وبیده و نرم شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده مدت یک هفته هر شب میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد دل درد دارو : میوه یا تمام گیاه رازیانه (Foeniculum vulgare)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۲ تا ۴ گرم ، اطفال بر حسب سن ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی بادشکن و ضد دل درد دارو : میوه زیره (Carum carvi)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۴ تا ۱۲ گرم - اطفال ۲ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد قولنج و بادشکن دارو : گل بابونه اصلی (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف : ۲ تا ۸ گرم (بر حسب سن بیمار)

طرز تهیه : مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد قولنج و بادشکن دارو : تمام گیاه مرزنجوش (Origanum majorana)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقادیر فوق از داروی نیم کوب شده را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد قولنج و بادشکن دارو : برگ گیاه بادرنجبویه (Melissa officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقادیر فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی بادشکن دارو : تمام گیاه آویشن شیرازی (Thymus serpyllum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی بادشکن دارو : تمام گیاه پودنه (Mentha pulegium)

مقدر مصرف : ۱ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت یک ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر باریک فنجان میل کنید .

توجه : مصرف این دارو در زنان حامله توصیه نمی شود .

نسخه شماره ۸- داروی بادشکن دارو : اسطو خودوس (Lavandula officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر باریک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی ضد تشنج و بادشکن دارو : برگ نعناع (Mentha piperita)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر باریک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی بادشکن دارو : تخم گیاه گشنیز (Coriandrum sativum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقادیر گیاه فوق را که قبلا کوبیده شده است را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر باریک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی ضد اسپاسم دارو : سیر (Allium sativum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم (پودر خشک شده یا ۳-۴ دانه پیاز آن)

طرز مصرف : همراه با غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- داروی ضد اسپاسم دارو : برگ بذر البنج (ژوسکیام) (Hyoscyamus niger)

مقدر مصرف : ۱۳۰ تا ۳۲۰ میلی گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ربخته مدتنیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو به علت شدید الاثر بودن باید توسط پزشک نجویز گردد .

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد اسپاسم دارو : شیرابه خشک شدن انقوزه (Ferula assa-foetida)

مقدر مصرف : ۰/۳ تا ۱ گرم

طرز تهیه : در کمی آب ولرم حل و میل کنید

نسخه شماره ۱۴- داروی ضد تشنج اسپاسم دارو : ریشه یا برگ گیاه شاهبیزک (Atropa belladonna)

مقدر مصرف : ۳۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : مقدر داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر دفعه یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجویز گردد .

نسخه شماره ۱۵- داروی بادشکن دارو : تمام گیاه گلدار آویشن شیرازی (Thymus serpyllum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر یک دفعه فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۶- داروی بادشکن دارو : دانه گیاه سیاه دانه (Nigella sativa)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر یک دفعه فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۷- داروی بادشکن دارو : میوه کبابه (Piper cubeba)

مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و گرم گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۸- داروی ضد درد معده و بادشکن دارو : میوه بادیان (Pimpinella anisum)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۹- داروی بادشکن دارو : تمام گیاه شوید (Anethum graveolnce)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا

صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد درد معده و بادشکن دارو : تمام گیاه مرزه (Satureia hortensis)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که نیم کوب کرده در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۱- داروی مقوی معده دارو : ریشه و ریزم جنطیانا (ژانسین) (Gentiana luteas)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه : افرادی که به سرعت مبتلا به سردرد یا حالت عصبی می شوند نباید این دارو را مصرف نمایند .

نسخه شماره ۲۲- داروی مقوی معده دارو : میوه (دانه) انیسون (Pimpinella anisum)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۴- داروی مقوی معده و برطرف کننده ورم معده دارو : برگ نعناع (Mentha piperita)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۳- داروی مقوی معده دارو : میوه (دانه) را زیانه (Foeniculum vulgare)

مقدرا مصرف : بزرگسالان ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۴- داروی مقوی معده و برطرف کننده ورم معده دارو : برگ نعناع (Mentha piperita)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۵- داروی مقوی بادشکن و برطرف کننده قولنج معده

دارو : تخم شوید (شبت) (Anethum graveolence)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۶- داروجهت درمان درد معده و روده دارو : زنجبیل (Zingiber officinalis

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم یا یک قاشق مربا خوری

طرز تهیه : صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۲۷- داروی مقوی معده دارو : برگ پونه (پودنه) (Mentha pulegium)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۸- دارو جهت برطرف کردن خونریزی معده دارو : گل بنفشه (Viola odorata)

مقدرا مصرف : ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۹- داروی مقوی معده دارو : میوه یا برگ گیاه برگ بو (Larus nobilis)

مقدرا مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳۰- داروی مقوی معده دارو : ریزوم زردچوبه (Curcuma longa)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳۱- دارو جهت درمان درمان ورم و زخم معده دارو : خرفه (Portulaca oleracea)

مقدر مصرف : صبح و ظهر و شب هر دفعه در حدود ۳ گرم خرفه تازه همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳۲- دارو جهت التهاب معده و روده دارو : مرزه (Satureia hortensis)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنی

نسخه شماره ۳۳- دارو جهت زخم معده و اثنی عشر دارو : ریشه شیرین بیان (مجو) (Glycyrrhiza glabra)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳۴- دارو جهت زخم معده (CAchillea mille Folium) دارو : گل یا تمام گیاه بومادران

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

داروهای محرک معده ، مقوی معده و اشتها آور

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی محرک معده

میوه رازیانه یک قسمت

زیره سیاه یک قسمت

تخم گشنیز یک قسمت

میوه انیسون یک قسمت

زیره سبز یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده ظهر و شام بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی مقوی معده

میوه انیسون یک قسمت

میوه شوید یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

میوه زیره سیاه یک قسمت

برگ نعناع خشک شده یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری ااز مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده ظهر وشام بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی مقوی معده

افسنطین ۲۰۰ گرم

قنطوریون صغیر ۲۰۰ گرم

شبدر آبی ۵۰ گرم

ریشه ژانسیان ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و رنم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح وش ب نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت ناراحتی معده همراه با درد

نعناع ۲۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

انیسون ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا ـ کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵–داروی اشتها آور

برگ شبدر یا یونجه یک قسمت

گیاه قنطوریون یک قسمت

افسنطین یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل بکنید .

نسخه شماره۶– داروی ضد کمبود شیره معده

گیاه افسنطین دو قسمت

دانه زیره دو قسمت

گل بابونه دو قسمت

برگ نعناع چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا ـ خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷– داروی جهت التیام زخم معده

بابونه ۳۰ گرم

زیره ۱۰ گرم

نعناع ۳ گرم

سنا ۳ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد با هم مخلوط کرده و در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید ا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه مرتبه هر دفعه یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸– دارو های ضد کمبود شیره معده

گیاه افسنطین دو قسمت

دانه زیره دو قسمت

گل بابونه دو قسمت

برگ نعناع چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خر شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی جهت التیام زخم معده

بابونه ۳۰ گرم

زیره ۱۰ گرم

نعناع ۳ گرم

سنا ۳ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد را با هم مخلوط کرده و در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه رمتبه هر دفعه یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی اشتهاآور

برگ یونجه ۸ قسمت

بابا آدم ۲قسمت

درچین ۱ قسمت

شیرین بیان ۱قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق ذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار هر دفعه یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی دل درد همراه با اسهال

پوست بلوط ۲۰ گرم

نعناع ۱۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باش در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۳ بار هر دفعه یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : پوست درچین (Cinnamomum zeylanicm)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو : ریشه زنجبیل (Zingiber officinalis)

مقدر مصرف : ۰/۲۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : میوه (دانه) هل (Elletaria cardamomum or Anomum C.)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو : میوه فلفل سیاه (Piper nigrum)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان با کمی شکر یا عسل قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو : دانه گیاه شنبلیله (Trigonella foenum - graecum)

مقدر مصرف : ۴ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو : برگ یا ریشه یا دانه سنبل ختائی (Archangelica officinalis)

مقدر مصرف : برگ ۱ تا ۳ گرم - ریشه ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو : میوه انیسون (Pimpinella anisum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو : میوه (دانه) رازیانه (Foeniculum vulgare)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو : پیاز گیاه سیر (Allium sativum)

طرز تهیه و مقدرا مصرف : پنج عدد سیر را در ۱/۸ لیتر آب سرد له کرده ۶ تا ۸ ساعت می گذارند باقی بماند سپس روزی چند بار هر مرتبه یک قاشق غذا خوری میل کنید .

داروهای ضد کرم و انگل

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت رفع کرمک

صبر زرد ۰/۵ تا ۱ گرم

زرده تخم مرغ ۱ عدد

آب نیم گرم ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق مخلوط و تنقیه شود .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع کرمهای آسکاریس

ریشه انار یک قسمت

پوست ریشه شال (آزاد درخت) یک قسمت

سرخس یک قسمت

فوفل یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر ۲ قاشق غذا وری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح ناشتا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت درمان کرم کدو

تخم کدو ۱۵ گرم

برنگ کابلی ۱۵ گرم

فوفل یک دانه

قارچ کوهی ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد آنرا صاف کرده صبح ناشتا میل کنید .

نسخه شماره ۴-دارو جهت رفع کرمهای دراز

برنگ کابلی ۲۵ گرم

پوست هلیله زرد ۲۵ گرم

آمله منقی ۲۵گرم

تربد سفید ۱۵ گرم

شکر سرخ ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده و الک کرده و با شکر سرخ مخلوط و بصورت حب درآورده و به مقدر ۲۰ گرم با آب گرم میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت دفع انواع کرمها

پوست هلیله زرد ۱۵ گرم

برنگ کابلی ۱۵ گرم

تربد سفید ۳۰ گرم

شکر سرخ ۶۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را نرم و الک و مخلوط کرده و هر بار ۳۰ گرم با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت درمان کرم کدو

ریشه سرخس ۱۰ گرم

تربد ۱۰ گرم

برنگ کابلی ۲۵ گرم

درمنه ترکی ۲۵ گرم

باقلای مصری ۱۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار برای مدت ۵ روز صبح و شب میل کنید .

===نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : برگ و سرشاخه گیاه افسنطین (گونه های مختلف آرتمیزیا (Artemisia Spp)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده به مدت ۵ روز متوالی هر بار یک فنجان میل کنید

توجه : از مقادیر زیاد این دارو اجتناب گردد چون ایجاد مسمومیت می کند .

نسخه شماره ۲- دارو : پوست ریشه انار (Punica granaum)

مقدر مصرف : ۴ تا ۱۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . صبح و شب هر دفعه یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : سیر (Allium sativum)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو : تخم کدو (Cucurbita maxima and C.pepo)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۲۰۰ تا ۲۵۰ گرم - اطفال ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده میل کنید و پس از چند ساعت دو قاشق غذا خوری روغن کرچک یا زیتون میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو : ریشه بسفایج (Poypodium vulgare)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو : ریشه سرخس نر (Aspidium filix - mas)

مقدر مصرف : ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده میل کنید .

توجه : این گیاه سمی بوده و باید زیر نظر پزشک تج.یز شود و در مورد بیماران قلبی و زنان حامله نیز توصیه نمی گردد .

نسخه شماره ۷- دارو : قارچ کوهی (Pleurotus enyngii)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو : گل زبان در قفا (Delphinium consolida)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۹- دارو : تست هوایی گیاه سداب (Ruta graveolence)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو : برگ و پوست زبان گنجشک (Faraxinus excelsior)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- دارو : برگ و پوست زبان گنجشک (Faraxinus excelsior)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای مدر صفرا و ضد بیماریهای صفرایی و یرقان

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی صفرا آور

گیاه بومادران یک قسمت

گیاه بنفشه یک قسمت

گیاه خار مقدس یک قسمت

پوست سیاه توسه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا-بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد سنگ صفرا

گیاه خار مقدس یک قسمت

برگ پنیرک یک قسمت

گل همیشه بهار یک قسمت

بفشه سه رنگ یک قسمت

پوست سیاه توسه یک قسمت

بومادران یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک تا دو قاشق غـذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمـده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی صفرا آور

گیاه افسنطین دو قسمت

گیاه خار مقدس دو قسمت

برگ نعناع دو قسمت

ریزوم ریوند یک قسمت

دانه زیره یک قسمت

میوه خار مقدس دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقـدر یک قاشق غـذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمـده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی صفرا آور و مقوی کبد

گل همیشه بهار یک قسمت

گل گیاه گندم یک قسمت

برگ نعناع بیست قسمت

ریشه شیرین بیان سی قسمت

ریشه ژانسیان پنج قسمت

پوست سیاه توسه ده قسمت

میوه زیره پنج قسمت

میوه رازیانه پنج قسمت

گل بابونه سیزده قسمت

گیاه ماميران ده قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقـدر یک قاشق غـذا خوری از مخلوط فوق با نیم لیتر آب جوش مخلوط کرده مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سپس

آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت صفرا

پر (برگه) زرد آلو ۳۰ عدد

عناب ۱۵ عدد

آلوی بزرگ ۱۰ عدد

تمر هندی ۳۰ گرم

گل نیلوفر ۵ گرم

گل بفشه ۱۵ گرم

آب مقدر کافی

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را در آب سرد به مدت ۱۲ ساعت خیسانده و حاصل را در یک نوبت میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت دفع صفرا

پر (برگه) زرد آلو ۳۰ عدد

عناب ۱۵ عدد

آلوی سیاه ۱۰ عدد

تمر هندی ۱ گرم

گل نیلوفر ۱۰ گرم

گل بنفشه ۱۰ گرم

زرشک ۱۰ گرم

آب نیم لیتر

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را درش ب خیسانده و صبح صاف نموده و حاصل صافی در یک نوبت میل شود .

نسخه شماره ۷-داروی مقوی صفرا و کلیه ها

میوه سرو کوهی یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

زنجبیل یک چهارم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاـ بصورت کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو فنجان صبح و شب بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- ارو جهت دفع سنگهای صفراوی

ریشه یاب ۲۵ گرم

برگ و سر شاخه های کندنای کوهی ۵۰ گرم

ریشه اونونیس ۲۵ گرم

برگ و سر شاخه های ماشیا (غافث) ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی صفرا آور

ریشه زنجبیل شامی ۱۵۰ گرم

ریزوم ریوند ۱۵۰ گرم

ریشه اونونیس ۱۵۰ گرم

برگ غافث ۴۰۰ گرم

برگ کندنای کوهی ۱۵۰ گرم

برگ تمشک ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار صبح و شب یک فنجان میل کنید .

===نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی صفرا آور و محرک ترشح صفرا دارو : ریزوم زردچوبه (Curcuma longa)

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت ۵ دقیقه بگذارید تا بجوشد سپس آنرا صاف کرده و میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی معالج یرقان و صفرا آور دارو : تمام گیاه شاهتره (Fumaria species)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این گیاه تا اندازه ای سمی بوده و استفاده از آن به مقدر زیاد باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسی می شود بنابراین مصرف آن بایستی زیر نظر پزشک باشد .

نسخه شماره ۳- داروی معالج یرقان

دارو : تمام گیاه گل رنگ (کافشه) (Carthamus tinctorius)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی معالج یرقان

دارو : دانه گیاه سیاه دانه (NIgella sativa)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی صفرا آور

دارو : ریشه کاسنی (Cichorium intybus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این جهت دردهای صفراوی هم مورد استفاده قرار می گیدر .

نسخه شماره ۶- داروی صفرا آور

دارو : تمام گیاه افسنطین کبیر (Aretmisia absinthium)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این جهت دردهای صفراوی هم مورد استفاده قرار می گیدر .

نسخه شماره ۷- داروی ضد یرقان

دارو : میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی مدر صفرا و معالج اختلالات صفرا

دارو : ریشه یا تمام گیاه گل قاصد (شیرمال ، کاسنی زرد) (Taraxacum officinalis)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی صفرا آور

دارو : تمام گیاه آناکالیس (عین الجمل) (Anagalis arrensis)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد یرقان و صفرا آور

دارو : تمام گیاه عاثف (Agrimonia eupatoria)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی صفرا آور و محرک ترشح صفرا

دارو : پیاز گیاه سیر (Allium sativum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت معالجه بیماریهای صفراوی

دارو : تمام گیاه سداب (Ruta graveolens)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۳- دارو ی صفرا آور

دارو : تمام گیاه خرفه (Portulaca oleracea)

مقدر مصرف : ۵۰ تا ۱۰۰ گرم بصورت تازه و ۵ تا ۱۰ گرم بصورت خشک

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۴- داروی صفرا آور

دارو : برگ و سر شاخه های گلدار گیاه اکلیل الجبل (اکلیل کوهی)

(Rosmarinus officinalis)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ و حتی تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۵- دارو ی مدر صفرا

دارو : میوه تمر هندی (Tamarindus indica)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۴۵ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا خیسانـده شود سـپس آنرا با مقدری قند میل کنید .

نسخه شماره ۱۶- دارو ی مدر صفرا

دارو : روغن زیتون ، برگ و پوست زیتون (Olea europea)

مقدر مصرف : ۲۰ تا ۴۰ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را روزی دو مرتبه همراه با سالاد میل کنیـد مقـدر مصـرف برگ و پوست ۴-۸ گرم بصورت دم کرده مطابق روشهای بالا توصیه می گردد .

نسخه شماره ۱۷- داروی صفرا آور

دارو : گل همیشه بهار (Calendula officinalis)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۸- داروی صفرا آور

دارو : برگ نعناع (Mentha piperita)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۹- داروی صفرا آور

دارو : برگ و سر شاخه های گلدار گیاه اکلیل الجبل (اکلیل کوهی)

(Rosmarinus officinalis)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ و حتی تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۰- داروی محرک ترشح کیسه صفرا

دارو : گل همیشه بهار (Calendula offcinalis)

مقدرا مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۱- داروی محرک ترشح برونش ها

دارو : برگ بارهنگ سرنیزه ای (Plantago lanceolata)

مقدرا مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۲- داروی محرک ترشح صفرا

دارو : ریشه یا برگ گل کاسنی (Cichorium intybus)

مقدرا مصرف : ۳ تا ۶گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۳- داروی محرک غدد ترشحی معده (ترشح معده و صفرا)

دارو : تمام گیاه افسنطین (Artemisia absinthium)

مقدرا مصرف : ۲ تا ۴گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۴- داروی محرک ترشح غدد معده و روده

دارو : پیاز (Allium cepa)

مقدر مصرف : روزانه یک عدد پیاز خام با هر غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲۵ – دارو جهت برطرف کردن یرقان ، زردی و سیروز کبدی

دارو : میوه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف : ۲ تا ۶گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را در یک لیوان آب جوش ریخته روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۶- دارو جهت اختلالات در ترشح غدد

دارو : ریشه انجدان رومی (Levisticum officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای معرق و ضد تعرق

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی معرق

گل زیر فون یک قسمت

گل آقطی یک قسمت

گل ماهور یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تادم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت جلوگیری از عرق زیاد

برگ مریم گلی یک قسمت

برگ زوفا یک قسمت

پوست میوه گردو یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر دو قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته و مدت نیم ساعت بگذارید تادم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از خواب میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت جلوگیری از عرق زیاد

گشنیز خشک ۲۵ گرم

سماق ۲۵ گرم

برنج سفید ۲۵ گرم

آب ۲۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را در آب بجوشانید تا حجم حاصل به یک سوم برسد . سپس آنرا صاف نموده و روزی ۱۰۰ گرم میل کنید

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد تعرق شبانه و ضد تعرق زیاد مسلولین دارو : برگ مریم گلی (Salvia officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد تعرق شبانه مسلولین دارو : سنبل الطیب (Valeriana officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : گل زوفا (Hyssopus officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱ – دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : برگ نعناع یا پونه (Mentha piperita or M.pulegium)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲ – دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : ریشه بابا آدم (Arctium lappa)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳ – دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : تمام گیاه ریحان (Ocimum basilicum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴ – دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : گل تمام گیاه بومادران (Achilea millsolium)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵ – دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : افرادا (ریش بز) (Ephedra species)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶ – دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : تره تیزک (شاهی) (Lepidium sativum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷ – دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : گل بابونه (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸– دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : شاهتره (Fumaria species)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹– دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : تمام گیاه گلدار گونه هایی از آویشن (Thymus species)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰– دارو برای ایجاد عرق (معرق) دارو : ریزم بید گیاه (مرغ) (Agropyrum repens)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای مدر

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱– داروی مدر

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

ریشه انجدان رومی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

میوه سرو کوهی یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از گیاهان را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی مدر

کاکل ذرت یک قسمت

دم گیلاس یک قسمت

دم اسب یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از گیاهان را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی مدر و موثر بر التهاب مثانه

کاکل ذرت یک قسمت

بید گیاه (مرغ) یک قسمت

تخم جعفری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاـ کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی مدر

میوه ابهل یک قسمت

ریشه انجدان رومی یک قسمت

میوه زیره یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاـ کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی مدر

ریشه جعفری ۳۵۰ گرم

شاخه و برگ دم اسب ۲۰۰ گرم

برگ تمشک ۲۰۰ گرم

برگ درخت غان ۲۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاـ کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی مدر

برگ درخت غان ۲۵ گرم

ریشه جعفری ۲۵ گرم

دم گیلاس ۲۵ گرم

گیاه گزنه ۵ گرم

گیاه آقطی سیاه ۵ گرم

گیاه بومادران ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آبجوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : ریزوم بید گیاه (مرغ) (Agropyron repence)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو : ریزوم مارچوبه (هلیون) (Asparagus officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو : دانه گل آفتاب گردان (Heliantus annus)

مقدر مصرف : ۴تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو : برگ انگور (Vitis vinifers L)

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۶۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو : برگ گیاه خاس (خاش ، راج) (IIex aquifolium)

مقدر مصرف : ۶ تا ۱۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

سخه شماره ۶-

دارو : ریشه یا برگ گل قاصد (Taraxacum officinalis)

مقدر مصرف : ۶ تا ۱۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو : گل زیر فون (Tilia cordata Mill)

مقدر مصرف : ۶ تا ۱۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو : دم گیلاس (Cherry Tail) (Cerasus avium L)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹- داروی مدر بخصوص برای معالجه رماتیسم و نقرس

دارو : گل ، پوست و ریشه آقطی (Sambucus nigra)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی مدر بخصوص برای معالجه استسقاء

دارو : تمام برگ ترخون (Artemisia dracunculus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- دارو : تمام گیاه آناگالیس (عین الجمل) (Angallis arvensis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- دارو : تمام گیاه یا دانه جعفری (Petroselinum crispum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۳- دارو : میوه خشک شده گیاه نسترن (گل سرخ وحشی) (Rosa canina)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۴- دارو : تخم ترب سیاه (Rhaphanus sativus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید. میوه آن را نیز تا ۱۰۰ گرم می توان هر بار همراه غذا میل کدر .

نسخه شماره ۱۵- دارو : تخم کرفس (Apium graveolence)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس بدون صاف کردن روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۶- دارو : برگ بارهنگ سرنیزه ای (Plantago lanceolata)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۱۷- دارو : ریشه صابونی (غاسول) (Saponaria officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۱۸- دارو : گل بابونه اصلی (Matricarira chamomilla)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۰- دارو : گل زبان در قفا (زبان پس قفا) (Delphinium consolida)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۱- دارو : کاکل ذرت (Zea mays corn sille)

مقدر مصرف : ۲ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۲- دارو : گل گیاه گندم (قنطریون) (Centaurea cyamus L)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۳- دارو : دانه گیاه سیاه دانه (Nigela sativa)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۴- دارو : برگ و پوست ساقه زبان گنجشک (Faraxinus excelsiot)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۵- دارو : ریشه یا میوه گیاه غلیون (شون) (Sambucus ebulus)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم از ریشه یا ۲ تا ۴ گرم از میوه

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۲۶- دارو : تمام گیاه گلدار آویشن شیرازی (Thymus serpyllum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

داروهای معالج بیماریهای کلیه و مثانه

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت نزله مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

تخم جعفری یک قسمت

برگ انگور خرس دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد دردهای مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گیاه دم اسب یک قسمت

گیاه بنفشه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد درد مثانه و کلیه

برگ غان پنج قسمت

تخم جعفری دو قسمت

برگ انگور خرس هشت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد درد مثانه و کلیه

رگ غان سه قسمت

برگ انگو خرس هفت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

برگ بذر البنج سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت معالجه بیماریهای کلیه و مثانه

برگ زبان گنجشک ۲۰ گرم

برگ انگور خرس ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰ گرم

پوست بابا آدم ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت سنگ کلیه و مثانه

تخم خیار ۳۰ گرم

تخم خربزه ۶۰گرم

خارخاسک ۴۰ گرم

ریشه لبلاب ۴۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره۱ – دارو جهت رفع التهاب حاد و مزمن کلیه و مثانه

دارو : میوه خشک شده گیاه نسترن (گل سرخ وحشی) (Rosa canina)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این با مقدر مصرف مذکور در فوق مورد شروع تشکیل سنگ کلیه و مثانه جهت حل کردن آنها نیز مورد استفاده قرار می گیدر .

نسخه شماره۲ – دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو : ریشه روناس (Rubia tinctorum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این درای خاصیت حل کنندگی سنگهای مثانه نیز می باشد .

نسخه شماره۳ – داروی ضد دردهای سنگ کلیه و مثانه

دارو : تخم تره (Allium porrum)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۴ – داروی ضد دردهای کلیه

دارو : تخم شوید (Anethum graveolense)

مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۵ – داروی ضد التهاب مجاری درای

دارو : گل بنفشه (Viola odorata)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۶ – دارو جهت رفع احتباس ادرار و ضعف مثانه

دارو : تمام قسمتهای گیاه به ویژه تخم جعفری (Apium petroselinum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۷ – دارو ی ضد دردهای مثانه

دارو : میوه کاکنج (عروسک پشت پدره) (Physalis alkekengi)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ عدد میوه

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این موجب دفع اوراتها ، هم می شود .

نسخه شماره۸ – دارو ی معالج نزله کلیه

دارو : تمام گیاه ریحان (Ocimum basilicum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۹ – دارو ی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو : میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف : ۳تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۹ – دارو ی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو : میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف : ۳تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۱ – دارو ی جهت رفع التهابات کلیه

دارو : برگ یا چوب یا پوسته ساقه غان (قان ، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو باعث خروج آب بدن بدون اینکه بافت کلیه را تحریک کند می شود .

نسخه شماره ۱۲ – دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو : تخم گشنیز (Coriandrum sativum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۳– دارو جهت رفع عفونت مجاری ادراری

دارو : میوه خارخاسک (Tribulus terresteris)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

داروهای ضد سرفه ، ضد برونشیت ، ضد آسم و ضد بیماری

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی ضد سرفه

نسخه شماره ۱- داروی ضد سرفه

گل پنیرک یک قسمت

برگ ختمی یک قسمت

ریشه ختمی دو قسمت

برگ پاخزری یک قسمت

گل ماهور یک قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

آویشن یک قسمت

دانه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد سرفه

گلسنگ ایسلندی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

ریشه ختمی دو و نیم قسمت

دانه رازیانه یک قسمت

آویشن سه قسمت

بارهنگ یک و نیم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد سرفه

گل گیاه گل گندم نیم قسمت

گل پنیرک یک قسمت

گل پاخری دو قسمت

گل ماهور یک و نیم قسمت

ریشه علف شیر یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک و نیم قسمت

دانه انیسون ستاره ای یک قسمت

گیاه آویشن یک و نیم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد سرفه

ریزوم زنبق نیم قسمت

ریشه ختمی چهار قسمت

برگ پاخری دو قسمت

گل غان یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک و نیم قسمت

میوه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار ر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی سیاه سرفه و سایر بیماریهای عفونی برنش ها

آویشن ۲۰ گرم

گل ماهور ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دوبار (صبح و شب) هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره۶- دارو جهت سیاه سرفه و سایر بیماریهای عفونی برنشها

دانه کتان یک و نیم قسمت

میوه انیسون یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

گیاه آویشن یک و نیم قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۲۰

دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبحها و شبها هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو جهت برونشیت

برگ ختمی یک قسمت

گل پنیرک یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

دانه کتان دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ تا ۳ بار هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت برونشیت

میوه انیسون یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

برگ ختمی یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

برگ پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو جهت برونشیت

برگ و گل پنیرک یک قسمت

برگ و گل ماهور یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

گیاه ختمی یک قسمت

برگ پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غـذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده سه یا چهار هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو جهت برونشیت

آویشن ۲۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

میوه انیسون ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کره روز ی دو بار صبح و شب هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- دارو جهت نزله حنجره

برگ پنیرک یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گل ماهور یک قسمت

گیاه پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان بصورت گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت سرفه های خشک

ریشه ختمی ۲۰ گرم

گلسنگ ایسلند ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده هر ۲-۳ ساعتی یک بار دو قاشق غذا خوری میل کنید

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد سرفه و ناراحتی های برنش ها

گل زالزالک ۲۰ گرم

میوه انیسون ۱۰ گرم

برگ پاخری ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا وری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت ۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده هر ۱ الی دو ساعت یک بار یک قاشق غذا خوری میل کنید .

نسخه شماره ۱۴- دریو ضد سیاه سرفه

افسنطین ۵ قسمت

گل فوفل ۵قسمت

گل شقایق ۱۵ قسمت

گل نرگس ۱۵ قسمت

شکوفه هلو ۱۵ قسمت

ریشه سنبل الطیب ۱۵ قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط داروهای فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده جهت کودکان شیر خوار و اطفال تا ۱۰ ساله ۳ قاشق سوپ خوری روزی سه بار مصرف کنید .

نسخه شماره ۱۵- دارو جهت ذات الریه (برنکوپنومونی)

شیرین بیان یک قسمت

تخم کتان یک قسمت

عسل ۶ قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

شیرین بیان و تخم کتان را ابتدا خرد کرده در یک لیوان مدت نیم ساعت در آب جوش خیسانده سپس آنرا صاف و با عسل مخلوط نموده روزی ۲تا ۳ بار جهت کودکان مصرف کنید .

نسخه شماره ۱۶- دارو جهت رفع آسم

شاهبیزک (بلادوزن) ۵ گرم

برگ داتورا ۵ گرم

برگ بذرالبنج ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

پس از مخلوط کردن داروهای فوق با یک قاشق مرباخوری از آنرا در مورد ضروری سورانده و دود آنرا استنشاق بکنید .

نسخه شماره ۱۷- داروی ضد سرفه

عصاره بذر البنج ۵ گرم

عصاره تریاک ۰/۲ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را بصورت یک حب درآورده و روزی ۱ تا ۴ حب میل شود .

توجه : این دارو فقط با دستور پزشک و داروخانه های مجاز قابل تهیه و مصرف می باشد .

نسخه شماره ۱۸-دارو جهت ذات الجنب

عصاره شیرین بیان ۳۰ گرم

گیاه بنفشه ۳۰ گرم

نشاسته ۱۰ گرم

کتیرا ۱۰ گرم

تخم ختمی ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

لعاب دانه کتان ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را کوبیده و الک نموده و سپس با لعاب دانه کتان مخلوط و بصورت حب درآورده و در هر نوبت ۱۰ گرم از آن را

با شربن ساده میل کنید .

نسخه شماره ۱۹- دارو جهت آسم و تنگی نفس

برگ گل فرفره (پاخری) ۲۰ گرم

برگ بارهنگ ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده هریک الی دو ساعت یک قاشق غذا خوری میل کنید

نسخه شماره ۲۰- دارو جهت غرغره

برگ ختمی ۵۵۰ گرم

ریشه ختمی ۲۵۰ گرم

ریشه شیرین بیان پوست کنده ۱۵۰ گرم

گل پنیرک ۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر چهار قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و مرتب غرغره کنید .

نسخه شماره ۲۱- دارو جهت سرفه

کتیرا ۱۰ گرم

صمغ عربی ۱۰ گرم

به دانه ۱۰ گرم

عصاره شیرین بیان ۲ گرم

نشاسته ۲ گرم

تخم خشخاش ۲ گرم

روغن بادام ۴ گرم

قند سفید ۶۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را که قبلا کوبیده و الک کرده و با روغن بادام و قند مخلوط بکنید سپس روزی سه بار هر بار ۱۰ گرم میل بکنید.

نسخه شماره ۲۲- دارو جهت فع ناراحتیهای تنفسی و سینه درد و سرفه

گل پامچال ۴۰ گرم

گل ماهور ۴۰ گرم

گلسنگ (لیخن) ۱۰۰ گرم

میوه رازیانه ۵۰گرم

ریشه شیرین بیان ۱۰۰ گرم

برگ نعناع ۱۰۰ گرم

برگ بارهنگ ۱۵ گرم

ریشه ختمی ۲۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای ضد سرفه ، ضد برونشیت ، ضد آسم و ضد بیماری

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی خلط آور

دارو : تمام گیاه پر سیاوش (Adiantum capillus- veneris)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- داروی خلط آور

دارو : گل علف ماهور (Verbascum thapsus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- داروی خلط آور

دارو : ریشه زنبق (Iris germanica)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- داروی خلط آور

دارو : تمام گیاه علف هفت بند (Polygonum aviculare)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- داروی ضد آسم

دارو : تمام گیاه اورمک (افرادا) (Ephedra SPP)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶- داروی خلط آور ملایم

دارو : گل یا تمام گیاه بنفشه (بنفشه معطر) (Viola odorata)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- داروی خلط آور و آرام کننده سینه

دارو : گل و برگ گیاه پنیرک (Malva sylvestris)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- داروی ضد سرفه

دارو : ریشه ختمی (Althaea officinalis)

مقدر مصرف : بزرگسالان ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹- داروی کم کننده تحریکات سرفه ضد سرفه

دارو : گل یا تمام گیاه ختمی (Althaea officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد سرفه

دارو : گل شبدر (Trifolium pratense)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- داروی ضد سرفه

دارو : تخم کتان (Linum usitatissium)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- داروی ضد سرفه و سینه درد

دارو : گل پنیرک (Malva sylvestris)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدار فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد دارو جهت سرفه خونی و خشک

دارو : قدومه (تودری) (Alyssum homolocarpum)

مقدر مصرف : ۶ تا ۹ گرم

طرز تهیه : مقدار فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۴- داروی جهت معالجه سرفه و عرق زیاد مسلولین

دارو : برگ مریم گلی (Salvia officinalis)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱/۵ گرم

طرز تهیه : مقدار فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۵- داروی ضد برونشیت مزمن

دارو : برگ یا گل اوکالیپتوس (Eucalyptus globulus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدار فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۶- داروی ضد آسم

دارو : تمام گیاه زوفا (Hyssopus officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدار فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۷- داروی ضد آسم

دارو : برگ تاتوره (داتوره) (Datura stramonium)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدار فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجزیه می شود .

نسخه شماره ۱۸- داروی ضد آسم

دارو : ریشه یا برگ شاهبیزک (Atropa belladona)

مقدر مصرف : ۳۰ تا ۱۰۰ میلی گرم

طرز تهیه : مقدار فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۹- داروی ضد آسم

دارو : برگ بذر البنج (ژوسیکام) (Hyoscyamus niger)

مقدر مصرف : ۱۳۰ تا ۳۲۰ میلی گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد درد گلو و ریه (برونشیت مزمن ، خلط آور)

دارو : صمغ اوشق (کما) (Dorema ammoniacum)

طرز تهیه : بصورت حب یا امولسیونهای معطر شده توسط اسانس نعناع میل کنید .

نسخه شماره ۲۱- داروی نرم کننده سینه

دارو : عناب (Ziziphus vulgaris)

مقدر مصرف : ۳ تا ۵ گرم تا ۵۰ عدد

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۲- داروی نرم کننده سینه

دارو : میوه سپستان (Cordia myxa)

مقدر مصرف : از ۳۰ عدد تا ۹۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲۳- داروی ضد سرمخوردگی

دارو : تمام گیاه پر سیاوش (Adianthum cappilus -veneris)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۴- داروی ضد سرمخوردگی

دارو : سیر (Allium sativum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۵- داروی ضد سرمخوردگی

دارو : برگ بادرنجبویه (Melissa officinal)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۶- دارو جهت باز کردن گرفتگی بینی

دارو : تمام گیاه و اسانس گیاه مرزنجوش (Origanum majorna)

مقدر و روش استعمال : اسانس آن در موقع لزوم در بینی چکانده شود .

برگ : ۲-۴ گرم آن را که قبل کوبیده شده باشد در یک لیوان آجوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۷- داروی ضد سرمخوردگی

دارو : گل و ریشه ختمی (Althaea officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۸- داروی ضد سرمخوردگی

دارو : تمام گیاه شاهتره (Fumaria spccies)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای ضد تهوع و استفراغ

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروها برای رفع استفراغ

مانتول ۰/۰۵ تا ۰/۲گرم

روغن بادام شیرین ۱۰ گرم

صمغ عربی ۱۰ گرم

آب بهار نارنج ۳۰ گرم

آب مقطر ۱۵۰ میلی لیتر

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را با هم مخلوط کرده و مقدر یک قاشق سوپخوری در هر ساعت میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو برای رفع استفراغ

زنجبیل ۲۵ گرم

هل ۵۰ گرم

نمک ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو تا سه بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت درمان استفراغ خونی

سیاه دانه ۱۰گرم

پودر گشنیز ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را با هم مخلوط کرده هر دفعه یک قاشق مرباخوری به فاصله ۲-۳ ساعت میل کنید

داروهای معالج بیماریهای دهان ، حلق ، لثه و دندانها

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت رویانیدن (ترمیم) لثه

دم الاخوین (خون سیاوش) یک قسمت

گزمازوج یک قسمت

میوه سرو یک قسمت

کندر یک قسمت

اقاقیا یک قسمت

گل سرخ یک قسمت

گلنار سه قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در وقت خواب لثه و دندانها را با آن بوسیله مسواک خوب مالش دهید .

توجه : این فرآورده علاوه بر این جهت رویانیدن گوشت بن دندان و رفع بدبویی دهان ینز توصیه می شود.

نسخه شماره ۲- داروی ضد درد دندان و لثه

سعد کوفی یک قسمت

گل سرخ یک قسمت

میوه مورد یک قسمت

گلنار یک قسمت

سماق سه قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در وقت خواب لثه و دندانها را با آن بوسیله مسواک خوب مالش دهید .

توجه : علاوه بر این موافق اکثر مزاجها بوده و در تسکین درد و رفع خونریزی دهان و لثه و رویانیدن گوشت لثه و زخمهای دهان نیز مفید می باشد .

نسخه شماره ۳- داروی جهت محکم کردن دندان

هلیله زرد یک قسمت

بلیله یک قسمت

آمله یک قسمت

گل سرخ یک قسمت

اقاقیا سه قسمت

گلنار یک قسمت

عاقر قرحا یک قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در وقت خواب لثه و دندانها را با آن بوسیله مسواک خوب مالش دهید .

توجه : این فرآورده علاوه بر این جهت محکم کردن دندانها و جلوگیری از خونریبی لثه و خوشبو کردن دهان نیز توصیه شده است .

نسخه شماره ۴-دارو جهت جوش زدن دهان (برفک و غیره)

فلوس یک قسمت

تخم گشنیز یک قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و الک کرده و در یک لیوان آب جوش به مدت ۵ دقیقه بجوشانید سپس آنرا صاف کرده بصورت مزمزه و چرخانیدن در داخل دهان غرغره نمائید .

نسخه شماره ۵- دارو برای رفع جوش دهان

انجیر خشک یک قسمت

سیب یک قسمت

اکلیل الملک یک قسمت

بابونه یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در آب جوشانیده بصورت مزمزه (چرخانیدن در داخل دهان) مصرف کنید .

نسخه شماره ۶-دارو جهت محکم کردن دندانها

سنبل الطیب یک قسمت

میوه سرو یک قسمت

عاقرقرحا یک قسمت

مازوج یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در آب جوشانیده بصورت مزمزه مصرف کنید .

نسخه شماره ۷- دارو جهت تسکین درد دندانها

خریق سفید یک قسمت

عاقرقرحا یک قسمت

نعناع یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در آب جوشانیده صاف کرده و بصورت نیم گرم مزمزه مصرف کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت تسکین در د دندان

عاقر قرحا یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

گلنار یک قسمت

سرکه مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را در سرکه جوشانیده و سپس حاصل را صاف و مزمزه مصرف کنید .

نسخه شماره ۹- دارو جهت رفع درد دهان و التهابات گلو

گلنار یک قسمت

غنچه گل سرخ یک قسمت

برگ مریم گلی یک قسمت

عصاره شیرین بیان یک قسمت

آب مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را (بجز عصاره ریشه شیرین بیان) با هم در آب جوشانیده و صاف کنید . سپس عصاره شیرین بیان را در جوشانده صاف شده حل کرده و حاصل را بصورت غرغره استعمال کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱ – دارو جهت دندان درد دارو : تخم گشنیز (Coriandrum sativum)

مقدر مصرف :۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲ – دارو جهت درمان جوشهای دهان (آفت) و آماس مخاط دهان

دارو : توت سیاه (Morus nigra)

روش و مقدر مصرف : شیره توت سیاه را یا بصورت خشک شده یا تازه شیره آنرا روزی چند مرتبه در دهان برای مدت چند دقیقه نگاه درید .

نسخه شماره ۳ – دارو جهت درمان جوشهای دهان (آفت) دارو : برگ گردو (Juglance regia)

روش و مقدر مصرف : پنج گرم برگ گردو را در یک فنجان آبجوش ریخته ، مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی ۳ بار دهان را با آن بشوئید .

نسخه شماره ۴ – دارو جهت رفع بوی بد دهان دارو : ریشه و ریزم زنجفیل (Zingiber officinalis)

مقدر مصرف :۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن بشوئید .

نسخه شماره ۵ – دارو جهت رفع بوی بد دهان دارو : برگ بادرنجبویه (Melissa officinalis)

طرز تهیه و استعمال : مقدر ده گرم برگ بادرنجبویه را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن بشوئید .

نسخه شماره ۶ – دارو جهت خونریزی لثه و تقویت لثه دارو : برگ زیتون (Olea europea)

طرز تهیه و استعمال : مقدر ده گرم برگ زیتون را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن بشوئید . علاوه بر این از روغن زیتون روزی چند بار بصورت مالش در دهان استفاده کنید .

نسخه شماره ۷ – دارو جهت درمان آبسه دندان دارو : سیر (Allium sativum)

طرز تهیه و استعمال : کمی سیر پخته را با شیر مخلوط موده و بصورت خمیر دارورید و روزی ۲ تا ۳ مرتبه بر محل آبسه قرار دهید .

نسخه شماره ۸ – دارو جهت رفع بوی بد دهان دارو : گل بابونه اصلی (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار دهان را با آن شستشو دهید .

نسخه شماره ۹ – دارو جهت پیشگیری از پیشرفت پوسیدگی دندان دارو : فلفل سیاه (Black piper)

روش مصرف : کمی از پودر فلفل را به محل پوسیدگی دندانها بمالید .

درمان سینوزیت و آنژین ها ، زکام و داروهای ضد سرفه

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱– داروی ضد سرما خوردگی

گل غان سه قسمت

گل زیر فون چهار قسمت

پوست بید دو قسمت

گل گاوزبان شش قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا بصورت پودر درآمده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲– داروی ضد سرما خوردگی

ل غان هفت قسمت

گل زبر فون پنج قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

میوه گل سرخ وحشی (نسترن) شش قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد سرما خوردگی

گل غان شش قسمت

گل زیر فون پنج قسمت

پوست بید چهار قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

میوه رازیانه سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد سرما خوردگی (گریپ)

گل بابونه ۲۰ گرم

آویشن شیرازی ۱۰ گرم

برگ مریم گلی ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت بیست دقیقه بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد سرما خوردگی (گریپ)

به دانه ۳ گرم

عناب ۵ دانه

سپستان ۹ دانه

طرز تهیه و مقدر مصرف :

عناب و سپستان که کمی خرد شده باشد را پنج دقیقه بجوشانید سپس آنرا صاف کرده و به موسیلاژ استخراج شده زا به دانه (به دانه را قبلا در ۱۲۰ میلی لیتر خیسانده و آنرا صاف کنید) اضافه نمایید در خاتمه به داروی حاصل کمی شکر اضافه نموده و روزی دو بار میل کنید

نسخه شماره ۶- دارو جهت بخور دادن - درمان سینوزیت ، آنژین ها ، سرما خوردگی و زکام

برگ اوکالیپتوس یک قسمت

اسطوخودوس یک قسمت

مرزنجوش یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق از داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیتر آبجوش ریخته روی شعله ملایم مدت ۵ دقیقه بخور دهید .

داروی محرک متابولیسم و اضافه کردن سوخت وساز بدن

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۷- داروی محرک متابولیسم

برگ سنا دو قسمت

ریشه شیرین بیان دو قسمت

برگ و ریشه گل قاصد سه قسمت

برگ بنفشه سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد با نیم لیتر آب سرد مخلوط کرده و به مدت سه ساعت باقی بگذارید . بعد آنرا جوشانیده و بگذارید به مدت پانزده دقیقه دم بکشد سپس حاصل را صاف نموده و میل کنید .

دارو جهت واریس

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت واریس

ریشه اگیر ترکی یک قسمت

برگ و میوه شاه بلوط یک قسمت

برگ گزنه یک قسمت

برگ آویشن شیرازی یک قسمت

طرز تهیه و روش استعمال :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد با دو لیتر آب جوشانیده و به آب وان تا زیر زانو ریخته و نصف قاشق مرباخوری نمک هم به آن اضافه کنید .

دارو جهت رفع چاقی و چربی زیاد

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت رفع چاقی و چربی زیاد

برگ و ریشه گل قاصد یک قسمت

برگ نعناع هفت قسمت

برگ سنا بیست قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد با ۲۵۰ میلی لیتر آب جوش مخلوط کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

دارو جهت رفع کم خونی

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۴-دارو جهت رفع کم خونی

برگ گزنه یک قسمت

قنطوریون یک قسمت

افسنطین یک قسمت

میوه گل سرخ وحشی یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد با ۲۵۰ میلی لیتر آب سرد مخلوط کرده و به مدت سه ساعت باقی بگذارید . سپس آنرا به مدت کوتاهی جوشانیده و دوباره به مدت ده دقیقه بگذارید دم بکشد . در خاتمه حاصل را صاف کرده و با عسل شیرین نموده و در طول روز جرعه جرعه میل می کنند .

دارو جهت بیماری ارتریو اسکلروز – تصلب شرایین – و گ

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت بیماری ارتریو اسکلروز

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

برگ دم اسب یک قسمت

گیاه دارواش چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

دارو جهت بی اختیاری ادرار

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت بی اختیاری ادرار

سعد کوفی یک قسمت

سنبل الطیب یک قسمت

اسطو خودوس یک قسمت

کندر یک قسمت

بلوط یک قسمت

کمون کرمانی یک قسمت

عسل هجده قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده سپس الک نموده سپس با عسل مخلوط نموده روزی ۵ گرم با کمی آب میل کنید .

دارو جهت بازکردن انسداد های کبد و طحال و بیماریه

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت بازکردن انسداد های کبد و طحال

طبا شیر سفید ۷ گرم

ریوند چینی ۷ گرم

پوست ریشه کبر ۷ گرم

عصاره غافث ۱۰ گرم

زرشک ۱۰ گرم

زنبق ۳ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را کوبیده سپس الک نموده و هر نوبت به مقدر ۷ گرم با کمی سکنجبین میل کنید

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد قولنج کبدی

دارو : تمام گیاه علف چای (هوفاریقون) (Hypericum perforatum)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد التهاب کبد که همراه با زیادشدن حجم ترشح صفرا باشد

دارو : تمام گیاه مامیران (Chelidonium majus)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۰/۷۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجویز می شود .

نسخه شماره ۳- داروی مقوی کبد

دارو : تمام گیاه قنطوریون صغیر (Centaurium erythraea)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو سمی است و فقط توسط پزشک تجویز می شود .

نسخه شماره ۴- داروی مقوی کبد و ضد دردهای کبدی

دارو : ریشه یا گل برگ کاسنی (Cichorium intybus)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی معالج عوارض کبدی

دارو : تمام گیاه شاهتره (Fumaria species)

مقدر مصرف :۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این گیاه تا اندازه ای سـمی بوده مصـرف مقادیر زیاد آن باعث فلج عضلات صاف و دستگاه تنفسی می شود لذا می بایستی زیر نظر پزشک مصرف شود .

نسخه شماره ۶- داروی ضد درد کبد

دارو : تمام گیاه افسنطین (Artmisia absinthium)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی معالج عوارض کبدی

دارو : میوه یا پوست گیاه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف :۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی معالج عوارض کبدی

دارو : ریشه یا تمام گیاه گل قاصد (شیر مال ، کاسنی زرد) (Taraxacum officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی معالج عوارض کبدی

دارو : برگ اوکالیپتوس (Eucalyptus

مقدر مصرف :۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی پاک کننده کبد

دارو : برگ مریم گلی (Salvia officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای مخصوص عوارض و بیماریهای زنان

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت دردهای ماهیانه بانوان

گیاه اکلیل الجبل (اکلیل کوهی) یک قسمت

گیاه کیسه کشیش یک قسمت

پوست بید دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی قاعده آور

سداب ۰/۱ گرم

صبر زرد ۰/۰۵ گرم

زعفران ۰/۱ گرم

افسنطین ۰/۱ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را پس از نرم کردن با هم مخلوط کرده و بصورت یک کاشه درآورده سپس دو تا سه کاشه در ۲۴ ساعت به مدت ۴ تا ۵ روز تا باز شدن قاعده گی میل شود .

نسخه شماره ۳- دارو جهت دردهای قاعدگی

گل بابونه ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت دردهای قاعدگی (همراه با یبوست)

بابونه ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

برگ سنا ۱۰ گرم

رازیانه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی قاعده آور (همراه با درد)

بومادران ۲۰ گرم

زعفران ۰/۱ گرم

بابونه ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروهای قاعده آور (همراه با یبوست)

بابونه ۲۰ گرم

بومادران ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

نعناع ۵ گرم

سنا ۲۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد . سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت عوارض یائسگی

دارو : ریشه سنبل الطیب (Valeriana species)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد دردهای قاعدگی

دارو : تمام گیاه علف چای (هوقاریقون) (Hyperiarm perforatom)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی قاعدگی

دارو : برگ بادرنجبویه (Melissa officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی جهت اختلالات قاعدگی مزمن

دارو : برنجاسف (شویلا) (Artemisia vulgaris)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت عوارض زنانه

دارو : هلیله کابلی (Terminulia chebyla)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو ی قاعده آور

دارو : گل گیاه گل گندم (Centaurea cyamus)

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو جهت دردهای قاعدگی

دارو : سیر (Allium sativum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد همراه غذا میل کنید یا ۳ الی ۴ پیاز آن را همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت دردهای قاعدگی

دارو : دانه شنبلیله (Trigonella foenum - graecum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو جهت دردهای قاعدگی

دارو : گل یا تمام گیاه بومادران (Achillea species)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این به عنوان ضد خونریزیهای قاعدگی مورد استفاده قرار می گیدر .

نسخه شماره ۱۰- داروی مفید در مورد زیاد شدن زمان قاعدگی

دارو : برگ یا ریشه یا دانه تمام گیاه گزنه (Urtica dioica)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی قاعده آور

دارو : جعفری (Apium petroselinum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید . یا همراه غذا چند روز قبل از قاعدگی گیاه تازه آن را میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- داروی قاعده آور

دارو : شاهی (Lepidium sativum)

روش و مقدر مصرف : چند روز قبل از تاریخ قاعدگی همراه غذا مقدری شاهی تازه میل کنید .

نسخه شماره ۱۳ - داروی ضد اختلالات قاعدگی

دارو : مرزه (Saturea hortensis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۴ - داروی قاعده آور

دارو : میوه یا تمام گیاه رازیانه (Foeniculum vulgaris)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این بعنوان راحت کننده عمل زایمان نیز استفاده می شود .

نسخه شماره ۱۵ - داروی قاعده آور

دارو : تمام گیاه سداب (Ruta graveolens)

مقدر مصرف :۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این خاصیت ضد خونریزیهای رحمی را نیز درا می باشد

داروهای صاف کننده خون

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی صاف کننده خون

میوه انیسون یک قسمت

گلهای بابونه چهار قسمت

میوه زیره چهار قسمت

برگ سنا هشت قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاـ خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی صاف کننده خون

ریشه و برگ شیرمال یک قسمت

برگ سنا یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق ذا خوری از مخلوط فوقرا که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده صبح و شب هر بار یک فنجان از داروی تازه تهیه شده میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی صاف کننده خون

گیاه افسنطین یک قسمت

گیاه بومادران دو قسمت

گیاه قنطوریون دو قسمت

برگ نعناع چهار قسمت

برگ بنفشه چهار قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از داروی مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی صاف کننده خون

برگ سنا یک قسمت

گیاه بومادران یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

برگ شیرمال یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزانه یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی صاف کننده خون

ریشه بابا آدم ۳۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۳۰ گرم

ریشه تاجریزی ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مخلوط فوق را که قبلاـ خرد شده باشد به مدت بیست دقیقه در یک لیتر آب جوش دم کرده و مقدر نصف یا بیشتر آنرا در روز مصرف بکنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تمام گیاه شاهتره (Fumaria parviolora)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو : تمام گیاه گلدار بنفشه (Viola tricolor)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو : برگ یا چوب یا پوست ساقه غان (قان ، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف : ۴ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴-

دارو : برگ یا میوه آقطی (Sambucus nigra)

مقدر مصرف : ۴ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو : اندامهای مختلف گیاه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف : ۸ تا ۱۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا اصف کرده روزی دو بار میل کنید .

نسخه شماره ۶-

دارو : برگ و گل گیاه گل قاصدک (Taraxacum officinalis)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷-

دارو : تمام گیاه گزنه (Urtica dioica)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸-

دارو : میوه عناب (Ziziphus vulgaris)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۲۰ دانه

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹-

دارو : تمام گیاه خرفه (Portulaca oleracea)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای ضد تب و تب بر

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی تب بر

ریشه بابا آدم ۳۰ گرم

گیاه علف چای ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۱۵ گرم

برگ کاکوتی ۱۰ گرم

برگ سنا ۱۰ گرم

برگ گاوزبان ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده نیم ساعت قبل از ناهار و شام یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی تب بر

پوست بید یک قسمت

ریشه کاسنی یک قسمت

گل اروانه یک قسمت

برگ بادرنجبویه یک قسمت

میوه ناخنک یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا خرد شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-داروی تب بر

مغز خیار ۳۰ گرم

مغز تخم کدو ۳۰ گرم

تخم کاسنی ۳۰ گرم

عصاره شیرین بیان ۱۰ گرم

نشاسته ۱۰ گرم

کتیرا ۱۰ گرم

آب کاهو به مقدر کافی

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده و الک کرده و سپس با مقدری آب کاهو یا لعاب اسفرزه مخلوط و به صورت حب درآورده و هر بار تا ۶ گرم مصرف شود .

توجه : نسخه فوق جهت تب و سردرد و سرسام (ورم مغز) مفید بوده و همچنین تشنگی را رفع کرده و خاصیت خواب آور درد .

نسخه شماره ۴- داروی ضد تب و خنک کننده

اسفرزه یک قسمت

تخم شربتی یک قسمت

تخم ریحان یک قسمت

اسطو خودوس یک قسمت

بالنگو یک قسمت

بارهنگ یک قسمت

به دانه یک قسمت

ریشه ختمی یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از مخلوط داروی فوق (ریشه ختمی قبلاـ کوبیده شده باشد) را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۵- داروی تب بر

تخم کاسنی یک قسمت

خارخاسک یک قسمت

ناخنک یک قسمت

گل پنیرک یک قسمت

پوست بید یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غـذا خوری از داروی فوق را که قبلا نیم کوب شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی تب بر

زرد آلو ۵۰ گرم

عناب ۵۰ گرم

آلوی سیاه ۵۰ گرم

پوست بید ۵۰ گرم

بنفشه ۱۰ گرم

نیلوفر ۱۰ گرم

گشنیز ۱۰ گرم

تخم کاسنی ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

ابتـدا پوست بیـد را کوبیـده و نرم کرده و همراه بـا سـایر داروها در یک لیتر آب برای مـدت ۸ ساعت خیسانده و سـپس آنرا صاف کرده و در یک نوبت میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی تب بر (چهار تخم)

تخم خیار یک قسمت

تخم خیار چنبر یک قسمت

تخم هندوانه یک قسمت

تخم کدو یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروی فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و می کوبند سپس روزی سه بار هر بار ده گرم با کمی آب میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی تب بر (شش تخم)

تخم خیار یک قسمت

تخم کدو یک قسمت

تخم خیار چنبر یک قسمت

تخم هندوانه یک قسمت

تخم گرمک یک قسمت

تخم کاهو یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروی فوق را با یکدیگر مخلوط کرده و می کوبند سپس روزی سه بار هر مرتبه ده گرم با کمی آب میل می کنند

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : پوست یا برگ درخت بید (Salix alba)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو : گل اروانه (Salvia hydrangea)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو : گل شاه پسند طبی (Verbena officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو : برگ و پوست ساقه گیاه زبان گنجشک (Fraxinus excelcior)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو : برگ یا چوب یا پوست ساقه غان (قان ، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶- دارو : ریزم با تمام گیاه همیشه بهار کوهی (تنباکوی کوهی) (Arnica montana)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو : ریشه کاسنی (Cichorium intybus)

مقدر مصرف : ۵تا ۱۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو : پوست کبوده و سپیدر (Populus alba)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد

سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۹- دارو : تمام گیاه بنفشه (Viola ordorata)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- دارو : تخم خرفه (Portulaca oleracea)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- دارو : برگ بارهنگ (Plantago Lantceolata)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- دارو : پیاز (Allium cepa)

طرز تهیه و مقدر مصرف : روزی ۲ تا ۳ پیاز همراه با غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۳- دارو : ریحان (Ocimum basilicum)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۴- دارو : ماش (Vicia sativa)

مقدر مصرف : ۳۰ تا ۶۰ گرم

طرز تهیه : بصورت پخته میل کنید .

نسخه شماره ۱۵- دارو : بادرنجبویه (Melissa officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۶- دارو : گل گیاه شاه بلوط هندی (Aesculus hipocastanum)

مقدر مصرف : ۴تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای آرام بخش ، مقوی قلب و اعصاب

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی مقوی قلب

سنبل الطیب یک قسمت

گل گاو زبان یک قسمت

بادرنجبویه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۱۵ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار هر بار یک فنجان صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

سنبل الطیب ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح وشب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

بابونه ۱۰ گرم

زیره ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح وشب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

گیاه علف چای ۳۰ گرم

بادرنجبویه ۲۰ گرم

گل همیشه بهار ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح وشب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی مقوی قلب

گل زالزالک ۳۰ گرم

دارواش ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیمکوب شده باشد ادرار یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح وشب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی مقوی قلب

اکلیل کوهی ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۲۰ گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیمکوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان صبح وشب میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی رفع طپش سریع قلب

تخم ریحان ۱۲ گرم

گلاب ۱۲۵ گرم

شکر ۲۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

تخم ریحان را در مدت یک ساعت در گلاب خیسانده سپس شکر را به آن اضافه نموده روزی دو بار صبح و شب نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی رفع طپش سریع قلب

گل نیلوفر ۶ گرم

چوب صندل ۶ گرم

تخم گشنیز ۶ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را نیم کوب کرده و در ۲ لیوان آب به مدت یک شب خیسانده سپس آنرا صاف نموده کمی شکر به آن اضافه کرده روزی دو بار شب و صبح نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

داروهای معالج بیماریهای عصبی ، آرام بخش و ضد درد

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- داروی آرام بخش

گل بابونه یک قسمت

گیاه اسطو خودوس یک قسمت

برگ نعناع یک قسمت

ریشه سنبل الطیب دو قسمت

میوه رازیانه سه قسمت

گل و برگ پاخری سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غـذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شـده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار هر بار یک فنجان صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی آرام بخش اعصاب

ریشه سنبل الطیب سه قسمت

برگ نعناع سه قسمت

گیاه اسطوخودوس سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی آرام بخش اعصاب

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

گل رازک یک قسمت

گیاه اسطوخودوس یک قسمت

گیاه فرنجمشک یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

میوه انیسون یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت رفع بی خوابی

ریشه سنبل الطیب یک قسمت

گیاه فرنجمشک یک قسمت

گیاه اسطوخودوس یک قسمت

گیاه پاخری یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت رفع بیخوابی

بادرنجبویه ۱۵ گرم

رازیانه ۱۰ گرم

بابونه ۵ گرم

نعناع ۵ گرم

سنبل الطیب ۵ گرم

علف چای ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت رفع دردهای عصبی

سنبل الطیب ۱۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

هل ۱۰ گرم

علف چای ۲۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی معالج عصبی

بادرنجبویه ۲۵ گرم

گل بهار نارنج ۱۰ گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت رفع سردرد

سنبل الطیب یک قسمت

اکلیل کوهی یک قسمت

بابونه یک قسمت

نعناع یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی معالج بیماریهای عصبی

سنبل الطیب ۲۰ گرم

علف چای ۲۰ گرم

بادرنجبویه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- داروی معالج بیماری عصبی و آرام بخش

بادرنجبویه ۲۰ گرم

علف چای ۲۰ گرم

رازک ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار صبح و شب میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی سردرد

اسطو خودوس ۳ گرم

تخم گشنیز ۳ گرم

فلفل سیاه ۵ دانه

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا نیم کوب شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار هر بار یک فنجان نیم ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت رفع سردرد

صمغ عربی ۱۰ گرم

تخم گشنیز ۱۰ گرم

تخم کدو ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلاـ کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روری ۲ بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۳- داروی معالج سردردهای عصبی

برگ بادرنجبویه ۱۰ گرم

گل بهار نارنج ۱۰ گرم

اسطوخودوس ۱۰ گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

میوه رازیانه ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از گیاهان را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا

دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و گرم گرم میل کنید .

نسخه شماره ۱۴-دارو جهت نوعی صرع در اطفال

گل سرخ بدون کاسبرگ ۳۰ گرم

سنبل الطیب ۲۰ گرم

تخم کاسنی ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰ گرم

بابونه ۵ گرم

لعاب به دانه مقدر کافی

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروها را کوبیده و الک کرده با لعاب به دانه مخلوط و بصورت حب دارورند سپس به مقدر ۵ گرم جهت بالغین و ۲ تا ۳گرم جهت اطفال مصرف شود .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی آرامبخش اعصاب

دارو : ریشه سنبل الطیب (Valeriana officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

توجه : این دارو علاوه بر این با مقدر فوق الذکر درای خواص زیر هم می باشد :

- خواب بخش و خواب آور در هنگامیکه در اثر خواب ترس آور دچار بیخوابی می شوند .
- معالج عصبیت قلبی
- آرامبخش در کارهای فکری زیاد
- ضد هیستری
- ضد تهیج شدگی و هیجان
- معالج کلیه حالات عصبی
- معالج حالت عصبی ترس
- ضد تشنج های عصبی
- ضد سرگیجه های عصبی
- ضد سرفه های عصبی
- ضد آسم عصبی
- معالج ناآرامیهای عصبی
- ضد ترس شبانه اطفال

نسخه شماره ۲- داروی مقوی سیستم اعصاب

دارو : تمام گیاه اسطو خودوس (Lavandula anagustifolia)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۳- داروی آرامبخش اعصاب

دارو : تمام گیاه علف چای (هوفاریقون) (Hypericum perforatum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۴- داروی آرامبخش

دارو : گلبرگ شقایق (papaver rhoeas)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید. جهت اطفال روزی سه مرتبه هر دفعه یک قاشق مربا خوری از دم کرده فوق داده شود .

نسخه شماره ۵- داروی آرامبخش

دارو : تمام گیاه ریحان (Ocimum basilicum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۶- داروی محرک اعصاب

دارو : برگ نعناع (Mentha species)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۷- داروی مقوی اعصاب

دارو : برگ نارنج (Citrus aurantium)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۸- داروی آرامبخش ملایم

دارو : شیرابه خشک شده انقوزه (Ferula assa foetida)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : با کمی شربت قند میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این بعنوان معالج هیستری هم مصرف میشود

نسخه شماره ۹- داروی آرامبخش

دارو : گل بابونه اصلی (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی آرامبخش

دارو : برگ مریم گلی (Salvia officinalis)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۱- داروی معالج هیستری

دارو : برگ بادرنجبویه (Melissa of ficinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۲- داروی معالج هیستری

دارو : تمام گیاه سداب (Ruta graveolens)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۱۳- داروی معالج هیستری

دارو : کلاله زعفران (Crocus sativus)

مقدر مصرف : ۰/۲ تا ۰/۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت بعد از غذا میل کنید. (همراه غذا نیز می توان مصرف نمود)

داروهای معالج بواسیر یا همورویید

نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت واسیر

پوست سیا توسه یک قسمت

گیاه بومادران یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

میوه رازیانه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غـذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت بواسیر

گیاه فرنجمشک سه قسمت

گیاه بومادران سه قسمت

گل همیشه بهار پنج قسمت

برگ سنا ده قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غـذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت بواسیر

ریشه گل قاصدک دو قسمت

ریشه کاسنی یک قسمت

ریشه زرشک دو قسمت

ریشه شیرین بیان پنج قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غـذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت بواسیر

هلیله کابلی ۳۰ گرم

هلیله سیاه ۳۰ گرم

بلیله ۳۰ گرم

آمله ۳۰ گرم

مقل ارزق ۳۰ گرم

عسل ۶۵۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دانه ها را کوبیـده با عسل مخلوط کرده و بصورت حب (به انـدازه یک نخود) داروریـد روزی ۶ حب هر بـار دو حب یک ساعت بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت بواسیر

هلیله کابلی ۳۰ گرم

بلیله ۳۰ گرم

مقل ارزق ۱۰۰ گرم

عسل ۵۰۰ گرم

روغن بادام شیرین ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقـل ارزق را در آب گرم حـل کرده و بـا عسـل مخلوط کنیـد . سـپس داروهای دیگر را کوبیـده و الک کرده و توسط روغن بادام شیرین چرب نموده و در خاتمه با عسل و مقل ارزق مخلوط کرده و روزانه ۱۵ گرم میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت بواسیر

مقل ارزق ۱۰۰ گرم

فلوس خیار شنبر ۱۰۰ گرم

هلیله کابلی ۵۰گرم

بلیله ۳۰ گرم

آمله ۳۰گرم

افتیمون ۳۰ گرم

اسطوخودوس ۳۰ گرم

عسل ۱۰۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقـل ارزق و فلوس خیار شـنبر را در آب گرم حل کرده و سـپس بقیه داروها را کوبیـده و الک کرده و با روغن بادام شـیرین چرب نموده و در خاتمه تمامی داروها را با عسل مخلوط کرده و روزانه به مقدر ۱۰تا ۱۵ گرم میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد خونریزی

مر (مرمکی) یک قسمت

اقاقیا یک قسمت

بذرالبنج یک قسمت

صمغ عربی یک قسمت

برنج بوداده شده یک قسمت

آب برگ مورد مقدر کافی

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را کوبیده و با آب مورد مخلوط و بصورت شیاف درآورده سپس این شیاف را جهت قطع خون مقعد که خواه از بواسیر و خواه از اسهال باشد مورد استفاده قرار می دهند .

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو ی ضد دردهای بواسیر

دارو : برگ بارهنگ (Plantago major)

مقدر مصرف : بصورت ضماد در موضع استعمال شود .

نسخه شماره ۲-

دارو : هلیله کابلی (Terminalia chebula)

مقدر مصرف : ۵ گرم (یک قاشق مربا خوری)

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد روزی ۲ مرتبه با مقدری آب گرم یا شیر میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد معالج بواسیر

دارو : روغن زیتون (Olea europea)

مقدر و روش مصرف : ۵۰ گرم روزی سه مرتبه هر مرتبه دو قاشق غذا خوری بعد از هر غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴-

دارو : تمام گیاه شاهتره (Fumaria species)

مقدر و روش مصرف : بصورت ضماد در موضع استعمال شود .

نسخه شماره ۵-

دارو : تخم شنبلیله (Trigonella foenum - graecum)

مقدر و روش مصرف : به مقدر ۶۰ تا ۱۲۰ گرم تخم نیمکوب شنبلیله را در چهار تا پنج لیوان آب جوش ریخته ، مدت ۵ دقیقه آنرا بجوشانید و پس از صاف کردن و ولرم شدن آنرا به بیمار تنقیه کنید .

داروهای ضد رماتیسم و نقرس

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱-دارو ی ضد رماتیسم

پوست بید ده قسمت

گیاه بومادران سه قسمت

برگهای لبلاب (دردوست) پنج قسمت

پوست سیا توسه دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت آنرا کنار بگذارید تا دم بکشد پس از صاف کردن بصورت سرد روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد روماتیسم

پوست بید سه قسمت

گل بابونه دو قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گیاه دم اسبی دو قسمت

مغز دانه لوبیا دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت آنرا کنار بگذارید تا دم بکشد پس از صاف کردن بصورت سرد روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد روماتیسم

پوست بید چهار قسمت

ریشه شیرین بیان سه قسمت

گل بابونه چهار قسمت

میوه ابهل یک قسمت

برگ سنا یک قسمت

گیاه بنفشه سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت رماتیسم و نقرس

افسنطین ۱۰ گرم

دم اسب ۱۰ گرم

گزنه ۱۰ گرم

ریشه قاصدک (کاسنی زرد) ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد نقرس و رماتیسم

میوه سرو کوهی (پیرو) ۱۰ گرم

گزنه ۱۰ گرم

برگ غان ۱۰گرم

میوه نسترن ۱۰ گرم

نعناع ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد نقرس و دردهای مفاصل

بومادران ۱۰ گرم

دم اسب ۱۰ گرم

پوست بید ۱۰ گرم

برگ غان ۱۰ گرم

ریشه قاصدک (کاسنی زرد) ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقـدر یک قاشق غـذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف نموده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد نقرس و دردهای مفاصل

سپستان ۵۰ گرم

ریشه بادیان ۳۰ گرم

ریشه کاسنی ۳۰ گرم

میوه رازیانه ۱۵ گرم

سورنجان ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقـدر یک قاشق غذا خوری از داروهای فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش حل کرده و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو جهت دردهای مفاصل

هلیله زرد ۱۰ گرم

هلیله سیاه ۱۰ گرم

مقل ارزق ۱۰ گرم

سنبل الطیب ۲۰ گرم

تخم کرفس ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهـای فوق را پس از کوبیـدن با هم مخلوط کرده مقـدرزی از مخلوط فوق را با عسل یا مربا بصورت حب (انـدازه یک نخود) درآورده و روزی ۶ حب هر بار ۲ حب میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو جهت دردهای مفاصل

زنجبیل ۳۰ گرم

زیره ۳۰ گرم

سورنجان ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را به صورت پودر نرم درآورده و روزی دو بار ره بار یک قاشق غذاخوری آنرا با آب میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو جهت دردهای مفاصل

بذر البنج ۲۵ گرم

گل سرخ ۲۵ گرم

زنجبیل ۲۵ گرم

سورنجان ۲۵ گرم

روغن کنجد ۳۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را بصورت پودر درآورده و با روغن کنجد مخلوط و سپس بجوشانید تا سفت شود سپس آنرا در یک بطری نگهدرید و روزی دوبار مفصل دردناك را با آن ماساژ دهید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو : سیر Allium sativum

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد روزی سه بار همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع عوارض روماتیسمی دارو : پیاز Allium cepa

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۸۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را روزی سه بار همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو ی ضد دردهای مفصلی حاد ومزمن دارو : پوست یا برگ گیاه بید (Salix specied)

مقدر مصرف :۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : اکلیل الملک (ناخنک) (Melilotus officinalis)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : مرغ (شیندان) (Agropyrum repence)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : برگ و پوست ساقه گیاه زبان گنجشک (Fraxinus excelsior)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- داروی ضد دردهای روماتیسمی و نقرسی

دارو : دانه های خردل سیاه و سفید (Brassica nigra and alba)

طرز تهیه و مصرف : از خارج به شکل ضماد و مشمع و محلولهای مالیدنی مصرف کنید .

نسخه شماره ۸- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : پوست و جوانه های سپیدر (Populus nigar)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : تمام گیاه بابونه اصلی (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰-داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : شاه بلوط هندی (Aesculus hippocastanum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو : برگ و میوه برگ بو (Laurus nobilis)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۲- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو : ریشه و روغن کرچک (Ricinus communis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

جهت استفاده از روغن کرچک به مقدر کافی از آن روزی چند بار به موضع دردناک مالیده شود .

نسخه شماره ۱۳- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : تمام گیاه ترشک اسفناجی (Rumex patientia)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۴- داروی ضد دردهای روماتیسمی دارو : پوست گیاه نارون قرمز (Ulmus campestris)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۵- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : برگ یا چوب یا پوست ساقه غان (قان ، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۶- داروی ضد دردهای روماتیسمی

دارو : تمام گیاه گلدار اکلیل کوهی (Rosmarinus officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره۱۷-داروی ضد نقرس دارو : پیاز و دانه سورنجان (Colchicum luteum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

سخه شماره ۱۸-داروی ضد نقرس دارو : تره (Allium porrum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره۱۹-داروی ضد نقرس دارو : پوست بید (Salix species)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۱-داروی ضد نقرس دارو : ریشه بابا آدم (Arctium lappa L)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۲-داروی ضد نقرس دارو : ریشه گل قاصد (قاصدک) (Taraxacum officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲۳-داروی ضد نقرس دارو : تمام گیاه پونه (Mentha pulegium)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو کمی سمی است و فقط توسط پزشک تجزیه می شود .

نسخه شماره۲۴–داروی ضد نقرس دارو : دانه سبوس برنج (Oriza sativa)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲۵–داروی ضد نقرس دارو : برگ و پوست ساقه گیاه زبان گنجشک (Fraxinus excelsior)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲۶–داروی ضد نقرس دارو : پوست دانه لوبیا (Phasaeolus vulgaris)

مقدر مصرف : ۷ تا ۲۵ گرم در روز

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲۷–داروی ضد نقرس دارو : تمام گیاه ماميران (Chelidonium majus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲۸– داروی ضد نقرس دارو : میوه کاکنج (عروسک پشت پدره) (Physalis alkekengi)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ عدد

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲۹–داروی ضد نقرس

دارو : ریزم یا تمام گیاه همیشه بهار کوهی (تنباکوی کوهی) (Arnica montana)

طرز تهیه و اسـتعمال : بصورت مرهم به مقـدر ۰/۴ گرم به همراه بادام تلـخ کوبیـده شـده بر روی پارچه مالیـده و در محل درد قرار دهید این عمل هر روز انجام شود .

نسخه شماره۳۰ –داروی ضد نقرس دارو : برگ بادرنجبویه (Melissa officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳۱–داروی ضد نقرس دارو : برگ یا چوب پوسته ساقه غان (قان ، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

داروهای بیماریهای پوست و مو

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت جلوگیری از ریزش مو

برگ گزنه ۱ گرم

پیاز خشک شده ۱ گرم

الکل ۷۰ درصد ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مواد فوق را با هم مخلوط کرده و چند روز کنار گذاشته و سپس آنرا صاف کرده و با حاصل صافی سر را ماساژ دهند .

نسخه شماره ۲- دارو جهت جلوگیری از ریزش مو

شیره تازه علف چشمه ۱۰۰ گرم

الکل ۹۰ درجه ۱۰۰ گرم

اسانس ژرانیوم ۱۰ قطره

طرز تهیه و روش استعمال :

داروهای فوق را با هم مخلوط کرده و پوست را با آن ماساژ دهید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت رفع ترک دست یا سینه یا پستان

کره کاکائو ۷۰ گرم

روغن بادام شیرین ۵ گرم

اکسید دوزنگ ۰/۱ گرم

برات دوسود ۰/۱ گرم

اسانس برگاموت ۸قطره

طرز تهیه و روش استعمال :

داروهای فوق را با هم مخلوط کرده و جهت رفع ترک دست و یا پستان به موضع مالیده شود.

نسخه شماره ۴- داروی ضد خارش

بادام شیرین ۴ تا ۶ گرم

بادام تلخ ۴ تا ۶ گرم

قند ۶۰ گرم

آب ۵۰۰ گرم

طرز تهیه و روش استعمال :

مغز دو بادام را با قنـد سائیده و حاصل با آب مخلوط شود . در نتیجه نوعی شـیر بادام بصورت امولسـیون بدست می آید که در طی ۲۴ ساعت به موضع خارش مالیده و یا جهت رفع خارش های دستگاه تناسلی زنان استعمال شود .

نسخه شماره ۵- دارو جهت بیماریهای جرب و خارش

گل حلوا یک قسمت

ریشه انجبار یک قسمت

درمنه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

داروهای فوق را به مـدت ۵ دقیقه جوشانیـده و صـاف نموده و حاصل صافی را پس از سـرد شـدن روزی ۲ الی ۳ بـار به موضع می مالند .

نسخه شماره ۶- دارو جهت جرب و خارش

برگ سنا یک قسمت

پوست هلیله زرد یک قسمت

مدرسنگ یک قسمت

سفیداب قلعی یک قسمت

روغن گل سرخ ۲۰ قطره

روغن بنفشه ۲۰ قطره

طرز تهیه و روش استعمال :

داروها را (بجز روغنها) کوبیده و با روغن ها مخلوط و بصورت ضماد درآورده و بر موضع قرار داده شود.

نسخه شماره ۷- دارو جهت دملها و زخمها

کتیرا یک قسمت

تخم مرو یک قسمت

تخم کتان یک قسمت

گل بابونه یک قسمت

گل خطمی یک قسمت

شیر مقدر ۲ لیتر

طرز تهیه و روش استعمال :

داروهارا کوبیده و با شیر پخته و حاصل چند نوبت به موضع مالیده شود .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تمام گیاه شاهتره (Fumaris parvifora)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشـد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه :

۱- مقـدر زیاد این گیاه سـمی بوده و مصـرف آن به مقدر زیاد می تواند باعث فلج عضـلات صاف و دسـتگاه تنفسـی شود بنابراین مصرف آن باید زیر نظر پزشک باشد .

۲- در مصرف خارجی عصاره آنرا جهت خارش های جلدی توصیه نموده اند .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع اگزما و جوشهای صورت و کلیه بیماریهای پوستی

دارو : تمام گیاه گلدار بنفشه سه رنگ (Viola tricolor)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : در مصرف خارجی از دم کرده آن می توان جهت پاک کردن زخمهای عفونی و ناراحتی های پوستی نیز استفاده کدر .

نسخه شماره ۳- دارو جهت معالجه شکاف پاشنه پا و ناراحتی های پوستی

دارو : اسانس و گل بابونه اصلی (Matricharia chamomilla)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و به محل ناراحتی های پوستی مالیده شود .

توجه : علاوه بر این بصورت حمام برای زخمهایی که به سختی درمان می شوند می توان استفاده کدر .

نسخه شماره ۴- دارو ی ضد خارش

دارو : اسانس برگ گیاه برگ بو (Larus nobilis)

طرز استعمال : به موضع مالیده شود .

نسخه شماره ۵- دارو جهت معالجه اگزماها و زخمهای پوستی

دارو : پوست بلوط (Quercus Spp)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و موضع مورد نظر را با آن شستشو دهید .

نسخه شماره ۶- دارو ی ضد قارچهای پوستی و برطرف کننده خارش

دارو : تخم شنبلیله (Trigonella foenum-graecum)

طرز استعمال : مقدری از دانه ها را خرد کرده با آب بصورت ضماد درآورده در محل ناراحتی های پوستی مصرف کنید .

نسخه شماره ۷- دارو ی ضد سودا و ضد جوش ها و ورم پوست

دارو : ریشه زنجبیل شامی (Inula helenicum)

مقدر مصرف : ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده بصورت لوسیون یا کمپرس گرم استعمال کنید .

نسخه شماره ۸- دارو ی برطرف کننده خارش پوست

دارو : روغن اسطو خودوس (Lavandula angustifolia)

روش استعمال : به موضع خارش مالیده شود .

نسخه شماره ۹- دارو ی ضد خارش

دارو : اسانس نعناع (Mentha piperita)

روش استعمال : به موضع خارش مالیده شود .

نسخه شماره ۱۰- دارو ی ضد قارچهای پوستی

دارو : سیر (Allium sativum)

طرز تهیه واستعمال : شیره سیر را تهیه کرده و سپس به موضع مالیده شود .

توجه : از شیره سیر و یا له شده آن در پانسمان زخمهای قانقرایایی و رفع زخمهای چرکین و همچنین التیام زخمها نیز استفاده بعمل می آید .

نسخه شماره ۱۱- دارو ی ضد قارچ پوستی

دارو : حنا (Lawsonia inermis)

مقدر استعمال: ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را در دو لیوان آب جشو حل کرده مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید سپس آنرا بدون صاف کردن به موضع قارچی پوست مالیده و مدت نیم ساعت به روی پوست باقی بگذارید و در خاتمه موضع را با آب گرم شستشو دهید .

نسخه شماره ۱۲- دارو جهت محافظت پوست و رفع شکنندگی آن

دارو : شیره تازه گل همیشه بهار (Calendula officinalis)

مقدر استعمال: ۴ تا ۶ گرم

طرز تهیه و استعمال : شیره تازه را با ۶۰۰ گرم کرهیا چربی دیگر مخلوط کرده و سپس به موضع مالیده شود.

توجه : این دارو علاوه بر این جهت التیام زخمهای سطحی بدن ، سوختگی ، سرمازدگی ، رفع دانه های پوستی ، اگزوما و غیره توصیه شده است .

نسخه شماره ۱۳- دارو جهت رفع تحریکات آلرژیکی پوست

دارو : روغن مغز بادام (Prunus amygdalus)

مقدر استعمال: ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت امولسیون تهیه شده و سپس به موضع مالیده شود .

نسخه شماره ۱۴- دارو جهت رفع جوشهای صورت

دارو : پیاز (Allium cepa)

مقدر استعمال: ۲۰۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت جوشانده تهیه و سپس به موضع مالیده شود .

توجه : از جوشانده پیاز علاوه بر این جهت پانسمان زخمهای چرکین نیز استفاده بعمل می آید .

نسخه شماره ۱۵- دارو جهت رفع شوره سر

دارو : روغن کرچک (Ricinus communis)

طرز تهیه و استعمال : بصورت پماد یا لوسیون تهیه و مالیده شود .

نسخه شماره ۱۶- دارو جهت رفع کوفتگی و التیام پوست

دارو : همیشه بهار کوهی (Arnica montana)

مقدر استعمال : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا

دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و به موضع مورد نظر بمالید .

نسخه شماره ۱۷- دارو جهت زخمهای پوستی و درد مفاصل

دارو : ریشه سمفیتون (کنسود طبی) Symphytum officinale

مقدر استعمال : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و به موضع مورد نظر بمالید .

نسخه شماره ۱۹- داروی ضد جوش های پوستی مزمن

دارو : ریشه صابونی (غاسول) (Saponaria officinalis)

مقدر استعمال : ۱۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت خیسانده تهیه وسپس به محل خارش مالیده شود .

نسخه شماره ۱۸- دارو بهبود دهنده زخمهای سطحی

دارو : شیره تازه گیاه ماميران (Chelidonium majus)

مقدر استعمال : در موضع مالیده شود .

توجه : این دارو سمی است و مصرف آن فقط با نظر پزشک توصیه می گردد .

نسخه شماره ۲۰- داروی جهت معالجه اگزومای پوستی

دارو : پوست گیاه نارون قرمز (اوجا ، سمد) (Ulmus campestris)

مقدر استعمال : ۵۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : گرد پوست را با ۱۵۰ گرم روغن گیاهی و ۵۰ گرم موم مخلوط و به مدت نیم ساعت در ۲ یا ۳ مرتبه متوالی تحت اثر گرمای زیاد قرار می دهند و سپس به حالت گرم از یک پارچه نازک به منظور صاف کردن می گذرانند و پس از سرد شدن به موضع می مالند .

توجه : این دارو جهت سودا ، بروز دانه ها و زخمهای ناشی از بیماریهای نقرس و خنازیر و دیگر ناراحتی های پوستی مزمن نیز استعمال می شود.

نسخه شماره ۲۱- داروی جهت درمان زخمهای پوستی و اگزوما

دارو : تمام گیاه تازه علف چشمه (Nasturtium officinale)

مقدر استعمال : گیاه را له کرده و بصورت ضماد بر روی موضع استعمال شود .

توجه : این دارو علاوه بر این جهت درمان زخمهای چرکین نیز استعمال می شود

نسخه شماره ۲۲- داروی التیام دهنده و نرم کننده پوست

دارو : روغن بادام شیرین (Prunus amygdalus var.dulcis)

روش استعمال : به موضع مالیده شود .

توجه : این دارو علاوه بر این در مورد زیر هم استعمال می شود :

- جهت التهابهای سطحی بدن

- در سوختگیها

- در باد سرخ

– ضد خارش در سرخک و مخملک

– بعنوان تسکین دهنده در اگزما

نسخه شماره ۲۳– داروی ضد خارش های پوستی با منشا سودا

دارو : بادام تلخ (Prunus Amygdalus var.amara)

طرز تهیه و استعمال : بصورت امولسیون تهیه کرده و سپس در موضع مالیده شود .

توجه : امولسیون فوق همچنین جهت رفع خارش های دستگاه تناسلی زن استعمال می شود . از طرفی خمیر بادام تلخ را به جای صابون می توان در اگزما و همچنین در رفع دانه های جلدی ، بوی بد پا و زیر بغل نیز مورد استفاده قرار درد .

داروهای ضد اسهال

===نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱–دارو جهت رفع اسهال (قابض)

تخم مورد ۳۲۰ گرم

ریشه انجبار ۲۰۰ گرم

برگ توت فرنگی وحشی ۲۰۰ گرم

گل بابونه ۷۰ گرم

برگ مریم گلی ۷۰ گرم

برگ نعناع ۷۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۷۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

مقدر یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲–دارو جهت رفع اسهال معمولی

به دانه ۱۵ گرم

برگ نعناع ۱۰ گرم

برگ فرنجمشک ۱۰ گرم

ریشه هفت بند ۳۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دو قاشق غذا خوری از داروی فوق را که قبلا کوبیده و نرم شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳– دارو جهت رفع اسهال

میوه سنجد یک قسمت

زیره سبز یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری از مخلوط فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ مرتبه هر دفعه یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت رفع اسهال

تخم ختمی ۱۵ گرم

تخم خبازی ۱۵ گرم

نشاسته ۵ گرم

صمغ عربی ۵ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

دارو ها را کوبیده و اندکی بو می دهند و هر نوبت ۱۰ گرم با شربت ساده میل بکنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت اسهال مزمن (اسهال خونی)

دارو : پوست گیاه شاه بلوط هندی (Quercus petraea)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو : گل انار (Punica grantum)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو : تمام گیاه علف هفت بند (Polygonum aviculare)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴-

دارو : پوست میوه انار (Punica grantaum)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو : دانه اسفرزه (Plantago psylium)

مقدر مصرف : ۵تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را در یک فنجان آب گرم ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا خیس خورده شود سپس آنرا با کمی شکر میل کنید .

نسخه شماره ۶- داروی ضد اسهال (مخصوص بچه ها)

دارو : میوه هویج (Daucus carota)

مقدر مصرف : ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را با کمی آب پخته سپس آنرا صاف کرده کم کم به بچه داده شود .

نسخه شماره ۷-

دارو : برگ مورد (Myrtus communis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

سخه شماره ۸- داروی ضد اسهال (اسهال خونی)

دارو : برنج پاک کرده (Oriza sativa)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۹-

دارو : ریشه ختمی (Althaca officinalis)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۱۰- داروی ضد اسهال (مخصوص بچه ها)

دارو : سیب درختی (Pirus malus)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ عدد

طرز تهیه : مقدر فوق را رنده کرده و با مقدری آب بصورت حریره درآورده و با کمی شکر به بچه بخورانید .

نسخه شماره ۱۱-

دارو : میوه و دانه به (Cydonia vulgaris)

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه : میوه را رنده کرده و با مقدری آب بصورت حریره درآورده با کمی شکر میل کنید . دانه را در یک فنجان آب گرم ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه باقی بگذارید تا خوب خیسانده شود و سپس با مقدر کمی شکر میل کنید .

نسخه شماره ۱۲-

دارو : پوست گیاه نارون (Ulmus comperstris)

مقدر مصرف : ۴۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشـد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای ضد دیابت – مرض قند

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تخم یا تمام گیاه شنبلیله (Trigonella foenum - graecum)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشـد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو : ریزم بید گیاه (مرغ) (Agropyron repens)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشـد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو : برگ توت سیاه (Morus nigra)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشـد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۴-

دارو : برگ اوکالیپتوس (Eucalyptus globulus)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشـد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو : پوست دانه لوبیا (Phasseolus vulgaris)

مقدر مصرف : ۷ تا ۲۵۰ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا کوبیـده شـده باشـد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشـد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶-

دارو : برگ درخت گردو (Juglans regia)

مقدر مصرف : ۳تا ۷ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷-

دارو :سیر (Allium sativum)

مقدر مصرف : ۳ یا ۶ عدد سیر تازه را همراه با غذا میل کنید .

طرز تهیه : ۱۲ تا ۱۸ گرم از سیر خشک شده را در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۸-

دارو :پیاز (Allium cepa)

مقدر مصرف : ۱۵۰ گرم همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره۹ -

دارو : ریشه بابا آدم (Arctium lappa)

مقدر مصرف : روزانه ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره۱۰-

دارو : برگ گزنه (Urtica urens)

مقدر مصرف : روزانه ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای بیماریهای قلبی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت طپش قلب

دارو : ریشه سنبل الطیب (Valeriana officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲- دارو جهت طپش قلب با منشا عصبی

دارو : برگ و گیاه گل گاو زبان (Borago officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۳- دارو جهت ضعف قلب

دارو : برگ بادرنجبویه (Melissa officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۴- دارو ی مقوی قلب

دارو : تمام گیاه اسطوخودوس (Lavandula angustifolia)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۵- دارو ی مقوی قلب

دارو : گل زالزالک (Crataegus monogyna)

مقدر مصرف : ۲ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

توجه : این دارو علاوه بر این با مقدر مصرف فوق درای کاربردهای زیر می باشد :

- جهت تصلب عروق کرونر (درجه خفیف)
- جهت ضعف میو کدر بعد از بیماریهای عفونی
- در مورد عدم تحمل به دیژ یتالین
- جهت اختلال در ریتم قلب
- جهت آسم قلبی

نسخه شماره ۶- دارو ی مقوی قلب

دارو : تمام گیاه اسطوخودوس (Lavandula angustifolia)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۷- دارو جهت معالج دردهای قلبی

دارو : ریشه انجدان رومی (Levisticum officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۸- دارو جهت خفقان و درد قلب

دارو : تمام گیاه مرزنجوش (Origanum majorana)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

نسخه شماره ۹- دارو ی مهیج قلب

دارو : برگ نعناع (Mentha piperita)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی دو بار هر بار یک فنجان یک ساعت قبل از غذا میل کنید.

داروهای ضد فشارخون بالا و پایین آورنده فشار خون

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : برگ گل و گل زالزالک (Crataegus monogyna)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۲-

دارو : دانه و برگ شنبلیله (Trigonella foenum -graecum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم و حتی تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۳-

دارو : پیاز گیاه سیر (Allium sativa)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید. (یا روز ۳تا ۴ عدد پیاز را همراه غذا میل کنید)

نسخه شماره ۴-

دارو : برگ و ساقه گیاه دارواش (Viscum album)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۵-

دارو : ساقه و برگ جعفری (Apium petroselinum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۶-

دارو : تخم کرفس (Apium graveolens)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

نسخه شماره ۷-

دارو : برگ درخت زیتون (Olea europea L)

مقدر مصرف : ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید.

داروهای ضد التهاب و درد

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : تخم و گیاه شنبلیله (Trigonella foenum-graceum)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو جهت رفع التهاب دهان و اندام تنفسی دارو : برگ مریم گلی (Salvia species)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : ریشه شیرین بیان (ریشه مجو) (Glycyrrhiza glabra)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد التهاب دارو : تمام گیاه زرین گیاه (Dracocephalum kotschyi)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو : مَرغ شیندان (Agropyrum repence)

مقدر مصرف :۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو : برگ و میوه انگور (Vitis vinifera)

مقدر مصرف :۴ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو : ریشه ختمی (Althaea officinalis)

مقدر مصرف :۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- دارو : تمام گیاه بابونه (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف :۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹- دارو : پوست بید (Salix species)

مقدر مصرف :۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۰- دارو : گل یا تمام گیاه گلدار اکلیل الملک (ناخنک) (Melilotus officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۱۱- دارو : تمام گیاه مریم نخودی (Teucerium chamaedrys)

مقدر مصرف : ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای معالج بیماریهای کلیه و مثانه

=== نسخه های مرکب

نسخه شماره ۱- دارو جهت نزله مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

تخم جعفری یک قسمت

برگ انگور خرس دو قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد دردهای مثانه

ریشه سنبل خطائی یک قسمت

ریشه شیرین بیان یک قسمت

گیاه دم اسب یک قسمت

گیاه بنفشه یک قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد درد مثانه و کلیه

برگ غان پنج قسمت

تخم جعفری دو قسمت

برگ انگور خرس هشت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد درد مثانه و کلیه

رگ غان سه قسمت

برگ انگو خرس هفت قسمت

ریشه شیرین بیان هفت قسمت

برگ بذر البنج سه قسمت

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و باقی بگذارید به مدت ۳۰ دقیقه باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی دو بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت معالجه بیماریهای کلیه و مثانه

برگ زبان گنجشک ۲۰ گرم

برگ انگور خرس ۲۰ گرم

ریشه شیرین بیان ۲۰ گرم

پوست بابا آدم ۱۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غـذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت سنگ کلیه و مثانه

تخم خیار ۳۰ گرم

تخم خربزه ۶۰گرم

خارخاسک ۴۰ گرم

ریشه لبلاب ۴۰ گرم

طرز تهیه و مقدر مصرف :

یک قاشق غـذا خوری زردوی فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده و روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

=== نسخه های تک دارویی

نسخه شماره۱ – دارو جهت رفع التهاب حاد و مزمن کلیه و مثانه

دارو : میوه خشک شده گیاه نسترن (گل سرخ وحشی) (Rosa canina)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این با مقدر مصـرف مذکور در فوق مورد شروع تشکیل سنگ کلیه و مثانه جهت حل کردن آنها نیز مورد استفاده قرار می گیدر .

نسخه شماره۲ – دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو : ریشه روناس (Rubia tinctorum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این درای خاصیت حل کنندگی سنگهای مثانه نیز می باشد .

نسخه شماره۳ – داروی ضد دردهای سنگ کلیه و مثانه

دارو : تخم تره (Allium porrum)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مـدت نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشد سـپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۴ – داروی ضد دردهای کلیه

دارو : تخم شوید (Anethum graveolense)

مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۵ – داروی ضد التهاب مجاری درای

دارو : گل بنفشه (Viola odorata)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۶ – دارو جهت رفع احتباس ادرار و ضعف مثانه

دارو : تمام قسمتهای گیاه به ویژه تخم جعفری (Apium petroselinum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۷ – دارو ی ضد دردهای مثانه

دارو : میوه کاکنج (عروسک پشت پدره) (Physalis alkekengi)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ عدد میوه

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو علاوه بر این موجب دفع اوراتها ، هم می شود .

نسخه شماره۸ – دارو ی معالج نزله کلیه

دارو : تمام گیاه ریحان (Ocimum basilicum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۹ – دارو ی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو : میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف : ۳تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره۹ – دارو ی معالج عوارض کلیه و مثانه

دارو : میوه یا پوست ریشه گیاه زرشک (Berberis vulgaris)

مقدر مصرف : ۳تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۱ – دارو ی جهت رفع التهابات کلیه

دارو : برگ یا چوب یا پوسته ساقه غان (قان ، توس) (Betula alba)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

توجه : این دارو باعث خروج آب بدن بدون اینکه بافت کلیه را تحریک کند می شود .

نسخه شماره ۱۲ – دارو جهت بیماریهای مجاری ادراری

دارو : تخم گشنیز (Coriandrum sativum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

نسخه شماره ۱۳– دارو جهت رفع عفونت مجاری ادراری

دارو : میوه خارخاسک (Tribulus terresteris)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق در یک لیوان آب جوش ریخته به مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان بعد از غذا میل کنید .

داروهای معالج بیماریهای چشم

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱– جهت درمان تحریکات و آسم چشم

دارو : چای (Thea sinensisnalis)

طرز تهیه ومقدر مصرف : مقدری چای را دم کرده پس از صاف کردن روزی ۲ تا ۳ مرتبه چشم را با آن شستشو دهید .

نسخه شماره ۲– دارو جهت ریزش اشک یا خارش چشم ، تقویت بینایی و قرمزی چشم

دارو : روغن زیتون (Olea europea)

روش ومقدر مصرف : روزی سه مرتبه هر دفعه دو قطره روغن زیتون را در چشم بچکانید .

نسخه شماره ۳– دارو جهت تقویت بینایی یا رفع کم سویی چشم

دارو : سیب درختی (Pyrus malus)

روش ومقدر مصرف : مصرف روزی چند عدد سیب بعلت درا بودن ویتامین های A و B و C برای تقویت بینایی چشم توصیه شده است .

نسخه شماره ۴– دارو جهت شستشوی چشم

دارو : بابونه اصلی (Matricaria chamomilla)

روش ومقدر مصرف : مقدر ۵ گرم گل بابونه را در یک فنجان آبجوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده چشم را با آن شستشو دهید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت درمان شب کوری و تقویت چشم

دارو : هویج (Daucus carota)

روش ومقدر مصرف : مقدر یک لیوان آب هویج خام را روزانه مصرف کنید .

نسخه شماره ۶- دارو جهت تقویت چشم

دارو : زعفران (Crocus sativum)

روش ومقدر مصرف : ۰.۲ تا ۰.۵ گرم همراه غذا میل کنید .

داروهای معالج زخم و سوختگی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو جهت درمان سوختگی با آتش

دارو : برگ خشک شده درخت چنار (Plantanus orientalis)

طرز تهیه و استعمال : برگها را سائیده و روی موضع پاشیده شود .

توجه : این دارو بطور کلی جهت خشک کردن زخمها مورد استفاده قرار می گیدر .

نسخه شماره ۲- دارو جهت درمان سوختگی با آتش

دارو : میوه نارس زیتون (Olea euroepea)

طرز تهیه و استعمال : میوه ها را له کرده بصورت ضماد در موضع استعمال کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت درمان سوختگی با آتش

دارو : روغن کنجد (Sesamum indicum)

روش و مقدر مصرف : روغن کنجد را بلافاصله بعد از سوختگی به محل سوختگی بمالید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت درمان سوختگیها و زخمها

دارو : سرشاخه ها گلدار یا برگ گیاه علف چای (هوفاریقون) (Hypericum perforatum)

طرز تهیه و استعمال : بصورت پماد در موضع استعمال شود .

نسخه شماره ۵- دارو جهت درمان سوختگی با آتش و زخمهای بزرگ

دارو : برگ تازه لبلاب (عشقه) (Hedra helix)

طرز تهیه و استعمال : بصورت پماد در موضع استعمال شود .

نسخه شماره ۶- دارو معالج سوختگیها با آتش

دارو : روغن تخم کتان (Linum usitatissimum)

روش استعمال : در موضع استعمال شود .

نسخه شماره ۷- دارو معالج زخمها بویژه زخمهای دیر علاج و زخمهای عمیق

دارو : اسانس بابونه اصلی (Matricaria chamomilla)

روش استعمال : در موضع مالیده شود .

توجه : این دارو همچنین جهت معالجه زخمهای بیخ ران و سوختگیها نیز استعمال می شود .

نسخه شماره ۸- دارو جهت رفع آماس و التیام زخمها

دارو : برگ یا ریشه یا تمام گیاه گل خطمی (Althaea officinalis)

طرز تهیه و استعمال : به صورت ضماد در موضع استعمال کنید .

نسخه شماره ۹- داروی آرام کننده و خنک کننده پوست سوخته در اثر آتش یا آفتاب زدگی

دارو : روغن زیتون (Olea europea)

طرز تهیه و استعمال : در موضع سوختگی یا آفتاب زدگی مالیده شود .

توجه : این دارو علاوه بر این در مورد مارگزیدگی و گزش حشرات و همچنین درمان استسقا و آب آوردن نسوج بصورت موضعی مورد استعمال قرار می گیدر .

نسخه شماره ۱۰-

دارو : برگ یا ریشه یا تمام گیاه پنیرک (Malva silvestris)

مقدر استعمال : ۳۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت جوشانده در یک لیتر آب تهیه و سپس جهت شستشوی زخمها استعمال کنید .

نسخه شماره ۱۱- دارو جهت معالجه زخمها و بریدگیها

دارو : تنتور ریزوم یا تمام گیاه همیشه بهار کوهی (تنباکوی کوهی) (Arnica montana)

طرز تهیه و استعمال : تنتور را با آب به نسبت ۱ به ۲ یا ۱ به ۳ رقیق کرده و سپس جهت شستشوی زخمها و بریدگیها استعمال شود .

نسخه شماره ۱۲- دارو ی التیام دهنده و معالج زخمها

دارو : تنور گل همیشه بهار (Calendula officinalis)

طرز تهیه و استعمال : با مقدری آب مقطر رقیق کرده و زخم را با آن شستشو کنید .

نسخه شماره ۱۳- دارو جهت معالجه سوختگیهای ساده

دارو : پیاز (Allium cepa)

طرز تهیه و استعمال : پیاز را له کرده روی موضع قرار دهید .

نسخه شماره ۱۴- دارو ی معالج زخمها

دارو : گل گیاه شاه بلوط هندی (Aesculus hipocastanum)

مقدر استعمال : ۲۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت دم کرده در یک لیتر آب تهیه و جهت شستشوی زخمها استعمال شود .

نسخه شماره ۱۵- دارو ی التیام دهنده زخمها

دارو : قسمت گوشتدار میوه گردو (پوسته خارجی) (Juglans regia)

مقدر استعمال : ۵۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت جوشانده در یک لیتر آب تهیه و جهت شستشوی زخمها استعمال کنید .

نسخه شماره ۱۶- دارو ی معالج زخمها

دارو : تخم شنبلیله (Trigonella foenum-graecum)

طرز تهیه و استعمال : بصورت جوشانده تهیه و جهت شستشوی زخمها استعمال کنید .

نسخه شماره ۱۷- دارو ی جهت درمان زخمها

دارو : برگ دردوست (عشقه) (Hedra helix)

مقدر استعمال : ۱۵ گرم

طرز تهیه : بصورت دم کرده در یک لیتر آب و جهت شستشوی زخمها استعمال کنید .

نسخه شماره ۱۸- دارو ی معالج زخمهای دیر جوش

دارو : ریشه زنبق (Iris florentia)

طرز تهیه و استعمال : ریشه های تمیز را بصورت پودر درآورده و سپس روی زخمها بپاشید .

نسخه شماره ۱۹- دارو ی معالج زخمها

دارو : گل گیاه علف ماهور (Verbascum thapsus)

طرز تهیه و استعمال : بصورت دم کرده تهیه و جهت شستشوی زخمها توصیه نموده اند .

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد عفونی کننده و التیام دهنده زخمها

دارو : برگ گیاه زبان گنجشک (Fraxinus excelsior)

مقدر استعمال : ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت ضماد تهیه و استعمال کنید .

نسخه شماره ۲۰- داروی ضد عفونی کننده و التیام دهنده زخمها

دارو : برگ گیاه پده (Populus euphratica)

مقدر استعمال : ۳ تا ۵ گرم

طرز تهیه و استعمال : بصورت ضماد یا آب شستشو تهیه و استعمال کنید .

داروهای معالج استسقا و آب آوردن نسوج و اندامها –

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی معالج آب آوردن انساج

دارو : پوست غان (Betula pendula)

مقدرمصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲-

دارو : ریشه ریزوم مارچوبه (Asparagus officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-

دارو : ریزوم غلیون (شون) (Sambucus ebulus)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴-

دارو : میوه و برگ بو (Laurus nobilis L)

مقدر مصرف: ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلاـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵-

دارو : سرشاخه های کاهوی تلخ (Lactuca virosa)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶-

دارو : میوه یا برگ آقطی سرخ (Sambucus racemosa)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلاـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷-

دارو : تمام قسمتهای کرفس (Apium graveolence)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلاـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸-

دارو : ریشه یا تمام گیاه گل قاصد (شیر مال ، کاسنی زرد) (Taraxacum officinalis)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلاـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داورهای بند آورنده خونریزی یا ضد خونریزی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد خونریزی

دارو : صمغ عربی (Acacia arabica)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلاـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد خونریزی های اعضای داخلی بدن

دارو : تمام گیاه آژوکا (Ajuca reptance)

مقدر امصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد خونریزی تمام اعضای بدن بویژه ضد خونریزی سینه و ریه

دارو : ریشه انجبار (Polygonum bistorta)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت جلوگیری از خونریزی بینی

دارو : گل خشک شده درخت چنار (Platanus orientalis)

طرز تهیه و استعمال : به صورت پودر تهیه و در بینی ریخته شود .

نسخه شماره ۵- جهت جلوگیری از خونریزی

دارو : پوست گیاه شاه بلوط (Castanea sativa)

مقدر امصرف : ۰/۵ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶- جهت جلوگیری از خونریزی های داخلی

دارو : برگ یا ریشه یا دانه تمام گیاه گزنه (Urtica unrens)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷- جهت جلوگیری از خونریزی های داخلی

دارو : تمام گیاه علف نقره ای (Potentilla anserina)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸- داروی معالج خونریزی ها

دارو : برگ مورد (Myrtus commnis)

مقدر امصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف

کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای ضد عفونی کننده و ضد باکتری – آنتی بیوتیک

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی ضد عفونی کننده بویژه جهت اندام تنفسی

دارو : تمام گیاه آویشن شیرازی (Thymus serpyllum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلاً کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲- داروی ضد باکتری و ضد عفونی کننده روده دارو : پیاز گیاه سیر (Allium sativum)

مقدر مصرف : ۲۰ تا ۵۰ گرم

طرز تهیه : همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- داروی ضد عفونی کننده دارو : پیاز (Allium Cepa)

مقدر مصرف : ۵۰ تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه : همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۴- داروی ضد عفونی کننده دارو : تمام گیاه افسنطین (Artemisia absinthium)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلاً کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد عفونی کننده دهان و دندان دارو : قسمت هوایی مریم گلی (Salvia officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلاً کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- داروی ضد عفونی کننده زخم ها دارو : گل همیشه بهار (Calendula officinalis)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : بصورت ضماد یا پماد مصرف کنید .

داروهای استفراغ آور

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تمام گیاه بنفشه (بنفشه معطر) (Viola odorata)

مقدر مصرف : ۳ تا ۶ گرم

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس

صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲-

دارو : ریشه زنبق (Iris florenting)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-

دارو : ریزوم اگیر ترکی (Acorus calamus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴-

دارو : سرشاخه های گلدار بابونه (Matricaria chamomilla)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای تقویتی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : تمام گیاه شاهتره (Fumaria species)

مقدر مصرف : ۱ تا ۳ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : مصرف مقادیر زیاد این دارو ممکن است اثر ناراحت کننده داشته باشد .

نسخه شماره ۲-

دارو : برگ بادرنجبویه (Melissa officinalis)

مقدر مصرف : ۴ تا ۸ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-

دارو : تخم شنبلیله (Trigonella foenum-graecum)

مقدر مصرف : ۰/۲۵ تا ۱/۲۵ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴-

دارو : زعفران (Crocus sativus)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵-

دارو : پوست درچین (Cinnamomuni zeylanicum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶-

دارو : گل یا تمام گیاه بومادران (Achillea millefolium)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۷-

دارو : برگ مریم گلی (Salvia officinalis)

مقدر مصرف : ۱تا ۲ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۸-

دارو : تمام گیاه مرزنجوش (Origanum vulgare)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۹-

دارو : به لیمو یاورون (Lippa citriodora)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای زیاد کننده شیر مادر

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱-

دارو : میوه زیره (Cuminum cyminum)

مقدر مصرف : ۴تا ۶ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا ـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۲-

دارو : میوه انیسون (Pimpincella anisum)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا ـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۳-

دارو : تخم جعفری (Apium petroselinum)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا ـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۴-

دارو : تمام گیاه شوید (Anethum graveolens)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا ـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵-

دارو : تخم شنبلیله (Trigonella foenum -graecum)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا ـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۶-

دارو : میوه رازیانه (Foeniculum vulgar)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقـدر فوق را که قبلا ـ کوبیـده شـده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذاریـد تا دم بکشـد سـپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

داروهای ضد سرطان

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- داروی جلوگیری کننده از تجزیه شدن خون سرطانی

دارو : گل همیشه بهار (Calendula officinalis)

مقدر مصرف : ۲تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : برگ تازه یا خشک شده گل همیشه بهار را جهت سرطان های پوستی توصیه نموده اند .

نسخه شماره ۲- داروی پیشگیری سرطان دارو : شلغم (Brassica napus)

مقدر مصرف : ۱۰۰ تا ۲۰۰ گرم بصورت پخته یا خام مصرف کنید .

نسخه شماره ۳- دارو جهت سرطان پوست و دستگاه گوارش دارو : شاهتره (Fumaria species)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو جهت درمان سرطانهای دستگاه گوارش دارو : بومادران (Achillea millefolium)

مقدر مصرف : ۵ تا ۱۰ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا- کوبیده شده در یک لیوان آب جوش ریخته نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس صاف کرده روز سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو جهت سرطان پوست دارو : پوست بلوط (Canstanea dentata C.sativa

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر ۵۰ گرم پوست بلوط را در ۱ لیتر آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی ۲ مرتبه زخمها را شستشو دهید .

نسخه شماره ۶- دارو ی پیشگیری از بروز سرطان دارو : سیر و پیاز (Allium sativa and cepa)

مقدر مصرف : روزی ۵۰ گرم تا ۱۰۰ گرم سیر یا پیاز همراه غذا میل کنید

داروهای مقوی قوه باء – محرک جنسی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : پیاز (Allium cepa)

مقدر مصرف : ۵۰تا ۱۰۰ گرم

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را روزی ۲ مرتبه همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۲- دارو : زعفران (Crocus sativus)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه و استعمال : مقدر فوق را همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۳- دارو : تمام گیاه کرفس (Apium graveolens)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم همراه غذا بصورت خام مصرف کنید .

نسخه شماره ۴- دارو : تخم تره ۰ Allium porrum)

مقدر مصرف : ۱ تا ۲ گرم

مقدر فوق را با یک لیوان شیر چند روز متوالی میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو : موسیر (Allium ascalonicum)

مقدر مصرف : ۱۰ تا ۲۰ گرم

طرز مصرف : همراه غذا میل کنید

نسخه شماره ۶- دارو : پوست درچین (Cinnamomum zeylanicum)

مقدر مصرف : ۲ تا ۵ گرم

طرز تهیه: مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

مقدر فوق را می توانید همراه غذا میل کنید .

نسخه شماره ۷- دارو : تمام گیاه مارچوبه (Asparagus officinalis)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : ضمنا گیاهان زنجبیل ، چوب چینی ، درچینی وانیل و ثعلب که بومی ایران نیست جهت قوه باه بکار برده می شود .

داروهای کم کننده میل جنسی

نسخه های تک دارویی

نسخه شماره ۱- دارو : تخم سداب (Ruta graveolence)

مقدر مصرف : ۰/۵ تا ۱ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید .

توجه : مصرف مقادیر زیاد سداب سمی است و باید اجتناب شود .

نسخه شماره ۲- دارو : تخم یا میوه پنج انگشت (Vitex agnus - castus)

مقدر مصرف : ۲ تا ۴ گرم

طرز تهیه : مقدر فوق را که قبلا کوبیده شده باشد در یک لیوان آب جوش ریخته مدت نیم ساعت باقی بگذارید تا دم بکشد سپس آنرا صاف کرده روزی سه بار هر بار یک فنجان میل کنید

نسخه شماره ۳- دارو : انار ترش (Punica grantaum)

مقدر مصرف : روزی سه یار هر بار یک الی دو فنجان آب انار میل کنید .

نسخه شماره ۴- دارو : ترنج (بالنگ) (Citrus medica)

مقدر مصرف : روزی سه یار هر بار یک فنجان آب ترنج میل کنید .

نسخه شماره ۵- دارو : عدس (Lens esculenta)

مقدر مصرف : لااقل روزی یکبار مقدری عدس پخته را همراه غذا میل کنید .

استفاده از گیاهان دارویی برای تهیه ماسک

گیاهـان دارویی معمولاـ به تنهایی و یا همراه دو یا چنـد گیاه دارویی دیگر، دردرمان بیماری ها مورد اسـتفاده قرار می گیرد. در هر حـال رعـایت نکـاتی چنـد در اسـتفاده از گیاهـان دارویی ضـروری است تـا تـاثیر گـذاری آنهـا نمایان شود. بهتر است کلیه گیاهان دارویی قبل از اسـتفاده خرد شونـد تا حلال مورد نظر که معمولا آب می باشد، بتواند در سـلولهای گیاهی نفوذ کرده و مواد موثر و درمانی گیاه را در خود حل کرده و قابل اسـتفاده برای درمان نمایـد.برخی از دانه های دارویی مانند دانه اسـفرزه، بدون خرد کردن مصـرف میشود. از سوی دیگر، چون داروهای گیاهی به صورت جوشانـده، دم کرده و یا خیسانـده تهیه می شوند، بهتر آن است که برای یکبار مصـرف تهیه شوند و روزانه دو تا سه بار مورد اسـتفاده قرار گیرند. اما می توان مصرفی یک روز را تهیه کرد و در جای خنـک نگهـداری نمود و زمـانی که مصـرف دارو به صورت عصـاره، تنطور یـا اسانس تجویز می گردد، بهتر است که در تهیه آنها دقت نظر بیشتری توسـط فرد صورت گیرد. زیرا تهیه این داروها مسـتلزم داشـتن صبر و دقت بیشتر می باشـد.کلیه داروهایی که برای درمـان زخم ها، سوختگی ها، ناراحتی های پوستی و به طور کلی برای اسـتعمال خارجی تجویز گردیـده، بایـد از محل های معتبر و شنـاخته شـده تهیه شـده باشـد و در تهیه و تجویز دارو بایـد سـعی شود که همواره گیاهـانی مورد اسـتفاده قرار گیرنـد که از لحـاظ تجربی، خـواص درمـانی آنهـا به ثبت رسـیده باشـند و در حـدی تجـویز گردد که درمـان، کامـل گردد. علت عمـده تحقیق بر روی گیاهـان که از قرن هـا پیش صورت گرفته است اثرات درمـانی و بی ضـرری آنهـا می باشـد، که در طول سالهـای متمـادی به اثبات رسـیده است. از سـوی دیگر اهمیت دوچنـدان این گیاهـان ، در این است که همراه بـا مـاده موثر اصـلی درمـان، در گیـاه مواد موثر دیگری که دارای اثرات درمـانی می باشـند نیز وجود دارد، که اثر معـالجه را تشدیـد نموده و حتی در بسـیاری از موارد از سـموم و اثرات ناخواسته آن جلوگیری می نماید.استفاده از گیاهان دارویی به عنوان یک عامل عملی تجربه شده می تواند از بروز بسیاری از بیماری ها و گسترش و عواقب وخیم آن بکاهد و به عنوان یک عامل درمانی طبیعی و بی ضرر، مورد توجه باشد. آنچه که در طب سنتی و گیاه درمانی مورد نظر می باشـد اسـتفاده صـحیح و دقیق و بجا از گیاهان است. که امیدوارم شـما عزیزان در این مورد دقت لازم را به عمل بیاورید تا نه تنها بیماری درمان شود بلکه همیشه سالم و سلامت بمانید.

با استفاده از گیاهان از شر جوشهای خود خلاص شوید

خلاصه : ۷ راه کـار ساده برای مقابله با جوش صورت ۱ – هرگز جوش ها را فشار ندهید انها را دسـتکاری نکنید این کارها فقط به قرمز تر و ملتهب تر شـدن جوش هـا منتهی می شونـد و بـاکتری هـا و چربی هـایی که بـاعث ایجاد این جوش ها شـده انـد در دیگر قسـمت های صورتتان پخش می شوند . همچنین بعضـی مواقع این دستکاری ها به زخم شدن ناحیه اراف جوش ها منجر می شوند. ۲ – هر سی دقیقه یک بار یک کیسه یخ را روی جوش ها قرار دهید و ان را حدود دو دقیقه نگه دارید این عمل باعث کاهش تورم التهـاب و سـرخی جوش ها می شود و درد ناشـی از آن از بین می برد. ۳ – (ویژه بانوان) از کرم پودرهای پوشاننده استفاده کنید. زمانی که با عجله بایـد در جایی حاضـر باشـید می توانید قبل از خارج شدن از خانه مقدار اندکی کرم پودر پوشاننده رنگ پوسـت روی جوش ها بمالیـد تا زیاد به چشم نیاینـد. همچنین این نوع کرم پودر ها روی سـمت های براق پوست را می پوشاننـد و جلوه ای طبیعی و یکـدست به صورت می دهند۴ – بـا یـک نوع محلول پاک سازی کننـده مخصوص جوش های صورت و صابونی ملایم و بی بو روزی دو تا سه مرتبه صورتتان را بشویید/ به آرامی و با ملایمت با یک لیف یا حوله کوچک پوست صورتتان را مالش دهید

ولی هرگز این عمل را با خوشنت انجام ندهید و گرنه چربی طبیعی پوست صورتتان که به صورت طبیعی از به وجود امدن جوش ها جلوگیری می کند را از بین خواهید برد۵ - یک نوع کرم یا پماد حاوی پروکسید بنزوئیل یا اسید سالیسیلیک (بسیاری از پماد ها و کرم های مخصوص درمان جوش ها که در داروخانه ها موجود هستند حاوی این گونه ترکیبات می باشند) روی پوست صورت یا نواحی اطراف جوش ها بمالید. توجه داشته باشید که این ترکیبات در صورت مورد استفاده بیش از حد قرار گرفتن پوست را خشک می کنند. پس اگر پوستی حساس دارید استفاده از آنها برای شما توصیه نمی شود. ۶ - در صورت امکان از مواد ارایشی و بهداشتی عاری از چربی استفاده کنید این نوع محصولات باعث ایجاد حفره و سوراخ در پوست نمی شود(این سوراخ ها و حفره ها می توانند تبدیل به جوش و کورک شود. هر شب قبل از خواب آرایش صورتتان را پاک نید با پماد یا محلولی ضدذ جوش تا چربی و آلودگی از عمق پوست صورتتان بیرون آید. ۷ - در شب مقدار اندکی خمیر دندان روی نواحی اطراف جوش های صورتتان بمالید تا التها و تورم و سرخی آن مکتر شود . همچنین برای کاهش التهاب و تورم یک کیسه چای مرطوب با یک تکه پنبه آغشته به چند قطره لیمو ترش را به مدت پنج دقیقه روی جوش های صورتتان قرار دهید. در صورت به کاربردن این راهکارهای ساده و موثر ، ظرف مدت کوتاهی تفاوتی چشمگیر و قابل ملاحظه را مشاهده خواهید کرد در صورتی که دوباره جوش ها عود کردند لازم است به یک متخص پوست مراجعه نمایید تا برایتان محلول پاکسازی کننده مناسب نوع پوستتان تجویز کند. درمان های بلند مدت مثل استفاده از ماسک های پوست تغییر در برنامه غذایی و افزایش مصرف اب به پیش گیری از جوش های صورت کمک کنند.

سیب به جای مسواک؟!

سیب خوردن هرگز نمی تواند جایگزین مسواک شود؛ برای تمیزی دندان ها و حفظ بهداشت آن ها باید حتما دندان ها را مسواک زد و از نخ دندان استفاده کرد.

برخی مردم برای توجیه مسواک نزدن خود، اقدام به انجام اعمالی می نمایند که در بسیاری موارد موجب بروز مشکلاتی نیز می شود . از جمله این موارد، جایگزین کردن مسواک با خوردن سیب است. برخی این مورد را به دیگران نیز توصیه می کنند، در صورتی که پوسیدگی دندان یک آسیب موضعی و پیش رونده دندان است که با از دست دادن مواد معدنی سطح دندان به وسیله اسیدهای آلی آغاز می شود.

مهم ترین اسید آلی مؤثر، اسید لاکتیک است که به وسیله میکروب های مستقر در دهان و دندان تولید می شود. یکی از مهم ترین راه های تولید اسید لاکتیک تخمیر مواد قابل تخمیر مثل: کربوهیدرات ها؛ از جمله قندها است و قند موجود در سیب - با مکانیسم فوق- احتمال پوسیدگی دندان را افزایش می دهد.

عمل دیگری که در بین مردم رواج بیشتری دارد استفاده از خلال دندان یا چوب کبریت برای تمیز کردن دندان هاست که این عمل بیش از آن که به بهداشت دهان و دندان کمک کند، موجب تحریک و آزار لثه می شود.

به هر حال برای اجتناب از ماندن ذرات غذا در فضای بین دندان ها که منجر به پوسیدگی آن می شود و لازم است که دندان ها پس از هر وعده غذا به ویژه قبل از خواب شب با استفاده از مسواک و نخ دندان تمیز گردند.

نکته جالب این که مسواک زدن با وارد کردن تحریکات متعدد و ملایم موجب تقویت لثه و افزایش لایه شاخی پوست لثه در محل چسبیدن آن به دندان خواهد شد.(۱)

پی نوشت:

روزنامه کیهان، ۱۳۸۶/۸/۱۰.

خرما در بدن

بدن خرما را به عنوان غذای خوب می پذیرد و در برابر آن واکنشی نشان نمی دهد. خرما بسیار زود هضم می شود و برای هضم و جذب، انرژی بسیار کمی مصرف می کند و به همین دلیل به انسان آزار نمی رساند و خستگی ایجاد نمی کند. برای هضم شدن نیزهیچ گونه ویتامینی از بدن برداشت نمی کند زیرا خود دارای انواع ویتامین ها می باشد. خرما مانعی از لحاظ جذب برای بدن ایجاد نمی نماید و مانند غذاهای ترش مانع عمل ویتامین A در بدن نمی شود و هیچ گاه ایجاد ترشی نمی نماید از طرفی اگر غذای مصرفی را بپزیم در اثر حرارت، مقدار زیادی ویتامین ب و ث از بین می رود اما مصرف خرما چنین مشکلی را دربرنخواهد داشت.
خوردن خرمای تازه باعث می شود که سلول های زنده ای به مصرف سلول های زنده بدن برسند و بدن مواد مورد نیازش را به طور مستقیم دریافت دارد. شاید به همین دلیل است که «اسلام احتکار مواد غذایی را ممنوع داشته است» زیرا براثر ماندن، تازگی خود را از دست داده و بسیاری از خواص مفید خود را از دست می دهد ؛خرما یا کشمش براثر ماندن هر چه کهنه تر شود چنانچه ترش و فاسد نشود، اسیدالکل آن ها به قند بیشتر تبدیل می گردد.
خرما دارای مواد قندی قابل توجهی است؛ در محاسبه ضریب تنفسی برای تعیین میزان سوخت و ساز مواد قندی و چربی ها می بینیم که در اندک زمانی پس از صرف غذا تقریباً تمامی غذای متابولیزه شده منحصر به کربوهیدرات هاست و این تقریباً عملی است که بدن انجام می دهد. مواد پروتئینی در کل به استثنای ?? گرم که به طور طبیعی روزانه به ناچار تجزیه و مصرف می شود را زمانی که مواد قندی و چربی ها در دسترس قرار دارند تقریباً به طور کلی همین مواد به مصرف ایجاد انرژی می رسند. با مصرف خرما مقدار این ذخیره بسیار بیشتر می شود.
خرما از لحاظ بالا بردن قدرت دفاعی بدن نیز نقش موثری را ایفا می کند. به تازگی معلوم شده است که بین سوخت و ساز گلوکز و ترکیب اسیدهای چرب و تری گلیسرید یا چربی خنثی ارتباط نزدیکی وجود دارد و از آن جا که گلوکز بدون حضور انسولین دربافت ها قابل استفاده نیست از این رو چاقی در زمانیکه غلظت انسولین در بافت ها کافی نیست امکان پذیر نمی باشد. بنابراین مصرف زیاد کربوهیدرات (مواد قندی- نشاسته ای) تأثیر فوق العاده ای در تبدیل جریان متابولسیم گلوکز به لیپوژنز دارد در صورتی که کم مصرف کردن کربوهیدرات، تجمع چربی را در بدن به حداقل ممکن می رساند.خرما پاک کننده دستگاه گوارش و از بین برنده سموم بدن است اول این که مدفوع را از حالت مایع درمی آورد و با حجم خود روده ها را پاک می کند و دوم این که بسیاری از سموم روده ها را جذب و با خود به بیرون منتقل می سازد. همچنین خرما اصلاح کننده مزاج است. پنج درصد میوه ها به طور تقریبی سلولز است به همین دلیل بهترین و قوی ترین ملین ها بوده و از ایجاد یبوست جلوگیری می کند.

لیمو، درمانگری فرح بخش برای عفونت ها

نویسنده: سپیده سلیمی
هزاران سال است که لیمو به عنوان یک ماده غذایی و همچنین دارویی شناخته شده است و مورد بهره برداری قرار می گیرد. لیمو سرشار از ویتامین C است که خاصیت آنتی اکسیدان آن موجب می شود این میوه در تسریع بهبود بیماری های گوناگون، به تاخیر انداختن روند پیری و مقاوم سازی بدن در برابر سرطان ها بسیار مفید و کارساز باشد.
رومی ها از قرن ها پیش از لیمو به عنوان پادزهری برای سموم استفاده می کردند اما شهرت لیمو در گذشته بیش از هر چیز به دلیل میزان قابل توجه ویتامین C در آن و تاثیر آن در بیماری اسکوربری بوده است.لیمو دارای خواص فراوان است. لیمو نیروبخش، ضدعفونی کننده، مدر، قابض و آنتی اکسیدانی قوی است.لیمو که زادگاه اصلی و اولیه آن هند و برمه است سال ها است که به

سبب خواص بسیارش شهرت جهانی یافته است. آب لیمو یک ضدعفونی کننده قوی و محرک دستگاه ایمنی بدن است و با افزایش تعریق اثر درمانی مفیدی بر روی عفونت ها و تب دارد. این ماده با تحریک تعریق، بدن را از سموم پاک می سازد.
اغلب لیمو را به عنوان ماده ای اسیدی می شناسیم اما این میوه به ظاهر اسیدی هنگام هضم در دستگاه گوارش تجزیه شده و مقدار قابل توجهی کربنات پتاسیم تولید می کند. کربنات پتاسیم ماده ای است که با خنثی سازی اسید اضافی در معده و به تعادل رساندن اسیدیته محتویات دستگاه گوارش از دیواره آن محافظت می کند. این ویژگی موجب می شود لیمو برای بسیاری از مشکلات گوارشی از قبیل سکسکه مداوم، سوزش سر معده، حالت تهوع، یبوست و کرم های انگلی مفید باشد. لیمو به عنوان تقویت کننده کبد عمل می کند و چنانچه مخلوطی از آب لیمو با آب داغ را یک ساعت پیش از صبحانه صرف کنید تولید صفرا را تحریک می کند. برخی معتقدند مصرف روزانه مخلوطی از آب لیمو با روغن زیتون می تواند سنگ کیسه صفرا را حل کند. خوردن آب لیمو موجب پایین آمدن اسید اوریک می شود. آب لیمو ضدعفونی کننده ای قوی است که دستگاه ایمنی بدن را تقویت می کند. مصرف آب لیمو درمانی موثر برای انواع عفونت ها بوده و کاهش تب را موجب می شود. قرقره با آب لیمو گلودرد و ورم لوزه ها را تسکین می دهد. مصرف یک قاشق سوپخوری آب لیمو در کمی آب، نیم ساعت قبل از هر وعده غذا موجب تسکین آسم می شود.
لیمو همچنین دارای خاصیت ضدقارچ است که آن را ماده ای مفید برای درمان برفک دهان می سازد. خوردن لیمو برای جبران کم آبی، تسکین آرتروز و رماتیسم نیز مفید شناخته شده است.مخلوطی از آب لیموی تازه با کمی عسل و سه دانه میخک در آب داغ درمانی معجزه آسا برای سرماخوردگی، آنفلوآنزا و به ویژه سرفه است.
در گذشته از مخلوط آب لیمو با قهوه برای درمان میگرن و مالاریا بهره می بردند. آب لیمو خاصیت قابض داشته و موجب توقف خونریزی می شود. از این ویژگی می توان برای متوقف ساختن خونریزی هایی مانند خونریزی از بینی استفاده کرد. پنبه ای را به آب لیمو آغشته کنید و به سوراخ های بینی بفشارید. برای درمان خونریزی از لثه نیز هر صبح و شب لثه ها را با آب لیمو ماساژ دهید. خاصیت قابضیت لیمو آن را در تسکین خونریزی ها و اسهال مفید می سازد.
آب لیمو همچنین لوسیونی مناسب برای جلوگیری از آفتاب سوختگی است. اگر آب لیمو را با نسبت یک به یک با گلیسیرین مخلوط کنید لوسیونی مناسب برای درمان ترک لب ها و همچنین پاک کننده ای خوب برای پوست صورت به دست می آید که چربی پوست را تعادل می بخشد.پوست
لیمو نیز از خواص ویژه ای برخوردار است و حاوی ماده ای به نام پکتین است که یکی از مواد لازم و مفید در تهیه مرباها و مسبب ژله ای شدن آنها است. عطر خوش آن نیز به عنوان اسانس در شیرینی پزی و صنایع غذایی و بهداشتی کاربرد فراوان دارد. بهتر است پوست لیمو را نیز مصرف کنید. در اینجا کاربرد پیشنهادی برای مصرف لیمو با پوست آن را ملاحظه می کنید.

انگور خطر بیماری های قلبی را کاهش می دهد

محققان علوم تغذیه می گویند که مصرف انگور می تواند سبب تأثیر بر جدار داخلی عروق شده و کاهش خطر بروز بیماریهای قلبی عروقی را به همراه داشته باشد.
به گزارش پایگاه خبری نیوز وایز در اینترنت، با این که گامهای مؤثری در درمان بیماریهای قلبی عروقی برداشته شده است ولی این بیماریها همچنان دشمن شماره یک بشر می باشند و بالاترین رقم آماری علت مرگ را در مردان بالاتر از ۴۵ سال و زنان بالاتر از ۶۵ سال تشکیل می دهند. در همین حال بیشتر راههای درمانی طی دو دهه اخیر بر درمان با روشهای جراحی قلب و عروق متمرکزبوده است. محققان مؤسسه تحقیقات کودکان کلمب آمریکا با بررسی تأثیر انگور که در قالب آب انگور بدون الکل تهیه

شـده بود بر بـدن انسان دریافتنـد که این میوه می تواند تأثیر مثبتی بر بافت اندوتلیوم یا جدار داخلی عروق داشـته باشد. این گزارش می افزاید: در شـرایطی که جدار داخلی شـرایین دچار مشکل شوند و یا به سبب تجمع چربی بر قطر آنان اضافه شود، فرد در معرض خطر بروز بیماریهایی نظیر سـکته های مغزی و نیز مشـکلات قلبی قرارمی گیرد. این بررسیها در حالی به ثمر می رسد که قبلاً نیز اثر مثبت انگور بر کاهش کلسترول خون و نیز کاهش بروز بیماری فشار خون ثابت شده بود.

نقش آب انگور در کاهش بیماری های قلبی

محققـان می گوینـد، مصـرف آب انگور مقـدار اچ دی ال یـا چربی خون بـدن را به مقـدار زیاد افزایش و شاخصـهای التهاب را در بیماران قلبی کاهش میدهد.

بر اساس مقاله ای که در نشـریه اترواسـکلروز، ترومبوز و زیست شناسی عروق در آمریکا منتشر شد، آب انگور علاوه بر افزایش اچ دی ال تولیـد رادیکـال آزاد و شـاخص التهـاب را نیز کـاهش می دهـد. محققان معتقدنـد رها شـدن این گونه مواد از پلاکت ها به پدیـده سـخت شدن عروق و التهاب عروق کمک می کند، گرچه پیش تر مشـخص شده بود که آب انگور میزان تولید رادیکالهای آزاد را کاهش می دهـد اما تاثیر آن بر خواص التهابی پلاکت ها ناشـناخته بود. گفتنی است این خواص آب انگور ارتباطی با الکل ندارد و مواد دیگری سوای الکل و احتمالاً ترکیبات پلی فنلیک موجود در آب انگور در کاهش عوارض قلبی، عروقی نقش دارند.

مصرف سیر سرطان های معده و روده را کاهش می دهد

تحقیقات جدید نشان می دهد که ترکیبات مفید در سیر می تواند از تشکیل مواد سرطان زا در بدن جلوگیری کند که این اثربخشی بر روی معده و روده بیشتر است.

تحقیقات دکتر جان میلز از دانشگاه پنسیلوانیا نشان می دهد کسانی که به طور مرتب از سیر استفاده می کنند کمتر به سرطان معده و روده بزرگ مبتلا می شوند. براساس این تحقیق مصـرف ۵ تا ۱۸ گرم سیر معادل ۲ تا ۵ قطعه کوچک از سیر خام یا پخته در هفته برای پیشگیری از سرطان مؤثر است. همچنین مصرف سیر برای سلامت قلب نیز مفید است، ترکیبات موجود در سیر می توانند میزان کل کلسترول خون به ویژه کلسترول بـد را کاهش دهنـد. این ترکیبات از تشـکیل لخته خون در شـریان ها جلوگیری می کننـد و به این ترتیب خطر سـکته های قلبی را نیز کاهش می دهند. براساس نتایج این تحقیق مصـرف سـیر تازه بهترین راه اسـتفاده از ترکیبات مفید این گیاه محسوب می شود.

فواید ناشناخته سیب

نویسنده:آرمند

طبـق تحقیقـات محقــقـان، فقط به خاطر ویتامین C نیسـتکه باید روزی یک عدد سـیب بـخوریم. دانشـمنـدان خـواصضـد سـرطانی مـواد شـیمـیایی مختـلف موجـود در مـغـز وپـوست سـیـب را بـررسی کـردند. و دریافته اند که این موادشیمیایی تاثیراتی بسیار بالاتر از فقط ویتامین C دارد. اینمواد شـیمیایی، فلاوانوئید و پـلی فنول میباشد و تحقیقیکه در مجله طبیعت منتشر شده است، خواص آنتی اکسیدانه آن را بررسی می کند.

آنـتی اکسـیدان هـا بـا از بیـن بردن مولکـول هـایی کـه مسئول تخریب سـلولها هسـتند و منجر به سـرطان می شونـد، از این بیمـاری جلوگیری به عمـل می آورد. محققان دانشگاه کورنل در نیویورک، دریافته انـد که خوردن ۱۰۰ گرم سـیب در روز، خواص آنتی اکسیدانه ای برای بدن تامین می کند که معادل له خوردن ۱۵۰۰ میلیگرم ویتامین C می باشد.

پروفسور کونگ یونگ لی، یکی از محققان این تحقیق، می گوید"، برخی از مواد شیمیایی ضد آلرژی نیز به حساب می آیند، برخی هم ضد سرطان، ضد التهاب، و ضد ویروسی هستند. الان دیگر به اندازه کافی سند و مدرک وجود دارد که با قطعیت بگوییم با خوردن یک عدد سیب در روز دیگر نیازی نیست نزد دکتر بروید ".

برای آزمایش خواص ضد سرطانی موجود در سیب، محققان از سلول های سرطانی روده که در آزمایشگاه رشد کرده بود،، استفاده کردند.

آنها دریافتند که ۵۰ میلیگرم از این مواد شیمیایی، که از پوست سیب گرفته شده است، تولید و تکثیر این سلول های سرطانی را تا ۴۳٪ کاهش داده است. عصاره گرفته شده از مغر این میوه، تا ۲۹٪ از رشد سلول های سرطانی جلوگیری کرده است. یکی از تاثیرات مشخص تر آن زمانی است کشف شد که برخی از این مواد شیمیایی را بر روی سلول های سرطانی کبد امتحان کردند. سخنگوی انجمن تحقیقات مربوط به سرطان می گوید"، این تحقیق نشان می دهد که سیب تازه تاثیر آنتی اکسیدانه ای بالاتر از محتوی ویتامین C موجود در آن دارد. مکانیسم خواص حفاظتی میوه ها و سبزیجات هنوز مشخص نشده است و همچنین هنوز قطعاً ثابت نشده که سیب از میوه ها و سبزیجات دیگر پرفایده تر است ".او توصیه می کند که افراد باید رژیم غذایی متعادلی داشته باشند که دز آن به میزان کافی از سبزیجات و میوه جات استفاده کنند.

فواید سیب:

۱. افرادیکه از نقرس و رماتیسم رنج می برند، باید به طور مرتب سیب بخورند چون به درمان بیماری آنها کمک می کند.

۲. خوردن دو عدد سیب در روز سطح کلسترول خونتان را تا ۱۰٪ کاهش می دهد.

۳. نوشیدن آب سیب، سه بار در روز، از ایجاد ویروس د ر بدن جلوگیری می کند.

۴. یکی دیگر از فواید سیب برای افرادی است که مشکل معده دارند. اگر دچار مشکلات گوارشی هستید، قبل از غذا حتماً سیب بخورید.

۵. سیب رنده شده مخلوط با ماست برای از بین اسهال مفید است.

نکات:

۱. هیچگاه سیبی را که در جای خنک نگهداری نشده است را خریداری نکنید چون این میوه طی چند رو بیش از حد رسیده خواهد شد.

۲. سیب باید سفت باشد. اگر با فشار دادن انگشت روی آن تورفتگی ایجاد شود، از خرید آن خودداری کنید.

۳. سیب را در یخچال نگهداری کنید. درغیر اینصورت خیلی زود خراب خواهد شد.

۴. برای جلوگیری از قهوه ای شدن سیب، روی قسمت های بریده شده آن کمی آبلیمو بمالید.

۵. محققان کانادایی که روی ۸ نوع مختلف سیب تحقیق میکردند، دریافته اند که نوع قدیمی سیب، که همان سیب قرمز است، حاوی مقدار بیشتر آنتی اکسیدان در پوست و مغز خود می باشد.

فواید و خواص شگفت انگیز آبمیوه

در شهرهای مختلف، همه شب زنان و مردان را می بینید که در همان لباس کار خود به بار می روند و انواع اقسام آبمیوه ها، از آب هویج گرفته تا ترکیبات مختلفی از انواع میوه ها و سبزیجات را سفارش می دهند: آب کلم، آب خیار، آب کرفس، آب چقندر، آب کاهو، آب جعفری، آب انبه، آب آناناس، آب هندوانه، آب گریپ فروت، و آب سیب.

این روزها دسترسی به آبمیوه دیگر به دشواری سابق نیست و مردم خیلی راحت هر نوع آبمیوه ای را که بخواهند در آبمیوه فروشی

ها و رستورانها پیدا می کنند. خیلی از افراد هم آبمیوه مورد علاقه شان را خودشان درست می کنند. این روزها دیگر همه در خانه شان یک دستگاه آبمیوه گیری دارند و با صرف کمی وقت، صبر و پشتکار میتوانید آبمیوه دلخواهتان را در خانه تهیه کنید.

اخیراً موسسه ملی سرطان برای ترغیب مردم به مصرف میوه و سبزیجات بیشتر تلاش می کند. همواره توصیه می شود که هر روز حداقل ۵ وعده میوه و ۳ وعده سبزیجات استفاده کنید و دلیل آن خیلی ساده است: رژیم غذایی سرشار از میوه و سبزیجات از بسیاری از بیماری ها و مشکلات جلوگیری می کند؛ سرطان سینه، روده، مری، معده، ریه، تخمدان و مقعد. دانشمندان به دنبال مواد شیمیایی موجود در گیاهان هستند که از بروز این مشلات و ناراحتی ها جلوگیری می کند. این مواد شیمیایی گیاهی که فیتوشیمی نامیده می شوند در راس تحقیقات و مطالعات غذایی قرار گرفته اند چون رمز پیشگیری از بسیاری بیماری های کشنده مثل سرطان و بیماری های قلبی و بیماری های متداول مثل آسم، ورم مفاصل و آلرژی شناخته شده اند.

سالیان سال تحقیقات و مطالعات همه گیر شناسی که وضعیت های مختلف بیماری ها و رژیم غذایی را در جمعیت های مختلف که اعتقادی به قرار دادن میوه و سبزیجات در برنامه غذایی خود ندارند، با یکدیگر مقایسه کرده است. اینگونه مطالعات که در آفریقا، چین، کشورهای مدیترانه، روسیه و سایر نقاط انجام گرفته، نشان داده است که در فرهنگ هایی که رژیم غذایی افراد از میوه و سبزیجات تازه تشکیل شده است، که آنرا سرشار از کربوهیدرات و فیبر می کند، بسیاری بیماری هایی که مردم امریکای شمالی را مبتلا می کند، وجود ندارد. مثلاً در طی ۳۰ سالی که محققان انگلیسی در آفریقا کار می کردند، به هیچ عنوان با مشکلاتی مثل فتق، سرطان روده یا سرطان پروستات روبه رو نشدند. تنها دلیل آن می تواند تنوع رژیم غذایی آنها باشد.

اما این تحقیقات (که بیش از ۱۵۰ مورد در ۱۰ سال اخیر انجام گرفته است) دقیقاً ثابت نمی کنند که این رژیم غذایی است که این تفاوت در وضعیت سلامتی افراد را ایجاد میکند. عوامل بسیار زیاد دیگری هم هستند که می توانند بر سلامتی تاثیرگذار باشند، مثلاً آیا این نبود بیماری به خاطر رژیم غذایی فرد است یا به این خاطر است که در محیطی با آلودگی هوای کمتر زندگی می کند؟ اگر به خاطر رژیم غذایی است، کدام قسمت از رژیم غذایی آنها این تفاوت را ایجاد کرده است؟

این سوالات بوده که محققان بسیاری را به بررسی برخی ترکیبات خاص در موادغذایی واداشته تا ببینند چه موادی می تواند دربرابر ابتلا به این بیماری ها محافظت می کند. در این راه، محققان چند ماده غذایی را پیدا کردند: گوجه فرنگی، به همراه ویتامین C، ویتامین A و برخی موادمعدنی که ده ها هزار ماده شیمیایی دیگر در خود دارد.

مواد شیمیایی گیاهی که محققان پیدا کردند، بر تصور ما درمورد غذاها اثر می گذارد، به ویژه سبزیجات و میوه جات. برای مثال، بروکلی حاوی ماده ای است که می تواند از بروز سرطان سینه جلوگیری کرده یا حتی به درمان آن کمک کند. مرکبات موادی در خود دارند که دفع سموم را از بدن تسهیل می کند و درنتیجه احتمال ابتلا به سرطان را کاهش می دهد. انگور حاوی ماده است که از تخریب DNA سلولها جلوگیری می کند. به همین طریق، تعداد زیادی از سبزیجات سبز حاوی مواد شمیایی گیاهی هستند که دربرابر سرطان از بدن محافظت می کنند. بروکلی، کلم، گل کلم، هویج، کلم پیچ، کلم قمری، پیاز، سیر، شلغم، چغندر قرمز، فلفل، تره فرنگی، پیازچه و ...از جمله سبزیجاتی هستند که خواص ضد سرطانی دارند.

اما مشکل اینجاست که اکثر ما به اندازه کافی از میوه و سبزیجات استفاده نمی کنیم تا بتوانیم از فواید آن بهره مند شویم. مثلاً بااینکه مدام از رسانه می شنویم که باید حداقل ۵ وعده در روز از میوه جات و ۳ وعده در روز از سبزیجات استفاده کنیم، واقعیت این است که به طور متوسط بیشتر از یک تا دو وعده از سبزیجات و میوه جات استفاده نمی کنیم.

به همین خاطر است که مصرف آبمیوه شاید بتواند نیازهای غذایی ما را به میوه جات و سبزیجات تامین کند.

حال این سوال مطرح می شود که آبمیوه درمانی چه فواید دیگری دارد که تاکنون از چشم محققان به دور مانده است؟ برای مثال، اضافه کردن کلروفیل به رژیم غذایی که معمولاً توصیه می شود. کلروفیل که ماده ای است که به وفور در سبزیجات یافت میشود،

ساختاری شبیه به هموگلوبین دارد—ماده موجود در خون که مسئول انتقال اکسیژن است. در دهه چهل محققان دریافتند که مصرف کلروفیل توانایی بدن را برای تولید هموگلوبین تقویت می کند درنتیجه انتقال اکسیژن بهتر صورت خواهد گرفت. از آن زمان تاکنون، دیگر مطالعه چندانی برای کشف فواید کلروفیل انجام نگرفته است.

یا مثلاً قدرت آبمیوه تازه را برای انتقال گروه دیگری از مواد مغذی مهم در بدن مثل آنزیم هادر نظر بگیرید. آنزیم ها نیروی کار بدن شما هستند. این مواد که در صدها هزار واکنش شیمیایی بدن بعنوان کاتالیزور عمل می کنند، برای گوارش و جذب موا غذایی، تبدیل مواد غذایی به بافت های بدن، و تولید انرژی در سطح سلولی اهمیت بسیار زیادی دارند. در واقع، وجود آنزیم ها برای اکثر فعالیت های متابولیک که در بدن انجام می شود، ضروری است.

آبمیوه تازه منبع فوق العاده ای از آنزیم هاست. در واقع تازگی آبمیوه یکی از خصوصیات اصلی آن است چون آنزیم ها در اثر گرما از بین می روند. وقتی شما غذاهای پخته شده می خورید، چه حبوبات باشد، چه میوه ها و سبزیجات، اگر این غذا در دمای بالاتر از ۱۱۴ درجه پخته شده اشد، آنزیم های آن در اثر گرما از بین رفته اند. از آنجا که میوه ها و سبزیجات به صورت خام آبگیری می شوند، آنزیم های آن از بین نمی روند.

تصادفاً بسیاری از مواد شیمیایی گیاهی که توجه محققان را به خود جلب کرده است یا آنزیم هستند یا گاهای اوقات موادی میباشند که به ساختن یا فعال کردن آنزیم ها کمک می کنند.

بعلاوه، آب میوه ها و سبزیجات منابع بسیار خوبی از مواد مغذی به حساب می آیند. مرکبات (گریپ فروت، پرتقال و از این قبیل) میزان بسیار زیادی ویتامین C در خود دارند. آب هویج حاوی مقدار زیادی ویتامین A به شکل بتا کاروتین است. تعداد زیادی از آب سبزیجات سبز سرشار از ویتامین E هستند. آبمیوه ها منبع بسیار خوبی از مواد معدنی لازم مثل آهن، مس، پتاسیم، سدیم، ید، و منیزیم می باشند.

علاوه بر این، از آنجا که فیبر غیرقابل هضم در آبمیوه گرفته می شود، این مواد مغذی به میزان بسیار بیشتری در قالب آبمیوه برای بدن فراهم می شود تا در قالب میوه های طبیعی. برای مثال، به این خاطر که بسیاری از موادمغذی حاوی فیبر هستند، وقتی شما یک هویج خام می خورید فقط می توانید ٪۱ از بتا کاروتین موجود در آن را دریافت کنید. اما وقتی هویج را به صورت آبمیوه مصرف می کنید، یعنی فیبر آن گرفته میشود، تقریباً ٪۱۰۰ از بتا کاروتین موجود در آن جذب بدن می شود.

و کلام آخر اینکه میوه ها و سبزیجات یک ماده دیگری هم در خود دارند که برای حفظ سلامتی شدیداً مورد نیاز است—آب. بیش از ٪۶۵ از سلولهای بدن انسان از آب تشکیل شده است و در برخی بافت ها مثلاً مغز، ٪۸۰ سلولها از اب تشکیل شده است. وجود آب برای حفظ سلامتی بدن الزامی است اما متاسفانه اکثر افراد به اندازه کافی آب نمی نوشند. علاوه بر این بیشتر مایعاتی که وارد بدن ما می شود از چای و نوشابه تامین می شود که حاوی موادی است که برای دفع آن نیاز به چند برابر آب است. آب میوه ها و سبزیجات عاری از این مواد هستند و اب آنها آب خالص و سالم است.

پس باتوجه به فوایدی که برای آب میوه ها و سبزیجات در این مقاله عنوان شد، مثل محافظت از بدن در برابر ابتلا به سرطان، بیماری های قلبی، ورم مفاصل، و بیماری های دیگر، چرا نباید تغییری در رژیم غذاییتان ایجاد کرده و به مقدار بیشتری از آبمیوه در روز استفاده کنید؟

خواص و فواید گوجه فرنگی برای سلامتی

خوردن گوجه فرنگی زیاد کار بسیار خوبی است. این میوه که بیشتر جزء سبزیجات به حساب می آید، خواص و فواید بسیار زیادی برای سلامتی دارد.

در اینجا به ۱۰ دلیل که خوردن گوجه فرنگی را برای شما واجب می کند، اشاره میکنیم:

۱. گوجه فرنگی حاوی هر چهار کارتینوئید می باشد: کارتینوئید آلفا و بتا، لوتئین، و لیکوپن. هریک از این کارتینوئیدها خواص خاص خود را دارند اما در کنار یکدیگر نیز فوایدی را ایجاد می کنند.

۲. به طور خاص، گوجه فرنگی حاوی مقدار بسیار زیادی لیکوپن است که گفته میشود بالاترین فعالیت آنتی اکسیدانه را در بین کارتینوئیدها داراست.

۳. گوجه فرنگی و بروکلی در کنار هم بسیار پرفایده هستند و احتمال ابتلا به سرطان پروستات را کاهش می دهند. در یک تحقیق مشخص شد که در موش های صحرائی که به آنها گوجه فرنگی و کلم بروکلی داده شده بود، نسبت به موشهایی که به آنها لیکوپن بعنوان یک مکمل غذایی داده شده بود یا گوجه فرنگی و کلم بروکلی جداگانه به آنها داده شده بود، تومرهای پروستات بسیار کندتر رشد میکند.

۴. طبق تحقیقی که در دانشگاه مونترآل انجام گرفت، مشخص شد رژیم های غذایی سرشار از گوجه فرنگی، به کاهش احتمال ابتلا به سرطان لوزالمعده نیز کمک می کند. در این تحقیق محققان دریافتند که لیکوپن می تواند تا ۳۱٪ احتمال سرطان لوزالمعده را در میان آقایان با بالاترین و پایین ترین مقدار مصرف از این کارتینوئید، کاهش دهد.

۵. گوجه فرنگی حاوی ۳ آنتی اکسیدان بسیار مهم است: بتا-کاروتیئن (که فعالیت ویتامین A را در بدن دارد)، ویتامین E، و ویتامین C.

۶. گوجه فرنگی سرشار از پتاسیم است، ماده معدنی که اکثر ما با کمبود آن مواجه هستیم. یک لیوان آب گوجه فرنگی حاوی ۵۴۳ میلیگرم پتاسیم بوده و ½ فنجان سس گوجه فرنگی حاوی ۴۵۴ میلیگرم از این ماده است.

۷. وقتی گوجه فرنگی همراه با سایر چربی های مفید مثل آوکادو یا روغن زیتون، مصرف شود، جذب کارتینوئیدهای گیاشیمیایی در گوجه فرنگی، ۲ تا ۱۵ مرتبه بیشتر میشود.

۸. گوجه فرنگی بخش مهمی از رژیم های غذایی مدیترانه ای را تشکیل می دهد. در بسیاری از غذاهای مدیترانه ای از گوجه فرنگی یا سس آن استفاده می شود. برخی تحقیقات نشان می دهد که افرادیکه معمولاً از رژیم های مدیترانه ای استفاده می کنند، کمتر از سایرین به خاطر مشکلات قلبی و سرطان جان می سپارند.

۹. وقتی خانم های شیرده از محصولات گوجه فرنگی استفاده کنند، غلظت لیکوپن شیرشان افزایش می یابد. در این مورد، بهتر است گوجه فرنگی پخته باشد. محققان همچنین دریافته اند که خوردن محصولات گوجه فرنگی مثل سس گوجه بیشتر از خوردن گوجه فرنگی تازه، غلظت لیکوپن را در شیر مادر افزایش می دهد.

۱۰. برش های گوجه فرنگی حاوی غلظت بسیار بالایی کارتینوئید هستند. مقدار جذب کارتینوئید توسط سلول های روده انسان در رب گوجه فرنگی که حاوی پوست گوجه فرنگی باشد، بسیار بیشتر از نوع رب فاقد پوست گوجه فرنگی است. پس برای بالاتر بردن فواید غذایی گوجه فرنگی، از پوست کندن آن خودداری کنید.

دستورغذاهای عالی با گوجه فرنگی

خوشبختانه در کشور ما گوجه فرنگی از محبوبیت زیادی برخوردار است و مردم ما آن را یکی از اولیوت های خود در خرید سبزیجات قرار می دهند. در زیر به دو دستور غذای عالی که در آن از گوجه فرنگی استفاده شده است، اشاره می کنیم تا از همین امروز بیشتر از این ماده غذایی مفید استفاده کنید:

سس پاستا سیر و پیاز

با یک بطری یا کنسرو از سس مارینارا (سس گوجه فرنگی) شروع می کنید و در آخر سس بسیار خوشمزه و دلپذیری برای پاستا

خواهیدداشت.

۲ قاشق چایخوری روغن زیتون

۳/۲ فنجان پیاز شیرین

½فنجان فلفل قرمز، زرد یا نارنجی خرد شده

۲ قاشق چایخوری سیر خرد شده

کمی فلفل سیاه

¼فنجان ریحان تازه خرد شده

۲ فنجان سس مارینارا

¼آب انگور قرمز

روغن زیتون را در یک ماهیتابه کوچک ریخته و روی شعله متوسط-زیاد قرار دهید. وقتی روغن خوب داغ شد، پیاز و فلفل های خرد شده را به آن اضافه کنید تا زمانیکه بپزند (۴ دقیقه). شعه را تا حد ملایم پایین بیاوریدو حال سیر خرد شده و فلفل سیاه را اضافه کنید و اجازه بدهید دقیقه ای بیشتر بپزد. ریحان تازه، سس مارینارا، و آب انگور قرمز را اضافه کنید و اجازه بدهید تا وقتی که که سس خوب درست شده و داغ شود، بجوشد. (یک یا دو دقیقه بیشتر). این سس را می توانید با پاستا، مرغ و ماهی میل کنید. (برای ۴ نفر هرکدام ۴/۳ فنجان تا یک فنجان)

هر سرو: ۳۲ کالری، ۳ گرم پروتئین، ۱۷ گرم کربوهیدرات، ۶ گرم چربی، ۰.۹ گرم چربی اشباع، ۳.۸ گرم چربی غیراشباع، ۱.۴ گرم چربی غیراشباع پلی، ۰ میلیگرم کلسترول، ۳ گرم فیبر، حدود ۵۰۰ میلیگرم سذیم، کالری چربی ها: ۴۱٪

سالاد ساده گوجه فرنگی و سبزی ها

این سالاد تقریباً ساده است چون برای سس آن از سس های آماده استفاده میشود. خرد و آماده کردن سبزیجات آن هم خیلی سریع انجام می گیرد.

۱.۲۵ کیلو (حدوداً ۶ عدد متوسط) گوجه فرنگی تازه

½فنجان پیاز قرمز که باریک خرد و حلقه حلقه شده باشد

۲ عدد موسیر، باریک خرد شده باشد

۶ قاشق غذاخوری سس مایونز کم چرب یا هر سسی که دوست دارید

۳/۱ فنجان سبزی های تازه ریز شده مثل ریحان، جعفری، و ترخون

گوجه فرنگی ها را برش های ۲، ۳ سانتی ببرید و آنها را در ظرفی گود بچینید. پیاز و سبزی های خرد شده را نیز روی آن بپاشید. حال کمی سس روی آن بزنید. وی ظرف را کشیده و به مدت ۲۰ تا ۳۰ دقیقه در یخچال قرار دهید بعد استفاده کنید.

خواص انار

انار با نام علمی(punica granatum) یک درختچه به طول ۵-۸ متر، با برگهای براق، کشیده و باریک، گل های قرمز با قطر ۳ سانتی متر و میوه هایی شش گوش و کروی به قطر ۷-۱۲ سانتی متر با پوست قرمز و یا زرد، چرمی و دانه های فراوان میباشد. انار بومی ایران و هند میباشد و از ۴۰۰۰ سال قبل از میلاد نیز مورد استفاده قرار میگرفته است.مصرف انار از ایران به هند، واز آنجا به آفریقای شمالی و چین و سپس به اروپا و امریکا گسترش یافت است. واژه انگلیسی انار(pomergranate) از زبان یونانی به معنی" سیب پرهسته "برگرفته شده است.

۱–مرغوب ترین انار جهان در کاشان، ساوه و یزد ایران کشت میگردد.

۲–مصریان باستان همراه با انار دفن میشدند. بابلی ها اعتقاد داشتند خوردن دانه های انار قبل از پیکار آنها را شکست ناپذیر میسازد.

۳–در قرآن ۳ مرتبه نام انار ذکر شده است. در اسطوره های یونان نیز از انار یاد گردیده است.

۴–بزرگترین تولید کنندگان انار به ترتیب ایران، قزاقستان، اسپانیا و امریکا میباشند.

۵–طعم انار بسته به نوع و درجه رسیده بودن آن از شیرین وملس تا ترش متغیر است.

۶–انار بصورت میوه تازه، آب انار، کنسانتره انار و رب انار عرضه میگردد.

۷–دانه های انار ۵۲ درصد وزن کل میوه انار را تشکیل میدهند.

۸–یک انار متوسط به مقدار ۳/۴ فنجان دانه انار و ۱/۲ فنجان آب انار تولید میکند.

۹–آب انار باعث لکه دار شدن لباس میگردد. لک های ایجاد شده تنها با سفید کننده قابل رفع میباشند.

۱۰–آب انار به عنوان یک رنگ طبیعی برای الیاف غیر سنتتیک بکار گرفته میشود.

ارزش تغذیه ای یک انار متوسط به وزن ۱۰۷ گرم:

کالری ۸۰

چربی ۰.۵ گرم

آب ۸۵ گرم

کلسترول ۰

کربوهیدرات ۱۵ گرم

پروتئین ۱ گرم

سدیم ۴ میلی گرم

پتاسیم ۲۶۰ میلی گرم

فیبر ۱ گرم

ویتامین C ۴ میلی گرم

آهن ۰.۵ میلی گرم

ویتامین های B ۰.۳ میلی گرم

کلسیم ۷ میلی گرم

انتخاب و خرید انار:

۱–هنگام خرید انارها را بلند کنید و وزنشان را احساس کنید. هرقدر میوه انار سنگین تر باشد بهتر است.

۲–پوست انار باید نازک، سفت، براق و فاقد ترک خوردگی باشد.

نگهداری انار:

انار تازه در دمای اتاق (در محل تاریک و خنک) تا یک هفته قابل نگهداری است.انار قاچ خورده درون یخچال تا ۲ هفته قابل نگهداری است.دانه های انار را میتوان درون یک ظرف دردار تا ۶ ماه درون فریزر نگهداری کرد.

نحوه دان کردن انار:

۱–تاج انتهایی انار را جدا کنید.

۲–به آرامی پوست انار را چندین برش قطری بدهید.

۳-انار را درون یک کاسه آب به مدت ۵ دقیقه بخیسانید.

۴-انار را زیر آب نگه داشته و دانه ها را از پوست و پرده های سفید رنگ جدا کنید. دانه ها به ته ظرف رفته، و پوست و پرده ها روی آب شناور خواهند شد.

۵-پوست و پرده ها را از روی سطح آب بر دارید.

۶-دانه ها را درون صافی و یا آبکش ریخته و آب آنها را بگیرید. سپس با یک دستمال تمیز آنها را خشک کنید.

فواید انار برای سلامتی:

۱-انار غنی از آنتی اکسیدانهای قوی پلی فنولیک(POLYPHENOL)، تانن(PUNICALAGINS)،(TANNINS) و(ANTHOCYANINS) میباشد.

۲-الاژیک اسید ELLAGIC ACID موجود در اناراز بروز سرطان جلوگیری کرده و رشد تومورهای سرطانی را کند میسازد.

۳-انار برای سلامتی قلب و عروق، جلوگیری از تصلب شریانها و سکته ها، جلوگیری از پیری زودرس و آلزامیر و پیشگیری از سرطانها بویژه سرطان پروستات مفید است.

۴-آب انار خاصیت میکروب کشی و ضد عفونی کنندگی دارد.

۵-یک انار معمولی ۴۰ درصد نیاز روزانه بدن به ویتامین C را تامین میکند. همچنین انار منبع خوبی از اسید فولیک، پتاسیم و آهن میباشد.

۶-کاهش فشار سیستولیک خون و کلسترول بد نیز از دیگر خواص انار میباشد.

۷- آنتی اکسیدان های موجود در انار ۳ برابر میزان آنتی اکسیدانهای موجود در چای سبز و شراب قرمز است.

۸-انار تشکیل پلاک عروق را تا ۳۰ درصد کاهش میدهد.انار میزان نیتریک اکساید بدن را نیز افزایش میدهد.

۹-انار خون ساز و تصفیه کننده خون است.

۱۰-انارعطش را برطرف کرده و خنک کننده است.

۱۱-انار برای درمان اسهال،آرتریت،زردی و بواسیر مفید است.

۱۲-انار اشتها آور است.

۱۳-انار در درمان کم خونی و افزایش انرژی بدن موثر و مفید است.

۱۴-انار تقویت کننده کبد و کلیه ها میباشد.

خواص دیگر انار:

۱-دم کرده پوست انار گلودرد را تسکین میدهد.

۲-انار برای التهاب معده مفید است.

۳-انار قابض است بویژه پوست ریشه درخت و پوست میوه آن.

۴-جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده را نابود میسازد.

۵-انار ادرار آور است.

۶-برای درمان اسهال ۳۰ گرم پوست انار را با ۳ گرم دارچین در یک لیوان آب بجوشانید و بصورت خنک میل کنید.

۷-برای رفع گرفتگی صدا ۳۰ گرم پوست انار را به همراه ۲ گرم زاج سفید جوشانده و غرغره کنید.

۸-برای رفع دل درد روی دانه های انار نمک و فلفل زده وآن را میل کنید.

۹-برای رفع تب یک لیوان آب انار را به همراه اندکی زعفران میل کنید.

۱۰-پوست انار را در زیر نور آفتاب خشک کرده و تبدیل به پودر کنید. سپس آن را با اندکی فلفل سیاه و نمک مخلوط کرده و همراه با خمیر دندان، دندانها را مسواک بزنید. این مخلوط باعث سفید و درخشان شدن دندانها شده و برای سلامتی لثه ها نیز مفید است.

۱۱-جوشانده پوست انار برای گلودرد و التهاب گلو مفید بوده و همچنین خاصیت ضد کرم نیز دارد.

۱۲-دانه انار برای حل کردن سنگ کلیه و مثانه مفید است.

برنج از منظر روایات

خلاصه : پیامبر خدا (ص): برنج در میان خوراکی ها ،به سان مهتر (رئیس) در میان قوم است .

پیامبر خدا (ص): برنج در میان خوراکی ها ،به سان مهتر (رئیس) در میان قوم است .

پیامبر خدا (ص) : مهتر همه خوراکی های ساکنان این سرای و آن سرای ،گوشت و سپس برنج است .

خواص برنج

پیامبر خدا (ص) : برنج ، نیکو دارویی است : سرد است و سالم و برکنار از هر بیماری .

امام صادق (ع ") : برنج ،نیکو غذایی است . ما آنرا برای بیماری خود نگه می داریم .

امام صادق (ع) : از جانب شما ، چیزی دوست داشتنی تر از برنج و بنفشه برای ما نمی آید . من یکبار از دردی سخت در رنج بودم و دراین هنگام به من الهام شد که برنج بخورم . گفتم که آن را فراهم آورند .....، پس خداوند با /ان دردم رااز میان برد .

خواص میوه موز(نام علمی Musa sapientum)

موز گیاهی است علفی که مانند درختچه است . برگهای آن بسیار بزرگ و پهن و گاهی تا ? متر می رسد . گلهیا آن مجتمع و بصورت سنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می آید .

موز از چهار هزار سال قبل در هندوستان کشت می شده است . پرتغالیها موز را در سواحل گینه پیدا کردند و به جزائر قناری بردند و سپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی حاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود .

موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند .

موز انواع مختلف درد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی درد .

در کشورهای استوایی معمولا ـ موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه کرده و در آفتاب خشک می کنند

هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده است . موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است .

ترکیبات شیمیایی:

قندی که در موز وجود دارد بسرعت قابل جذب است

در صد گرم موز مواد زیر موجود است

انرژی ??? کالری

آب ?? گرم

پروتئین ?/? گرم

چربی ?/? گرم

قند ?/? گرم

کلسیم ? میلی گرم

فسفر ?? میلی گرم

آهن ?/? میلی گرم

سدیم ? میلی گرم

پتاسیم ??? میلی گرم

ویتامین آ ??? واحد

ویتامین ب ??/? ?میلی گرم

ویتامین ب ??/? ? میلی گرم

ویتامین ب ??/? ? میلی گرم

ویتامین ث ?? میلی گرم

در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نوروپی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد .

خواص داروئی:

موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تر است و خون را غلیظ می کند . موز انرژی زیادی درد و چون نرم هست غذای خوبی برای کودکان و اشخاص مسن می باشد

)?بدلیل داشتن پتاسیم زیاد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد

)?موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است

)?موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند

)?موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است

)?موز درمان زخم معده و روده می باشد

)?گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است

)?شیره گلهای موز درمان کننده اسهال خونی است

)?ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است

)??ریشه موز دفع کننده کرم معده است

)??موز نفاخ است و زیادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی نمک خورد

)??موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب درد.

)??برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید

)??موز بعلت درا بودن قند زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند.

خواص زیتون از منظر اسلام

خلاصه : پیامبر خدا (ص "):چه نیکو مسواکی است زیتون ،از درختی خجسته ! دهان را خوش بو می کند ،جرم دندان را می برد

ومسواک من و پیامبران پیشین است .

پیامبر خدا (ص "):چه نیکو مسواکی است زیتون ،از درختی خجسته ! دهان را خوش بو می کند ،جرم دندان را می برد ومسواک من و پیامبران پیشین است .

امام صادق(ع "):زیتون بادها رااز بدن دور می کند" .

امام کاظم (ع"):یکی از چیزهایی که آدم به فرزند خود آموخت این بود که" زیتون بخور چراکه درختی خجسته است" .

خواص روغن زیتون

پیامبر خدا(ص "): روغن زیتون بخورید و خود را با روغن زیتون چرب کنید ؛چرا که آن از درختی خجسته است" .

پیامبر خدا (ص"):روغن زیتون بخورید چرا که خجسته است .از آن خورش بسازید و از روغن آن برخویش بمالید چرا که از درختی خجسته بیرون می اید" .

پیامبر خدا(ص "):روغن زیتون بخورید و خود را با آن چرب کنید زیرا در آن درمان هفتاد درد است که جزام از جمله آنهاست" .

پیامبر خدا (ص "):روغن زیتون ،روغن پاکان و خورش نیکان است .در آن ،بدان گاه که روی می کند و نیز بدان گاه که پشت می کند برکت نهاده شده است و دوبار پاکی غوطه ور شده است" .

امام علی (ع "):با روغن زیتون بدن را چرب کنید و با آن خورش بسازید چرا که روغن نیکان و خورش برگزیدگان است دوبار پاکی در آن سوده شده و درآن بدان هنگام که پشت کندوبدان هنگام که روی می کند برکت نهاده شده است و با وجود آن هیچ بیماری ای زیان نمی زاند" .

امام صادق (ع "):خوردن سویق با روغن زیتون گوشت می رویاند ،استخوان را استحکام می بخشد ،پوست را نازک می کند و برتوان جنسی می افزاید" .

امام صادق (ع "):اگر از بدن کسی از شما جوش یا آماسه ای بیرون زد ،آن را ببندد وبا روغن زیتون یا روغن حیوانی درمان کند . "

خواص توت فرنگی (Strawberry)

گیاهی است با نام علمی Fragaria Vesca از خانواده گل سرخ که دو نوع ساقه راست و خوابیده دارد گل‌های آن منظم و به رنگ سفید می‌باشد قسمت مورد استفاده خوراکی توت فرنگی در حقیقت نهنج گل آن است که به تدریج بزرگ شده و به اصطلاح به عنوان میوه توت فرنگی معروف است

توت فرنگی به حالت خودرو در بعضی نواحی شمالی ایران وجود دارد و بعضی اوقات به دلیل خوش طعمی میوه آن را به طور مصنوعی پرورش می‌دهند از دیرباز همه قسمت‌های این گیاه مصرف دارویی داشته است و از برگ و ریشه آن که حاوی مقدار قابل ملاحظه‌ای تانن است به عنوان ضد اسهال و ادرارآور استفاده می‌شده است توت فرنگی، میوه ای شبیه توت است ولی کمی درشت تر، رنگش قرمز و طعم آن ترش و مطبوع است. بوته اش کوتاه و دارای برگهایی درشت و ساقه هایی باریک و خزنده است که روی زمین می خوابد و ریشه می دواند.

قسمت هایی که از بوته توت فرنگی مورد استفاده قرار می گیرند، عبارتند از: میوه ، برگ و ریشه .از دیر باز همه قسمت های این گیاه مصرف دارویی داشته است و از برگ و ریشه آن که حاوی مقدار قابل ملاحظه ای تانن است به عنوان ضد اسهال وادرارآور استفاده می شده است.توت فرنگی به صورت های گوناگون مورد استفاده قرار می گیرد: خام، جوشانده، مربا، شربت و بستنی.

خواص تغذیه ای توت فرنگی و اثر آن در سلامتی انسان :

توت فرنگی منبع خوبی از فیبر، ویتامین C، فولات، پتاسیم و آنتی اکسیدان ها می باشد که این مواد مغذی باعث می شوند توت فرنگی بعنوان یک جایگزین شیرین، باعث افزایش سلامت قلب، کاهش خطر ابتلا به انواع سرطان و در کل ارتقاء سلامتی بدن شود. همچنین دارای املاح کلسیم، آهن و فسفر می باشد. از مواد موثر مهم آن می توان تانن، موسیلاژ، قندهای مختلف، سالیسیلات ها و به خصوص اسیدهای میوه را نام برد.توت فرنگی سرشار از ویتامین و فاقد چربی اشباع است و کالری کمی دارد.یک واحد توت فرنگی معادل ? عدد است که ?? کالری انرژی دارد. توت فرنگی مانند سایر توت ها مثل شاه توت، توت سفید، تمشک و ...پاک کننده روده و مثانه است.

تحقیقات اخیر نشان داده است، دریافت روزانه یک واحد توت فرنگی باعث افزایش قابل توجهی در مقدار فولات خون شده و نیز فشار خون بالا را کاهش می دهد . فولات، مقدار هموسیستئین خون را کاهش می دهد. هموسیستئین اسید آمینه ای است که در مقادیر زیاد باعث مسدود شدن رگهای خونی می شود.همچنین توت فرنگی دارای مقادیر بالایی از آنتی اکسیدان ها مثل الاژیک اسید و آنتوسیانین(رنگدانه قرمز) است که در پیشگیری از بیماری های قلبی موثرند.این مطالعات اهمیت مصرف توت فرنگی را در برنامه غذایی بعنوان عامل بهبود عملکرد سیستم قلبی-عروقی نشان می دهد. همچنین مطالعات قبلی نشان داده بود که باعث بهبود عملکرد حافظه و کنترل آرتریت روماتوئید(التهاب مفاصل) می شود. از دیگر خواص توت فرنگی می توان به موارد زیر اشاره کرد :- مصرف این میوه علاوه بر وجود انواع ویتامین، املاح و آب که هر کدام اثرات خود را بر بدن اعمال می کنند دارای خاصیت تقویت کننده، ملین و خنک کننده نیز می باشد.- توت فرنگی از تصلب شرائین جلوگیری می نماید.- توت فرنگی اشتها آور است و ادرار را زیاد می کند.- دم کرده برگ توت فرنگی در زیاد کردن ادرار و شیر بانوان مفید است.- دم کرده برگ توت فرنگی یا میوه توت فرنگی می تواند نقرس و سنگ های مثانه را معالجه کند. - املاح معدنی موجود در توت فرنگی خاصیت مسهلی به آن بخشیده است، زیرا این املاح عضلات روده را به انبساط و انقباض وادار می کند و به همین جهت توت فرنگی برای درمان یبوست مؤثر است. - اگر توت فرنگی را له کنید و در آب بریزید، نوشابه ای به دست می آید که برای درمان تب هایی که با بیماریهای التهابی همراه می باشد، بسیار مفید است. - توت فرنگی به علت داشتن آهن و ویتامین C در خونسازی بدن مؤثر است. - توت فرنگی به علت دارابودن مقادیر کافی کلسیم و فسفر، در رشد و نمو کودکان و نوجوانان ، استحکام دندان ها و ترمیم شکستگی استخوان ها بسیار مؤثر است. - توت فرنگی حاوی موادی چون فسفر، کلسیم، منیزم، پتاسیم و مقداری آهن و هیدرات ? کربن بوده و در بدن تولید انرژی کرده و خستگی را برطرف می‌کند.- توت فرنگی به دلیل داشتن ویتامین C، در درمان بیماری لثه مؤثر بوده و به هضم غذا کمک زیادی می‌کند.- دانشجویان و افرادی که تمرینات فکری می‌کنند، بهتر است حتما توت فرنگی میل کنند چرا که خوردن این میوه باعث تامین فسفر مورد نیاز مغزشان میشود.- همچنین، توت فرنگی به علت داشتن ویتامین B در کاهش و رفع ترس، عصبانیت، خمودی، اضطراب، هیجان و سستی مؤثرست.- توت فرنگی نقش مهمی در خونسازی بدن دارد و از خاصیت ضدعفونی کننده‌ای برخوردارست. علاوه بر اینها خوردن توت فرنگی باعث پاک شدن خون از مواد مضر و زاید مثل اوره، اسیداوریک و چربی می‌شود و نیز درمان کننده نقرس است.- ویتامین A موجود در توت باعث رشد ناخن‌ها و تقویت چشم می‌شودمصرف روزانه ? واحد میوه و سبزی، احتمال ابتلاء به سرطان را کاهش می دهد.مطالعات جدید نشان می دهد مصرف روزانه ? یا ?? واحد میوه و سبزی به همراه ? واحد لبنیات کم چرب، در کاهش فشار خون بالا بسیار مؤثر است.

درمان بی خوابی با گیاهان دارویی

گیاهان دارویی

بی خوابی :

مدت خواب بستگی به سن وشرایط کاری فرد عموما بین شش تاهشت ساعت تغییر می کند .

بی خوابی علت های گوناگونی دارد که می توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱- نگرانی واضطراب

۲- نوشیدن چای وقهوه زیاد

۳- کشیدن سیگار

۴- ناراحتی های اعصاب و...

- درمان بی خوابی

برای درمان بی خوابی دستورهای گوناگونی وجود داردکه ما دراینجا به برخی ازآنها اشاره می کنیم تا شاید آن دسته ازخوانندگان ، که تا به امروز خواب راحتی نداشته اند . بتوانند پس ازانجام دادن این دستورها ساعاتی را بدون اضطراب استراحت کنند .

- دستوراول :

برای رفع بی خوابی با غذا گشنیز بپزید ومیل کنید .گشنیز در درمان بی خوابی بسیارموثر است.

- دستوردوم:

کدوتنبل سرشار ازویتامین A است وشیره تخم کدو همراه با شیر مسکن است و برای رفع بی خوابی بسیار موثر است.

- دستور سوم :

کاهو سرشار از ویتامین A، B،C می باشد ومواد معدنی مانند آهن ، کلسیم ،فسفر ، منیزیم ،منگنز، ید، روی ومس را داراست. زود هضم است وروده ها راتقویت می کند ودر رفع بی خوابی موثر است.

- دستورچهارم :

دم کرده گل بیدمشک را روزی دو،سه فنجان میل کنید . اعصاب را آرام وخواب رازیاد می کند.

- دستورپنجم :

دم کرده خرفه به مقدار ۲۵ گرم در یک لیترآب برای رفع بی خوابی و راحتی اعصاب موثراست.

جنگ علیه سرطان با سبزیجات

مترجم: راحله زند وکیلی

کلم بروکلی، کلم، جینگو بیلوبا(درختی کوچک با برگ های بادبزنی) و سیر می توانند از بروز انواع سرطان ها جلوگیری کنند یا جلوی پیشرفت تومورها را بگیرند. تحقیقات متعددی که بر تأثیر غذا و فعل و انفعالات درون سلول ها و DNA انجام شده، نشان می دهد که رژیم مناسب غذایی می تواند تا حد زیادی از بروز یا پیشرفت بیماری ها جلوگیری کند.

مطالبی که در زیر می خوانید برگرفته از تحقیقاتی است که در سازمان تحقیقات سرطان آمریکا در بالتیمور انجام شده است:

در مرحله اول، دکتر آکینوری یاناکا و همکارانش از دانشگاه تسوکوبای ژاپن دریافتند که در ۲۰ نفر که رژیم غنی از کلم بروکلی داشتند، میزان عفونت هلیکوباکتر پیلوری که باعث بروز ورم دیواره معده، زخم و سرطان معده می شود، به شدت کاهش یافته است.

دکتر یاناکا می گوید: با وجود اینکه هنوز نتوانسته ایم هلیکو باکتر پیلوری را به طور کامل از بین ببریم، ولی کنترل و کاهش میزان آن که باعث کندی یا توقف رشد بیماری های معده به خصوص سرطان دیواره معده می شود، آن هم با وسیله ای ساده مثل خوردن کلم بروکلی امکان پذیر است. این برای بیماران خبر بسیار مسرت بخشی است و جای امیدواری دارد.

سولفورافان ها و آنتی اکسیدان ها

سولفورافان یکی از مواد شیمیایی موجود در کلم بروکلی است که خاصیت بسیار قوی و مؤثر ضد سرطانی دارد. این ماده قدرت دفاعی سلول ها در برابر عوامل سرطان زا را بالا می برد.

آنتی اکسیدان ها غیرفعال کننده مولکول های سمی از بین برنده DNA و کشنده سلول ها و در نتیجه مؤثر در پیشگیری از سرطان هستند.

در تحقیق دیگری که بر روی کلم بروکلی صورت گرفت مشخص شد، وقتی مقداری از کلم بروکلی روی پوست موش آزمایشگاهی مالیده شد، تأثیر خنثی کننده اشعه ماوراء بنفش(UV) که عامل اصلی سرطان پوست است از خود نشان داد. یکی از محققین فعال در این تحقیق به نام آلبناتی دینکئوواکستوا می گوید: به محض اینکه تابشUV ، بر موش را قطع نمودیم، شروع به گذاشتن تکه های بروکلی بر پوستش کردیم و متوجه شدیم که ۵۰ درصد از میزان تهدید و حالت تهاجمی تومورهای موش در مقایسه با موش هایی که در همان شرایط مورد تابش UV قرار گرفتند و ماسک بروکلی را دریافت نکردند، کاسته شد. این می تواند راه حل مناسبی برای کاهش پیشرفت سرطان پوست یا جلوگیری از بروز آن باشد. این تیم در حال بررسی میزان تأثیر بروکلی بر سرطان پوست انسان هستند و بسیار امیدوارند که در مورد سرطان پوست انسان نیز مانند سرطان معده به جواب های رضایت بخشی برسند.

در مرحله سوم مطالعات، محققان دریافتند که کلم و ترشی آن می تواند عامل مؤثر در جلوگیری از بروز سرطان سینه در زنان باشد. بر اساس اطلاعات جمع آوری شده توسط سازمان سلامت زنان آمریکا، خوردن کلم می تواند تا حد زیادی خطر ابتلا به سرطان سینه را در زنان کاهش دهد. همچنین تحقیقات نشان می دهد که زنانی که در اوایل سنین بلوغ، کلم را به وعده های غذایی خود افزودند و روزانه میزان قابل توجهی از آن را دریافت کرده و این روند را تا بزرگسالی نیز ادامه دادند، بدن بسیار مقاوم تری در برابر سرطان سینه دارند. البته کلم پخته یا نیم پز بسیار مفید تر از کلم خام یا کلم ترشی است.

این تحقیقات نشان داد که گلوکوسینولات های موجود در کلم با مقاوم سازی سلول و جلوگیری از بین رفتن DNA و تغییر شکل سلول ها، باعث کاهش ماده مولد سرطان می شود و در مراحل اولیه، پیشرفت سلول های سرطانی را به خوبی کنترل می سازد و در مراحل بعدی با ساکن کردن فرآیند پیشرفت سلول های مهاجم سرطانی و از بین بردن این سلول ها، از پیشرفت سرطان و وخیم شدن آن جلوگیری کرده و همچنین از تغییر شکل یافتن سلول های سالم نیز پیشگیری می کند.

در بخش دیگری از تحقیق تأثیر گیاه جینگو بیلوبا بر جلوگیری از بروز و پیشرفت سرطان تخمدان در خانم ها آزمایش شد.

طی تحقیقات به عمل آمده در بیمارستان زنان بوستون، مشخص شد که زنانی که از گیاه جینگو بیلوبا استفاده می کردند، به سرطان تخمدان دچار نشده بودند و بدین ترتیب تحقیق روی زنان مبتلا به سرطان نیز شروع شد.

دکتر" بین یه "یکی از محققان این طرح می گوید: مطالعات جمعیتی انجام دادیم تا از تأثیر گیاهان و سبزیجات بر سرطان آگاه شویم و در نهایت متوجه شدیم که تنها ۶/۱ درصد از زنانی که از گیاه جینگو مصرف می کردند، به سرطان تخمدان مبتلا شده بودند. در این تحقیقات پی بردیم که این گیاه تأثیر بسیار قوی در جلوگیری از سرطان دارد و تا ۸۰ درصد از پیشرفت سلول های سرطانی جلوگیری می کند و سلول های مهاجم را از بین می برد. با تلفیق اطلاعات و آمار تحقیقات جمعیتی و آزمایشگاهی، نقش بازدارنده و از بین برنده این گیاه بر سلول های سرطانی ثابت گردید.

در مرحله نهایی این تحقیق، محققان دریافتند که، گوشت و تخم مرغ پخته شده با حرارت زیاد، ماده شیمیایی به نام PHIP تولید می کند که باعث سرطان می شود و با همراه کردن سیر با این مواد غذایی می توان این ماده را خنثی کرد.

تحقیقات نشان داده است که زنانی که بیشتر گوشت می خورند، بیشتر به سرطان سینه دچار می شوند و عواملی مانند بالا بودن

چربی خون و دریافت زیاد چربی در وعده های غذایی و نامتعادل بودن هورمون ها ابتلا به این سرطان را افزایش می دهند.
در این تحقیقات ثابت شد که مواد موجود در سیر باعث خنثی شدن PHIP می گردد. PHIP با از بین بردن DNA و ایجاد تغییراتی در بدن باعث بروز سرطان می شود. این ماده با ترشح آنزیمی باعث تشدید یا بروز سرطان می شود و این خطر در افراد بالای ۴۰ سال بیشتر است.
گوشتی که زیاد سرخ یا پخته می شود، این ماده را ترشح می کند و با خوردن آن خطر ابتلا به سرطان بسیار افزایش می یابد. DAS موجود در سیر عامل پیشگیری از بروز و پیشرفت تومورهاست و با اضافه کردن آن به گوشت می توان این خطر را خنثی کرد.
"پل برنان "سر محقق مرکز تحقیقات سرطان لیون فرانسه می گوید: ما به روشنی آثار ضد سرطانی گیاهان چلیپایی را کشف کردیم. تمامی این تحقیقات مؤید آثار ضد سرطانی سبزیجات هستند. برای مثال با دریافت روزانه انواع کلم می توان تا حد بسیار زیادی از بروز و پیشرفت سرطان ریه جلوگیری کرد. بدین ترتیب می بایست برنامه غذایی روزانه خود را طوری تغییر دهیم و تنظیم کنیم که میزان قابل توجهی میوه و به ویژه سبزیجات دریافت کنیم تا از ابتلا به سرطان به همین سادگی جلوگیری کنیم.

شلغم (TURNIP)

گیاهی از خانواده شب بو برگ های ان دارایی بریدگی و محوری که گل ها بر ان ظاهر می شوند و بافاصله از برگ ها قرار می گیرند ریشه ان متورم و حاوی مواد اندوخته ای است که به مصرف می رسد. شلغم گیاهی است زراعی که در غالب مزارع پرورش داده میشود.
شلغم دارای قند طبیعی و منیزیم زیاد می باشد و از همین جهت اسکلت را محکم می کند و فسفر ان مغزو اعصاب را تقویت می کند.خوراک مغز است و تسکین میدهد و تقویت می نماید .شلغم باعث درمان تشنج و گواتر میشود اما شلغم برای کسانی که معده ضعیف دارند به علت دیر هضم شدن ان ممکن است که باعث شود نفخ کنندچون دارای مقداری سلولز است و کمی سنگین است .لذا برای این اشخاص بهتر است اولا ـ از شلغم های کوچکتر و لطیف تر استفاده کنند دوما برای خنثی کردن زیان های احتمالی همراه ان از زیره و فلفل و شیرینی استفاده کنید مفید خواهد بود.

شلغم ، سبزی ضد سرطان

شلغم نه تنها از نظر داشتن ویتامین و خواص معدنی اش ارزنده است ، بلکه از نظر سایر ویژگی های غیر غذایی هم سرآمد بوده و در زمره ی سبزی های مهم شمرده می شود .
علاوه بر پیاز ، سبزی های لیفی (گیاهان سبز) نیز ، عوامل عمده ی پیشگیری از سرطان به شمار می آیند ، زیرا آنها همانند کلم پیچ و سایر گیاهان چلیپایی (یک گروه از گیاهان)، از موادی برخوردارند که رشد سرطان را در جانوران متوقف می سازند .
همچنین شلغم روغنی (منداب) که شلغمی بزرگ و زردرنگ است ، دارای مواد ضد سرطانی است .
یکی از این مواد ضد سرطان که در شلغم وجود دارد، « گلوکوسینولیت ها » نام دارند.
سبزی های شلغمی از قبیل کلم برگی و اسفناج ، جزء این گیاهان سبز و پر برگ اند و مشاهده شده ، در بین جمعیتی که این سبزی ها جزء بیشترین مواد غذایی مورد مصرفشان است ، میزان ابتلای آنان به انواع سرطان ها به ویژه سرطان ریه کم بوده است .
مطالعات جهانی پیوسته حکایت از این داشته اند که گیاهان سبز ، تند و پربرگ شاید تنها عوامل جلوگیری کننده از بعضی سرطان ها باشند . در ضمن چنین سبزی هایی از کاروتنوئیدها که شامل بتاکاروتن و کلروفیل است ، سرشار هستند . هر دوی این مواد ، خاصیت ضد سرطانی دارند .

نکات مفید

مقداری از شلغم معمولی و شلغم روغنی (منداب) را به صورت خام بخورید . چرا که پختن ، سبب از بین رفتن « گلوکوسینولیت » در آنها می شود .

طرز تشخیص شلغم روغنی از شلغم سفید این است که شلغم سفید دارای ریشه سفید بوده و طوقه ی صورتی به دور گره اش دیده می شود . شلغم روغنی از ریشه زرد مایل به صورتی برخودار بوده و بزرگ تر و سفید تر از شلغم سفید است .

شلغم یکی از بقولات بسیار مقوی و مغذی است که به سبب دارا بودن ده درصد مواد قندی و سرشار بودن از املاح مفیدی مانند کلسیم و منیزیم جزء مواد غذایی بسیار با ارزش به حساب می آید . شلغم یکی از پاك کننده ها و سازنده های خون بوده و چنان که گفته شد ،املاح کلسیم و منیزیم موجود در آن موجب جلوگیری از ابتلا به بیماری های خطرناکی مانند سرطان می شود .

هم چنین شوره موجود درآن باعث تصفیه خون و دفاع از بدن در برابر بیماریهای عفونی می شود . پتاسیم موجود در شلغم، چربی را خنثی می کند و ارسنیك آن در در تشکیل گلبول های سفید و قرمز خون دخالت مستقیم دارد. از طرفی فسفر موجود در شلغم موجب تقویت یاخته های عصبی می شود. نه تنها در برگ شلغم مقدار زیادی کلسیم وجود دارد بلکه علاوه بر آن ، این گیاه حاوی مقدار زیادی آهن و مس نیز هست که سبب ازدیاد خون به ویژه هموگلوبین می شود. به هر اندازه رنگ برگ شلغم تیره تر باشد ، ید بیشتری در آن هست. همچنین وجود ویتامین های A , B , C ، در برگ و ریشه آن به خوبی نشانگر نقش موثر و مهم آن در حفظ تعادل عصبی و به خصوص در تعادل تغذیه ی آن است . دکتر " برتوله " ثابت کرده است که عصاره شلغم دفع سنگ های کلیوی را به علت خاصیت حل کنندگی که بر روی اسید اوریك دارد ، تسهیل می کند .

شلغم اثر مفید و موثری در درمان بیماری های تنفسی دارد. برای این منظور از سوپ یا آش آن استفاده می شود . همین طور می توان عصاره آن را به دست آورد . برای این کار شلغم را با شکر سرخ به وزن مساوی در کمی آب می ریزند و به ملایمت حرارت می دهند . طریقه ی دیگر آن است که وسط شلغم بزرگی را خالی کرده و شکر سرخ درون آن می ریزند و پر می کنند و می پزند . شکل سوم نیز آن است که شلغم را به شکل حلقه های گرد بریده و پیاز را نیز به همین شکل در می آورند . سپس طبقات شلغم و پیاز را در ظرف گردی بر روی حرارت می گذارند و هنگامی که گرم می شود به تدریج شربت آن جدا می شود . این شربت برای درمان سرما خوردگی و گلو درد بسیار نافع است و از آن می توان به عنوان قرقره نیز استفاده کرد که در موارد گلو درد به کار برده می شود .

در موارد دمل، کورك و هر نوع کانون التهابی و تورمی یا چرکی از ضماد پخته شده استفاده شده و بر روی موضع می گذارند .

ترب سیاه هم کلیه خواص شلغم را دارا بوده و حتی در بعضی مواقع غنی تر هم هست . بهتر آن است که ترب سیا ه و شلغم خام را رنده کرده و به شکل خام میل کنند تا از خواص آن به طور کامل بهره گیرند . می توان از این دو همراه سبزی های دیگر نیز به صورت سالاد استفاده کرد .

سایر فواید شلغم

این سبزی از انواع سبزی های نادری است که دارای ارسنیك و روبیدیم است. این دو عنصر با کمك گوگرد در جلوگیری از مرض جذام نقش مهمی دارند.

فواید دیگر شلغم به قرار زیر است :

۱- شلغم برطرف کننده سرفه است.

۲- شلغم نرم کننده سینه، معده و روده است.

۳- شلغم اشتها را تحریك می کند .

۴- شلغم سنگ های مثانه ، کلیه و کبد را خرد، و ادرار را زیاد می کند.

۵- شلغم به علت داشتن ویتامین های A , B , C ، بر نور چشم و قدرت بینایی می افزاید.

۶- ریشه شلغم اثر نرم کننده گی دارد و در رفع سیاه سرفه و آسم به صورت جوشانده های غلیظ و مخلوط با عسل ، مورد استفاده قرار می گیرد.

۷- جوشانده ی غلیظ شلغم به شکلم مرهم ، در تسکین دردهای مفصلی ، نقرس ، آبسه ها ، سرمازدگی و غیره به کار می رود.

۸- شلغم دارای یک ماده ضد عفونی قوی است و به همین جهت در درمان سرماخوردگی و بیماری های عفونی تاثیر بسیار زیادی دارد.

۹- شلغم حاوی فسفر ، کلسیم ، آهن و ویتامین های B , Cاست و سبب افزایش نیروی جنسی و تقویت عمومی بدن می شود.

۱۰ - شلغم برای رشد و استحکام استخوان بندی بسیار مفید است.

۱۱- اگر ریشه های نازک و باریک روی شلغم ، خشک و ساییده شده و سپس با عسل مخلوط شود ، برای سختی ادرار مفید خواهد بود و بسیاری از امراض مجاری ادرار را درمان می کند.

۱۲- آب شلغم پخته را می توان در انواع گلودردها و به خصوص عوارض سرماخوردگی قرقره کرد.

۱۳- چنانچه شلغم را در ظروف سربسته یا درون خمیر بپزید ، چون آب و اسانس های آن خارج نمی شود ، باعث زیاد شدن اشتها می شود.

۱۴- آب شلغم به سبب داشتن انسولین گیاهی و ویتامین های مفید برای درمان مرض قند و سنگ مثانه مفید است.

۱۵ – شلغم برای جلوگیری از ناراحتی های پوستی به ویژه جوش صورت (غرور) بسیار سود بخش است.

۱۶- شلغم به علت داشتن ویتامین Cاز رقیق شدن خون جلوگیری کرده و به علت وجود همین ویتامین ، مانع از خونریزی می شود و خستگی را برطرف می کند.

۱۷- ریشه های نازک شلغم ورم طحال و سوزش ادرار را برطرف می کند، بدین منظور باید ریشه های باریک شلغم را تمیز شسته و پس از خشک کردن بسایید و همراه با کمی عسل میل کنید.

۱۸- ترشی شلغم، مقوی احشاء ، اشتها آور و بی نفخ است.

۱۹- شلغم به سبب داشتن ویتامین A برای تسکین خارش و دردهای مفصلی ، سرما خوردگی ، نقرس و معالجه ترَک به صورت استعمال خارجی مفید است . برای این منظور باید شلغم را در مقدار کمی آب پخته و به صورت مرهم درمحل مورد نظرقرار دهید.

۲۰- در بیماری نقرس و درد مفاصل ، یک عدد شلغم را پخته و آن را ریز ریز کنید و به شکل فرنی درآورید، سپس مانند مرهمی روی مفاصلی که درد می کند ، بگذارید.

۲۱- تخم شلغم از نظر تمام خواص و اعمال ، از شلغم مفیدترو قوی تر است. شیوه و مقدار مصرف آن نیز به این گونه است که در هر دقیقه حدود ۲۵/۶ گرم آن را همراه با عسل یا شربت، برای معالجه امراض یاد شده می خورند.

۲۲- مصرف شلغم در درمان کم خونی ، تجویز شده است ، زیرا در افزایش گلبول های قرمز خون ، بسیار موثر است.

۲۳- برای معالجه سرما خوردگی ، ورم لوزه ها و آنژین شدید و گلو درد می توان از شربت شلغم استفاده کرد.

۲۴- شربت شلغم برای معالجه سیاه سرفه ی بچه ها مفید است و مصرف این شربت هیچ ضرری برای بچه ها ندارد.

شربت شلغم

روش تهیه ی شربت شلغم به این ترتیب است که : ابتدا وسط یک شلغم را خالی می کنند و در آن کمی شکر می ریزند . پس از مدتی آب در آن جمع می شود . آب را با قاشق برداشته و مصرف می کنند.

هشدار : کسانی که از نظر هضم غذا یا معده دچار اشکال هستند و یا روده های ظریفی دارند ، باید از مصرف شلغم خودداری کنند .

نشانه های شلغم خوب

شلغم خوب سه علامت دارد:

۱- شلغم باید پر باشد . بنابراین اگر وسط آن شل باشد و با فشار انگشت فرو برود، پلاسیده و مانده است و چنانچه پخته ومصرف شود، تولید نفخ می کند .

۲- پوست خارجی شلغم باید براق و شفاف باشد .

۳- شلغم باید سنگین باشد و وقتی وسط آن را بریدید ، درونش روشن و شفاف باشد .

بر اساس تحقیقات و بررسی های دانشمندان، هر صد گرم شلغم دارای ۳۵ کیلو کالری انرژی ، ۱ گرم پروتئین ، ۷ گرم قند ، ۲/۰ گرم چربی ، ۱/۱ گرم فیبر ، ۴۵ میلی گرم گوگرد، ۲۸۰ میلی گرم پتاسیم ، ۶۰ میلی گرم کلسیم ، ۳۶ میلی گرم ویتامین C است، همچنین صد گرم برگ شلغم دارای ۳۶ کیلو کالری انرژی، ۳ گرم پروتئین ، ۴/۰ گرم چربی ، ۵/۵ گرم قند ، ۲/۱ گرم فیبر، ۵۵ میلی گرم گوگرد ، ۳۷۵ میلی گرم پتاسیم ، ۲۶۰ میلی گرم کلسیم ، ۶۰ میلی گرم فسفر، ۹ میلی گرم سدیم ، ۴/۲ میلی گرم آهن و ۴۰ میلی گرم ویتامین C است.

میخک(clove)

یکی از ادویه های غذایی و دارویی بوده وغنچه درخت بزرگی می باشد که زادگاه اولیه ان جزایر" ملوک"در اقیانوسیه است و اکنون در زنگبار ماداگاسکار و جزایر انتیل ان را می کارند و چون پس از خشک شدن یک قیه و بدنه ای شبیه به میخ دارد به این جهت در فارس به ان میخک می گویند.نباید این گیاه را با گل گلدانی میخک که این روزها در گل فروشی ها وجود دارد اشتباه گرفت .هیچگونه نسبت و شباهتی به ان ندارد فقط بوی گل انها کمی شبیه بوی ان است .قرنفل نام گلی است که خوشه ای بوده و قد ان کوتاهتر از گل میخک می باشد به ان حسن یوسف قرنفل باغی و قرنفل شاعر هم می گویند و یک نوع وحشی وخودرو هم دارد و فرنجمشک نوع بستانی ان است .باری این توضیحات فقط برای این داده شد که میخک دارویی با گل میخک گلدانی و هر دوی ان ها را با گل قرنفل اشتباه نفرمایید .میخک یا قرنفل سیاه و تند با عطریت قوی وتلخ در طبیعت گرم و خشک است.

میخک مقوی عقل و حافظه و مسکن اعصاب می باشد هوش را زیاد میکند و برای رفع سر درد مفید است .برای درمان فلج و سکته ناقص تجویز شده و می گویند از سکته مغزی جلوگیری می کند.

میوه ها ، گیاهان و درمان بیماریها

کلم و تخم کلم :

کلم سبز و کلم قرمز، کلم پیچ، کلم چینی، کلم دلمه‌ای، گل کلم، کلم بروکسل و کلم بروکلی همه از انواع کلم‌ها هستند. کلم سرشار از ویتامین‌های C ،B? ،B ،A است و دارای مواد معدنی گوگرد، کلسیم، کلر، ید، پتاسیم، منیزیوم و کمی ارسنیک می‌باشد، به همین جهت یکی از پاک کننده‌های خوب به حساب می‌آید. ملین است و به رشد عمومی بدن کمک می کند. کلم به دلیل دارا بودن کلسیم و گوگرد برای موها و ناخن‌ها مفید است، پوست را نرم می‌سازد و در درمان زخم‌های روده‌ای و معده‌ای مؤثر است. دانشمندان ماده فعالی را که در کلم است و زخم معده و روده را ترمیم می کند، ویتامین یو «U» نامیده‌اند. علاوه بر اینها کلم سنگ‌های کلیه و مثانه را از بین می‌برد. در یونان قدیم کلم را به عنوان داروی شفابخش و جوانی می‌شناختند. ارسنیک موجود در

کلم موجب تقویت اعصاب می‌شود و رعشه را از بین می‌برد و از ابتلاـ به بیماری جذام نیز جلوگیری می کند. گوگرد موجود در کلم با باکتریهای درون روده‌ها واکنش انجام می‌دهد و ایجاد گاز می‌نماید و مسیر دفع مواد زاید را نرم می‌سازد. بذر سبز این گیاه را نیز می‌توان آب گرفته و استفاده نمود که همان خواص کلم را دارد. کلم برای قوه بینایی مفید است، صدا را باز می کند، ورم طحال و روده را معالجه می کند. کلم کمی خواب‌آور است، این عامل دارویی در کلم قرمز مربوط به آنزیم‌ها است که در اکثرساقه‌های زیرزمینی، هویج و شلغم نیز وجود دارد. اما در کلم بیشتر یافت می شود. آب کلم قرمز برای سینه مفید است. مالیدن آب کلم روی جایی از بدن که روماتیسم یا نقرس دارد، مفید است. افراط در خوردن انواع کلم باعث دیدن خواب‌های پریشان، تولید نفخ و بالاخره غلیظ شدن خون و بالا رفتن فشارخون می‌شود. کلم طبیعتاً گرم است و برای اشخاص سرد مزاج مفید است. برای افراد گرم مزاج چندان سودمند نیست. کلم خاصیت نیروبخشی زیادی دارد. جهت رشد اطفال مناسب است. آب برگ‌ها و ساقه و جوانه کلم کرم‌کش است و جهت دفع کرم معده کودکان بسیار مؤثر است. آب کلم قرمز جهت مبارزه با چاقی اگر به همراه آب پرتقال یا نارنج مصرف شود، تأثیر فراوان دارد. برای رفع گرفتگی صدا و اختلالات ریوی بهتر است یک یا دو برگ کلم قرمز را خرد کرده و در نیم لیتر آب جوشانده و میل شود. کلم کلسیم، کلروفیل و ویتامین A دارد. کلروفیل آن موجب افزایش تعداد گلبول‌های قرمز خون می‌شود و گردش خون و تنفس سلولی را تقویت می کند. کلم قمری نیز طعمی تند و غلیظ دارد و مزه آن چیزی مابین کلم پیچ، تربچه و شلغم است. کلم قمری دارای کلسیم و آهن است و دیگر مواد آن کربوهیدرات و کلروفیل و ویتامین C است. آب کلم قمری به همراه آب دیگر میوه‌جات یا سبزیجات طعم خوبی دارد.

پیاز :

پیاز خام دارای ویتامین «ث» فراوان و ویتامین‌های A و B و املاح معدنی از قبیل گوگرد، آهن، آهک، فسفر، پتاسیم، سدیم، ید، سیلیس، کلسیم، نیترات، صمغ و موم است.

فسفر قدرت تفکر را بالاـ می‌برد. گوگرد موجود در پیاز جهت ضد عفونی کردن خون و ششها، برطرف کردن آسم، ورم گلو، برونشیت و گریپ مؤثر است. پیاز دارای ید است و در درمان گواتر، آبسه و جوشهای زیر پوست تأثیر فراوان دارد.سیلیس موجود در پیاز در نگهداری استخوانها و رگ‌ها ضروری است. پیاز حاوی مقداری هورمون و دیاستاز است که موجب تقویت غدد اشکی، گوارشی و جنسی می‌شود و دارای آنتی بیوتیک است که خون و" بیماریهای تنفسی "را ضد عفونی می کند.

پیاز از بیماریهای" قندی، "کلیوی، مثانه، ورم ساق‌ها، پروستات و رماتیسم مفصلی جلوگیری می کند و در رفع سرماخوردگی‌های خفیف و میگرن مفید است همچنین از لخته شدن خون در رگ‌ها و سکته مغزی و قلبی جلوگیری می کند و مشکلات تأخیر در دوران قاعدگی را برطرف می‌سازد.

آب پیاز محرک عمومی بدن و مقوی قلب و اعصاب و ضد دیفتری است. پیاز دارای مقدار کمی فسفات و انسولین گیاهی موسوم به گلوکولنین، قند ساکاروز و مقداری ترکیبات پلی فنولی، آلیسین و اسانس فرار بنام سولفوردالیل می‌باشد. سولفوردالیل محرک چشم است و موجب ریزش اشک می‌شود. این اسانس بر اثر حرارت از بین می‌رود. آب پیاز دارای خواص دیگری نیز از جمله دفع انگل‌های روده‌ای و تخمیرهای روده‌ای، تعادل اعمال غدد تحریک دستگاه گوارش و اشتهاآوری، کاستن قند و فشارخون و ناراحتی‌های نفخ شکم، درمان اسکوربوت، نرم کردن سینه و دفع خلط، رشد موها، هضم غذاهای سنگین، رفع خستگی، درمان الکلیسم، آب آوردن شکم، جلوگیری از سرطان کبد، دفع ادرار، رفع سرفه‌های خشک، رفع یبوست، رفع ناراحتی‌های گوش، رفع بیحالی، رفع خستگی‌های فکری، رفع چاقی و درمان ناتوانی جنسی.

در مواردی مصرف زیاد پیاز و آب پیاز توصیه نمی‌شود، از جمله برای کسانی که معده و روده ضعیف دارند یا ناراحتی‌های پوستی و کبدی و یا سابقه خونریزی معده دارند و یا مبتلا به کولیت هستند، افرادی که زیاد آروغ می‌زنند. لایه‌های نازک درونی پیاز

دیرهضم هستند. پیاز اسیدیته شیره معده را زیاد می‌کند و برای کسانی که سو هاضمه دارند، مضر است. می‌توان آب پیاز را گرفت و با آب سبزیجات دیگر مخلوط کرد و مصرف نمود. آب پیاز سریعاً می‌بایست مصرف شود، چون فاسد می‌گردد.

هل(Cardamom)

درختی است از خانواده زنجبیل به صورت وحشی و پرورشی در مناطق کوهستانی و در سایه درختان می روید.ارتفاع درخت ۳۰تا ۵۰ سانتی متر و بعضی ها دارای اعضاء چوبی تا ۳ متر ارتفاع و شاخه های هوایی و برگ های متناوب نوک تیز با گل های ریز سفید مانند گل باقلا و میوه ان کوچک ناشکوفا (پوشینه دار) بقدر بند انگشت با پوست تیره رنگ و دانه های متعدد می باشد.هل انواع مختلفی دارد :هل سفید و هل سیاه و هل سبز و هل رسمی .که طبیعت همه ان ها گرم و خشک و نوع سبز ان تند و معطر بوده و از دو نوع دیگر مرغوب تر است.دانه های هل بویی قوی و طعمی مطبوع دارد از مغز و پوستش برای درمان و معطر ساختن غذاها و پختن شیرینی استفاده می شود.

خواص آن

مصرف دم کرده ان مفرح مقوی دل و معده لطیف و بادشکن و بیماری های صرع جنون و احشاءو سر درد و ضد رطوبت مزاج است.

اثر روحی وروانی هل که دارای اسانس می باشد انسان را سر حال می اورد از ترس و وحشت انسان می کاهد و روحیه خوش بینی را القاء میکند.البته مصرف زیاد ان تپش قلب را افزایش میدهد و برای بیماری های قلبی و ریه و در مزاج های گرم ضرر دارد و باید با شکر خورده شود .

توجه کنید که مقدار مصرف باید از یک مثقال بیشتر نشود.

خاکشیر

منبع: آرشیو شرق

سحر شهنازی: گیاهی است علفی، یک ساله یا دوساله تا ارتفاع ۸۰سانتی متر که به طور خودرو در کنار جاده ها و اماکن غیرزراعی و نسبتاً مرطوب می روید. ساقه از سطح زمین و یا از قسمت های بالاتر منشعب است. برگ های ساقه ای از لب های دراز یا کشیده تشکیل شده و بنابراین دارای بریدگی های زیادی است. برگ های طوقه ای دارای دمبرگ های دراز، منقسم، برگ های ساقه ای با دمبرگ های کوتاه و لب های خطی یا کشیده است. گل ها کوچک و به رنگ زرد روشن هستند.

دانه خاکشی در میوه های خورجین و باریک قرار دارد. دانه خاکشی ریز و به رنگ زرد تیره یا قهوه ای روشن است که سطحی ناصاف به شکل بیضی کشیده دارد که یک رأس آن بریده و دارای حلقه ای قهوه ای رنگ و شفاف است. دانه های خاکشی را پس از به میوه نشستن گیاه عموماً در مرداد و شهریورماه محصول برداری می کنند. دانه خاکشی حاوی اسیدهای چرب پالمیتیک، لینولنیک، اولئیک و استئاریک است. دانه خاکشی به طور عمده به عنوان ملین و کاهش دهنده دمای بدن به صورت مخلوط با کمی آب سرد مورد استفاده قرار می گیرد. در طب گذشته خاکشی به عنوان اشتهاآور، مقوی معده، ضدتب و ملین و در درمان سوءهاضمه مورد مصرف قرار می گرفته است. باید دور از نور، در جای خنک، غیرمرطوب و در ظروف بسته نگهداری شود. این گیاه بومی آمریکای شمالی است ولی در مناطق معتدل هیمالیا، سراسر اروپا، آفریقا و اغلب نواحی ایران هم می روید. در ایران در نواحی هراز، آمل، تبریز، سنندج، کرمان، شیراز، تهران، یزد، اصفهان و... می روید.

خواص گوجه فرنگی

کارشناسان تغذیه معتقدند کیلوپن موجود در گوجه فرنگی از رگهای بدن محافظت می کند.
به نوشته نشریه فرانسوی سانته زنانی که هرروز در وعده های غذایی خود گوجه فرنگی مصرف می کنند، کمتر از سایر افراد دچار حمله های مغزی یا قلبی می شوند. براساس پژوهش های انجام شده در دانشگاه هاروارد که بر روی ۴۰ هزار زن آمریکایی در طی هفت سال صورت گرفته است زنانی که هفت بار در هفته غذاهای حاوی گوجه فرنگی مصرف کرده اند، خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی در آنها ۳۰ درصد کمتر از افرادی است که یکبار در هر هفته گوجه فرنگی خورده اند. بررسی های جدید حاکی است افرادی که در هفته دوبار غذاهای تهیه شده با گوجه فرنگی و حتی سس گوجه فرنگی مصرف می کنند از خواص پیشگیرانه گوجه فرنگی بهره مند خواهند شد. به گفته پژوهشگران کیلوپن، رنگدانه ای از خانواده کاروتنوئیدهاست که موجب قرمزشدن رنگ گوجه فرنگی می شود و دارای خاصیت آنتی اکسیدان است. گوجه فرنگی سرشار از ویتامین سی و ای است که هر کدام از این ویتامین ها خاصیت آنتی اکسیدان دارند. پژوهش های اخیر همچنین نشان داده اند که مصرف مداوم گوجه فرنگی خطر سرطان پروستات را در مردان ۳۰ درصد کاهش می دهد. تحقیقات دیگر حاکی از کاهش خطر سرطان های معده و ریه در صورت مصرف گوجه فرنگی است. کارشناسان تغذیه توصیه می کنند گوجه فرنگی های رسیده با روغن زیتون که خود نقش محافظتی برای رگها دارد کمی پخته شود و سپس مصرف گردد.

کنجد (sesame)

گیاهی است یکساله از تیره چلیپائیان به ارتفاع ?/? تا ?/? سانتی متر و طول ان تا یک متر هم می رسد .دارای برگ هایی به صورت متقابل در سمت انتهای ساقه و گل های منفرد به رنگ سفید یا سرخ میوه ان شبیه کپسول و محتوی دانه های ریز به رنگ سفید و قهوهای یا سیاه است.
دانه های کنجد را به صورت بو داده یا خام می خورند و روی نان هم می ریزند و بسیار مقوی است .
روغنی که از کنجد گرفته می شود طعم ان شیرین است و در پختن غذا و شیرینی به کار می رود .دانه کنجد دارای مواد معدنی مانند مس منیزیم کلسیم الومینوم کرم کلرورسدیم سیلیس اهن فسفر نیکل و ماده پروتئینی مهم لیزین و هورمون نباتی (لیستسن)و چربی و ?? درصد روغن می باشد.این گیاه بسیار مفید میتواند خستگی فکری را کاهش دهد و همچنین بهترین غذا برای کسانی است که دارای کارهای فکری می باشند. اگر هنگام خواندن کتاب احساس خستگی کردید کافی است مشتی کنجد بو داده میل کنید تا خستگی شما برطرف شود همچنین دانش اموزان و دانشجویان می توانند در شب های امتحان از این اکسیر بسیار مفید استفاده نمایند.لیستین این گیاه یک نوع چربی حاوی فسفر است که وجود ان برای اعصاب و نسوج نهایت ضرورت را دارد و مغز و غدد بدن انسان نیاز زیادی به ان دارند حتی تقویت حافظه انسان نیز نیاز زیادی به این ماده دارد ?? درصد مغز را لیستین تشکیل میدهد و مغز انسان بیش از سایر حیوانات از این ماده دارد لذا سر موفقیت بشر در تمدن و پیشرفتها مرهون همین لیستین است.که قوت جوانی و صحت مزاج به انسان میبخشد .در تسهیل تفکر عمل ان تحسین امیز است.
مقدار خوراک طبی ان برای هر نفر معمولی ?? گرم است.البته در خوردن ان نباید زیاده روی شود زیرا دیر هضم است و افراط در خوردن باعث خارش اعضا و مولد بد بوئی دهان و سردرد .خنثی کننده زیان های احتمالی ان عسل و یا بو دادن ان قبل از خوردن است.

خارج از نسخه ؛ داروهای ضد اسهال

منبع:روزنامه قدس

دسته دارویی: ضد اسهال- ضد نفخ

توجه: استفاده از زغال فعال به عنوان پادزهر تنها تحت نظارت مستقیم پزشک مجاز می باشد.

اشکال دارویی خارج از نسخه: فله (پودر برای تهیه سوسپانسیون)

مقدار مصرف: بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۳ سال- نیم گرم، هر نیم تا یک ساعت (حداکثر ۴ گرم در روز)

کودکان زیر ۳ سال- طبق تجویز پزشک

به عنوان ضد نفخ: برای بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۱۲ سال ۱ تا ۴ گرم، بلافاصله پس از هر وعده غذا

نحوه مصرف: مقدار تعیین شده از پودر را در مقدار متناسبی آب یا آب میوه پراکنده کرده، میل نمایید.

موارد منع مصرف: مسمومیت با مواد خورنده و سوزاننده- عدم هوشیاری کامل بیمار

عوارض جانبی: استفراغ (معمولاً در صورت مصرف مقادیر زیاد)- یبوست- مدفوع سیاهرنگ

مصرف در بارداری: منعی ندارد

مصرف در شیردهی: منعی ندارد

نکات قابل توجه قبل از مصرف دارو:

- اگر اسهال بیش از دو روز و تب یا نفخ بیش از یک هفته پس از مصرف دارو باقی بماند، به پزشک اطلاع دهید.

- میان مصرف این دارو و سایر داروها فاصله زمانی ۲ ساعته را مراعات نمایید.

- این دارو را همراه با لبنیات مصرف نکنید، زیرا از اثر آن کاسته می شود.

- این دارو رنگ مدفوع را سیاه می کند که جای نگرانی نیست.

- دارو را در ظروف دربسته شیشه ای یا فلزی نگهداری کنید.

۲)اُ-آر-اس (O.R.S)

دسته دارویی: جایگزین کننده آب و املاح از دست رفته

ترکیبات: ۳/۵ گرم سدیم کلراید+ ۱/۵ گرم پتاسیم کلراید+ ۲/۹ گرم تری سدیم سیترات + ۲۰ گرم دکستروز در هر بسته پودر

اشکال دارویی خارج از نسخه: پودر بسته بندی شده در بسته های گرمی

مقدار مصرف: بزرگسالان و کودکان بالاتر از ۳ سال برحسب نیاز

کودکان پایین تر از ۱۲ سال تا روزی ۳ لیتر از محلول آماده شده

شیرخواران تا روزی یک لیتر از محلول آماده شده

نحوه مصرف: هر بسته از پودر را در یک لیتر (چهار لیوان) آب جوشیده سرد شده حل نموده، برای طعم بهتر، در یخچال نگهداری کنید و بلافاصله پس از تهیه، مصرف نمایید.

موارد منع مصرف: منعی ندارد

عسل، منبع آنتی اکسیدان های مفید

منبع:روزنامه کیهان

اگر در پی بهترین نوع عسل هستید انواع شهد گلهای تیره تر را انتخاب کنید چرا که زنبورهایی که آنها را می سازند ترشحات شیرینی که حشرات بر گیاهان برجای می گذارند یعنی همان شهد گلها را جمع آوری می کنند.به گزارش هلث دی، نتایج یک

مطالعه جدید واریته های اسپانیایی نشان داده است عسل شهد گل در مقایسه با عسلی که زنبورها از نکتار می سازند سطوح بالاتری آنتی اکسیدان دارد اما متخصصان می گویند همه انواع عسل بدون توجه به نوع آن برای سلامت مفیدند. عسل علاوه بر ارزشی که به عنوان یک شیرین کننده دارد حاوی آنتی اکسیدان های مفیدی است که فعالیت ضدباکتریایی دارند.

در سالهای اخیر جایگاه عسل به عنوان ماده غذایی سالم به ویژه در سایه تحقیقاتی که قدرت ضدمیکربی و محتوای بالای آنتی اکسیدان های آن را نشان داده اند ثابت شده است. در سال ۲۰۰۴ محققان طی یک ارزیابی دریافتند سطوح آنتی اکسیدان در افرادی که بین چهار تا ۱۰ قاشق چایخوری عسل در روز می خورند بیشتر بود. اما در آن زمان مشخص نبود کدام انواع بیشترین مقادیر آنتی اکسیدانی را داشتند.در تحقیق جدید دو نوع عسل شامل عسل ساخته شده از شهد شکوفه گل ها یا نکتار و عسل شهد گل یا هانی دیو که از یک ماده شیرین و چسبناک مترشحه توسط حشراتی که روی گیاه زندگی می کنند تولید می شود را مورد بررسی قرار دادند.

بر اساس نتایج این بررسی عسل شهد گل یا هانی دیو سطوح بیشتری آنتی اکسیدان دارد. همچنین محققان دریافتند عسل های هانی دیوی اسپانیایی رنگ تیره تری دارند و اسیدی تر از نوع نکتاری هستند. اما مردم باید توجه داشته باشند نباید بیش از حد عسل مصرف کنند. در واقع رژیم غذایی غنی از آنتی اکسیدان های طبیعی شامل میوه، سبزیجات تازه، روغن زیتون و عسل در جلوگیری به ابتلا به بیماری ها موثرند.از طرفی عسل سرشار از کربوهیدرات است بنابراین مصرف کنندگان باید توجه داشته باشند و حدود ۸۰ درصد آن قند است بنابراین باید به میزان کافی و نه بیش از حد لازم در برنامه غذایی گنجانیده شود.

معجزه سیر

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰سانتیمتر نیز می رسد. قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵تا ۱۲قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف به رنگ خاکستری مایل به سفید است. برگ های آن باریک و نواری شکل به رنگ تیره و گل های آن کوچک و صورتی رنگ که به صورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود.سیر و پیاز با هم رابطه ای نزدیک دارند که شاید به دلیل بوی بد آنها است. نام سیر در کتاب مقدس آمده است و در مصر قدیم برای مومیایی مردگان و خوش طعم کردن غذاها به کار می رفته است. هومر شاعر عصر باستان در نوشته های خود از آن یاد کرده است.مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح(ع) آن را می شناختند و از آن استفاده می کردند. بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است.

حضرت محمد (ص) برای سیر ۷۰خاصیت مختلف قائل شده اند ومی فرمایند : از سبزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دوای هفتاد درد است اما کسی که سیر وپیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود.

ترکیبات شیمیایی

سیر دارای ترکیبات گوگردی است که خاصیت ضد عفونی کننده میکرب کشی و جرم کشی به این گیاه می دهد. سیر همچنین دارای موادی به نام آلیسین و آلیساتین است که میکرب های حصبه و «پاراتیفوئید» را از بین می برد.

در ??? گرم سیر خام ??، گرم آب ?، کالری انرژی ??، گرم مواد نشاسته ای ?، میلی گرم چربی ??، میلی گرم کلسیم???، میلی گرم فسفر ???، میلی گرم پتاسیم ?/?، میلی گرم آهن??، میلی گرم سدیم ??، واحد ویتامین آ ??، میلی گرم ویتامین ب? ، ?میلی گرم ویتامین ب ? و ??میلی گرم ویتامین ث وجود دارد.

خواص دارویی

سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک، بادشکن وضد عفونی کننده است. خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماری ها

افزایش می دهد.سیر کرم کش، محرک و تقویت کننده بدن، داروی سرماخوردگی و زکام است. سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد. ضمن آن که سیر خون را رقیق می کند و سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد. خوردن مداوم سیر لقوه، رعشه و رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را درمان می کند.سیر درمان کننده دردهای مفاصل ، سیاتیک و نقرس است. ضمن آن که برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است. آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری شان درمان شود. این گیاه زخم های ریه و درد معده را از بین برده، سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد.

اگر سیر با زیره پخته شود برای تقویت دندان مفید است. مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد. اگر سیر را بسوزانید وبا عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مردگی زیر پلک چشم مفید است. سیر به علت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است. برای از بین بردن میخچه کف پا نیز از ضماد آن استفاده می شود. برای رفع دردهای رماتیسمی و عصبی ضماد سیر بسیار مؤثر است. توصیه می شود برای ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماری های مربوطه از شربت سیر استفاده شود. به تازگی نیز در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضدعفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده می کنند. لویی پاستور پزشک معروف فرانسوی نیز آزمایش های زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تأیید کرده است.

سیر در عین حال ضد انعقاد و لخته شدن خون است. خوردن سیر در عین حال سلول های سرطانی را از بین می برد. یکی از دانشمندان آمریکایی هم که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحقیق می کند، معتقد است سیر روی درمان مرض ایدز اثر مثبت دارد. مصرف سیر کلسترول خون را پائین آورده و از سرطان جهاز هاضمه هم جلوگیری می کند. چینی ها قرن هاست برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند.

مضرات

سیر با آن که خواص بسیاری دارد باید درحد اعتدال مصرف شود، چرا که استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد ، ضعف نیروی جنسی ، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود. سیر برای آنهایی که اسهال دارند، مضر است. افرادی هم که معده ضعیف دارند و به طور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند. کسانی که یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی به آن روغن بادام یا کره اضافه کنید تا مضر نباشد. اشخاصی که گرم مزاج هستند اگر می خواهند سیر بخورند براساس توصیه ابن سینا، حکیم ایرانی، باید سیر را بپزند یا از سیر ترشی استفاده کنند. برای پختن سیر پس از پوست کندن آن را به مدت سه دقیقه بخار دهید. اشخاصی که فشار خون پائین دارند نیز نباید سیر بخورند و همین طور کسانی که آلرژی دارند نباید از سیر استفاده کنند.

کلیات گیاه شناسی انار

منبع:روزنامه جوان

درخت انار بومی ایران و مناطق مجاور آن است. کلمه انگلیسی Pomegranateاز زبان یونانی مشتق شده که به معنی (سیب با هسته های زیاد) می باشد.گل های انار درشت به رنگ قرمز اناری ولی بی بو می باشد. میوه آن کروی با اندازه های مختلف دارای پوستی قرمز رنگ و یا زرد رنگ می باشد.روی هم رفته در حدود بیست نوع مختلف انار در دنیا موجود است. قسمت های مختلف درخت انار مخصوصا پوست ریشه و ساقه انار دارای مقداری در حدود ?? درصد تانن و اسید پونی کوتانیک Punicotanivacidمی باشد. پوست درخت انار دارای الکالوئیدی به نام پله تیه رتین Pelletierinاست.از نظر طب قدیم ایران

میوه انار سرد، تر و قابض است. آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشک و بسیار قابض می باشد. پوست ریشه درخت انار از بقیه قسمت های این درخت قابض تر است.کلیه قسمت های درخت انار دارای تانن می باشد که بسیار قابض است. برای مصارف دارویی از گل، برگ، پوست درخت، پوست ریشه و دانه انار استفاده می شود.انار شیرین ادرار آور است، ملین مزاج است، آب انار شیرین برای بیماری های مجاری ادرار مفید است، ترشح صفرا را زیاد می کند، آب انار اسهال را برطرف می کند، اگر آب انار را با عسل مخلوط کرده و هر روز چند قطره در بینی بچکانید از رشد پولیپ در بینی جلوگیری می کند، خون ساز است، خون را تصفیه می کند، برای سالمندان بهترین دارو برای تقویت کلیه است، آب انار خنک کننده است، رنگ صورت را شاداب می کند، صدا را باز کرده و گرفتگی صدا را برطرف می کند، برای وزن اضافه کردن انار بخورید، آب انار مقوی قلب و معده است، جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده و روده را از بین می برد، جوشانده پوست درخت انار نیز اثر ضد کرم دارد، برای برطرف کردن گلو درد و زخم گلو از جوشانده پوست انار و یا جوشانده برگهای انار استفاده کنید، خانم هایی که عادت ماهیانه شان منظم نیست می توانند از جوشانده برگهای انار استفاده کنند، برگهای له شده انار را اگر روی پوست بگذارید خارش را از بین می برد، برای برطرف کردن سوختگی پوست، گل های انار را له کرده و با روغن کنجد مخلوط کنید و این پماد را روی قسمت سوختگی بمالید.

بار هنگ موثر در درمان تنگی نفس

منبع:روزنامه جوان

گیاهی است چند ساله و پوشیده از کرک که در اکثر نقاط ایران می روید. مزاج بارهنگ سرد و خشک می باشد. خوردن عصاره بارهنگ برای سل و خونریزی سینه و قرحه ریه و تنگی نفس مفید و موثر است. ریشه،برگ و دانه این گیاه اثرات نرم کننده داشته و برای درمان آسم مرطوب مفید است . برای بیماری های سینه و سرفه برای بارهنگ را گرفته. خوب شسته روی یک پارچه تمیز پهن می کنند تا خشک شود، بعد آن را خرد کرده و شیره آن را می گیرند و هم وزن آن عسل اضافه کرده مدت ?? دقیقه دم می کنند. مصرف این دم کرده برای بیماری های سینه بسیار مفید است.

گلابی

منبع:روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

گلابی درختی است که بلندی آن به حدود ۱۰ متر می رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می روید. این درخت بومی مناطق جنوبی دریای خزر می باشد.ریشه گلابی عمیق است، برگهای آن صاف و دندانه دار می باشد. گلهای گلابی سفید رنگ مایل به صورتی و به صورت خوشه ای است. میوه درخت گلابی مخروطی شکل، گوشتدار، شیرین یا ترش است. از تمام قسمتهای گلابی مانند برگهای جوان، پوست و ساقه آن استفاده طبی می شود.

خواص دارویی:

گلابی از نظر طب قدیم ایران گرم است

۱) گلابی، سنگ مجاری ادرار را دفع می کند.

۲)آرام بخش و تب بر است.

۳)در رفع عفونت مجرای ادرار مؤثر است.

۴)مقوی بدن است.

۵)تشنگی را برطرف می کند.

۶)سوزش مثانه و مجرای ادرار را رفع می کند.

۷) آنانی که به مرض قند مبتلایند می توانند از گلابی استفاده کنند و قند آن برایشان مضر نیست.

۸)برای دفع سموم بدن بسیار مؤثر است.

۹)برای پایین آوردن فشار خون بایـد چنـد روز فقط گلابی مصـرف کنیـد و غـذای دیگر نخوریـد. البته این رژیم باید زیر نظر دکتر انجام شود و با اجازه پزشک متخصص باشد.

خواص دیگر قسمتهای درخت گلابی

برگ و شکوفه درخت گلابی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است

۱- شکوفه درخت گلابی مقوی معده است و خونریزی و اسهال را بند می آورد.

۲-در مورد ورم چشم از ضماد شکوفه گلابی استفاده کنید.

۳-تخم گلابی ضد کرم معده و روده است.

۴-دم کرده برگ گلابی برای رفع اسهال مفید است.

۵-برای دفع سنگ کلیه ۵۰ گرم برگ گلابی را با ۵۰ گرم پوست سیب در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت ۲۰ دقیقه دم کنید و آن را بتدریج بنوشید.

۶-برای شستشوی زخمها ۵۰ گرم پوست ساقه درخت گلابی را در یک لیتر آب ریخته و بگذارید چند دقیقه بجوشد و سپس آن را کم کم بنوشید.

خواص درمانی ذرت

منبع:روزنامه قدس

ذرت دارای ارزش غـذایی فراوانی است، در آن به علت نداشـتن گلوتن (ماده چسب گنـدم) قابلیت تهیه نان را نـدارد. بنابراین برای تهیه نان ذرت، آن را با سایر غلات مخلوط می کنند.

ذرت از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.

۱) پماد ذرت خشک کننده زخمها می باشد.

۲) ذرت غذای خوبی برای پیشگیری سرطان است.

۳) استفاده مداوم از ذرت از کرم خوردگی دندان جلوگیری می کند.

۴) روغن ذرت کلسترول خون را پایین می آورد.

۵) روغن ذرت برای درمان اگزما و بیماریهای پوستی مفید است.

خواص درمانی کاکل ذرت

کاکـل ذرت را قبـل از رسـیدن کامـل میوه یعنی قبل از پژمرده شـدن می چیننـد و به سـرعت خشک می کننـد. کاکل ذرت بعـد از خشک شـدن رنگ قهوه ای پیدا می کند.برای درست کردن دم کرده کاکل ذرت، مقدار ۳۰ گرم از آن را در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت پنج دقیقه دم می کنند.

۱- دم کرده کاکل ذرت ادرار آور است و آرام کننده دستگاه ادراری است.

۲- درد و ناراحتیهای دستگاه ادراری را تسکین می دهد.

۳- سنگ مثانه، التهاب، ورم مثانه و درد مثانه را از بین می برد.

۴- کاکل ذرت به طور کلی دستگاه ادراری را تمیز می کند.

بغیر از کاکل ذرت از برگ و ریشه وساقه بلال نیز استفاده طبی بعمل می آید

۱) جوشانده ساقه وسط بلال خونریزی بینی را بند می آورد.

۲) برای دفع سنگ مثانه از جوشانده برگهای بلال استفاده کنید.

۳) جوشانده ریشه ذرت برای سوزش مجاری ادراری مفید است.

۴) جوشانده وسط بلال درد شکم و معده را از بین می برد.

۵) در قدیم برای معالجه سوزاک از جوشانده ساقه بلال استفاده می کردند.

قاصدک

منبع:روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

گل قاصدک که به نامهای هند بابری، خبرآور و کاسنی بری نیز معروف است، گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن به ارتفاع ۴۰ سانتی متر می رسد.این گیاه دارای رشته ای است به رنگ قهو ه ای مایل به زرد که پر از شیرابه سفید رنگ می باشد. در انتهای ساقه، گل آن قرار دارد. برگهای گل قاصدک سبز رنگ هستند و بریدگی های مثلث شکل و نوک تیز دارد و بر روی سطح زمین می باشد. گل قاصدک در وسط چمن، حاشیه شوره زار، کنار جاده ها و اراضی بایر و بطور کلی در همه جا می روید هنگامی که آن را با وسائل مکانیکی و شیمیایی از بین می برید، دوباره بعد از چندی سر از خاک بیرون می آورد.گل قاصدک در حدود ۱۵ نوع مختلف دارد. زنبور عسل این گیاه را بسیار دوست دارد و شهد زیادی از آن به دست می آورد. برگهای جوان گل قاصدک را معمولاً با سالاد می خورند و چون خیلی تلخ است باید آن را با ترشی یا آبلیمو مصرف کرد. از قسمتهای مختلف گیاه مانند ریشه، برگ و شیرابه آن در طب استفاده می شود.

ترکیبات شیمیایی:

تلخی برگهای این گیاه مربوط به یک ماده متبلور تلخ به نام «تاراکسین» است، ضمناً این گیاه دارای ساپونین، قندهای مختلف و اسیدهای چرب است.این گیاه بالاترین حد ویتامین «آ» را در بین گیاهان دارا است و همچنین دارای مقدار زیادی پتاسیم است.

خواص دارویی:

این گیاه از نظرطب قدیم ایران سرد و خشک است و از قدیم الایام برای درمان بیماری های کبدی به کار می رفته است.

۱) قابض و مقوی معده است.

۲) خوردن آن خونریزی سینه را متوقف می کند.

۳) قاعده آور است.

۴) برای ازدیاد شیر نافع است و خانمهایی که نوزادشان را شیر می دهند باید مقداری از آن را با سالاد بخورند.

۵) خنک کننده و باعث تعریق می شود.

۶) ترشح صفرا را زیاد می کند.

۷) خون را تصفیه می کند.

۸) خوردن آب این گیاه مخلوط با روغن زیتون برای رفع مسمومیت مفید است.

۹) ضماد ریشه آن را در محل نیش عقرب یا زنبور و یا مار می گذارند که بسیار مفید است.

۱۰) اوره را رفع می کند.

۱۱) کلسترول خون را کاهش می دهد.

۱۲) درمان کننده اگزما و بیماریهای پوستی است

۱۳) درمان کننده کم خونی است.

۱۴) رماتیسم و نقرس را درمان می کند.

۱۵) دم کرده این گیاه را نیز برای تمیز کردن کبد به کار می برند. مقدار مصرف آن یک فنجان و سه یا چهار بار در روز است.

روش استفاده:

برای تهیه این دم کرده باید ۵۰ گرم گیاه خشک شـده را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بماند و سپس آن را صاف کرده و استفاده کنید.

مضرات:

مضرات خاصی برای آن بیان نشده است.

مصرف سیر کلسترول خون را کاهش می دهد

یـک تحقیق علمی در چهارمحـال و بختیـاری نشـان می دهـد، مصـرف گیاه سـیر موجب کاهش کلسترول خون می شود. سه نفر از پزشـکان و متخصـصان علوم پزشـکی چهارمحـال و بختیاری در تحقیقات علمی وپزشـکی یکساله خود پی بردنـد، گیاه سـیرتقویت کننـده معـده بوده و خاصـیت پـایین آورنـده کلسترول خون و ضـد سـرطانی دارد. براساس یافته این پزشـکان که درمرکز تحقیقات سلولی و مولکولی دانشـگاه علوم پزشـکی چهارمحال و بختیاری بر روی موشـهای صـحرایی صورت گرفت،مشـخص شدکه عصاره گیـاه سـیر میزان ترشـح اسیدوپپسـین معـده رابه طـور قابـل ملاـحظه ای افزایش می دهـد. به گزارش ایرنـا، این تحقیقـات را «محمد رفیعیان»، «هدایت -الله شـیرزاد» و «مهرداد شهرانی» از متخصصان و پزشکان و اعضای هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی چهارمحال و بختیاری انجام دادند.

کشف خاصیت مسکن در روغن زیتون

محققان دریافتنـد که نوع مرغوب روغن زیتون دارای یک ماده شـیمیایی طبیعی است که مانند یک داروی مسـکن کار می کند. به گزارش بی. بی. سـی، نتیجه این تحقیقـات حـاکی از این است که ?? گرم روغن زیتون فرآوری نشـده،معـادل یـک دهم یک دوز داروی ایبوپروفن اثر دارد.این پژوهشـگران می گوینـد در حـالی که این ماده تا آن حـد قوی نیست که برای تسـکین سـر درد از آن اسـتفاده شود، ولی نشان دهنده منافع رژیم های غذایی کشورهای حوزه دریای مدیترانه است. ماده موثر مورد بحث که مقدارآن در زیتون تازه،بیشتراست ماننـد ایبوپروفن و سایر داروهای ضـد التهاب در فعالیت آنزیم هایی که موجب التهاب و تورم می شونـد تاثیر می گـذارد. عارضه التهاب به عوامل مختلف از جمله بیماری قلبی و سـرطان ارتباط داده شـده است. منافع مشابهی به داروهای ضـد استروید و ضد التهاب مانند آسپرین و ایبوپروفن، نسبت داده شده است. پژوهشگران هنگامی متوجه خاصیت های تازه روغن زیتون شدنـد که دیدنـد روغن زیتون فرآوری نشده به همان شـیوه ایبوپروفن، موجب ناراحتی در قسـمت عقب گلو می شود. روغن زیتون دارای رشـته خواصـی است که ضـد اکسـیدان بـودن از آن جمله است ولی این که بگوییم روغن زیتون اثر دارویی دارد، موضوعی

است که به تحقیقات بیشتری نیازمند است. مقدار چربی روغن زیتون زیاد است و تنها در حد اعتدال باید مصرف شود.

ادویه جات وزن بدن را کنترل می کند

منبع:روزنامه کیهان

با افزودن ادویه جاتی مانند سیر، آویشن، نعنا، کاری، و رزماری به رژیم غذایی می توانید از فایده های زیاد آنها بر سلامت خود بهره مند شوید. به گزارش هلث دی، سوزانا زیک، یک محقق هومیوپاتی در دانشگاه میشیگان، می گوید افزودن این گیاهان و ادویه جات به غذا به حفظ وزن سالم کمک می کند. علاوه بر اینکه در جلوگیری از ابتلا به برخی انواع سرطان، کاهش فشار خون، کنترل قند خون و بهبود سلامت قلب و عروق نیز موثرند.

وی جایگزین کردن مواد مضری مانند قند، نمک و چربی را با این ادویه ها و گیاهان علفی در بهبود سلامت موثر می داند.

وی توصیه می کند به جای نمک از ادویه هایی مانند آویشن، سیر، جعفری، رزماری (اکلیل کوهی) استفاده شود.

همچنین استفاده از سیر تازه را به عنوان یک کاهش دهنده فشار خون و کلسترول مفید می داند.سیر خشک و یا سیری که به مدت طولانی مانده باشد فوائد مفید خود را از دست داده است.رزماری یک آنتی اکسیدان است که ظاهرا حافظه را تقویت نموده و به جلوگیری از سرطان کمک می کند.آویشن، نعنا، و رزماری به لحاظ روغن های ضروری که دارند برای مقابله با سرماخوردگی توصیه می شوند.آویشن برای درمان سرفه های مزمن نیز مفید است. پیش از این به طور سنتی نیز از این ادویه برای درمان سرفه استفاده می شد.ادویه های گرم شامل زنجبیل، جوز، دارچین، و فلفل برای کاهش فشار خون مفیدند.و بالاخره محققان دریافته اند موادی در زردچوبه وجود دارد که خواص ضدالتهابی دارد و برای کاهش کمردرد مفید شناخته شده است

کنجد و روغن کنجد

نویسنده:مهدی مسکنی

منبع:روزنامه جوان

همه ما بارها و بارها نان بربری و یا سنگک کنجد زده را خورده ایم، نانی که شاید به غلط در محاوره به «خشخاشی» معروف شده است.وطن اصلی کنجد هندوستان است که از آنجا به سایر نقاط جهان راه یافته است. اکنون چین بزرگ ترین تولید کننده کنجد در دنیا است. مقدار کنجدی که در کشور ما کاشته می شود بیشتر در تهیه روغن کاربرد دارد و تهیه حلوا ارده.

ترکیبات شیمیایی کنجد: این دانه مغذی حاوی پروتئین، ویتامین های D،E، F و B است. کنجد ۵۰ درصد روغن دارد و ۷۰ درصد اسیدهای چرب اشباع نشده که بسیار برای سلامتی بدن مفید است زیرا این روغن نه تنها کلسترول خون را افزایش نمی دهد، بلکه آن را کاهش نیز می دهد.

روغن گرم، روغن سرد: برای تهیه روغن کنجد معمولاـ دانه را می شویند تا رنگ روی آن از بین برود. سپس دانه ها را آسیاب کرده و در آب می ریزند تا پوست آنها روی آب بیاید. بعد دانه ها را خشک کرده و در آب جوش می ریزند و خمیر می کنند. این روغن را روغن سرد می نامند و از تفاله باقیمانده تحت اثر فشار و گرما روغنی به دست می آید که به نام روغن گرم معروف است که البته ارزش غذایی روغن سرد را ندارد. تفاله باقیمانده نیز هم چنان مصرف غذایی دارد البته برای دام به ویژه گاوهای شیرده!

بهتر است روغن سرد بخوریم: اگر می خواهید از روغن کنجد استفاده کنید ترجیحاً نوع روغن سرد را استفاده نمایید؛ روغنی که به نام First cold pressed معروف است، زیرا در اثر حرارت دادن روغن کنجد خواص خود را از دست می دهد.

خواص مفید کنجد: از نظر طب قدیم ایران، کنجد گرم است و بسیار مغذی که در بیشتر کشورهای فقیر نخستین گزینه برای جانشین شدن گوشت گرانقیمت است. خواص مفید کنجد به این شرح است:

۱- اگر لاغرید و می خواهید چاق شوید، کنجد بخورید.

۲- کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد و نرم کننده معده و ملین روده است اما اگر مایل به خوردن روغن کنجد هستید و معده ضعیفی دارید حتما با عسل و سرکه میل نمایید، زیرا هضم آن سنگین است.

۳- چنانچه سالاد درست کرده اید، این بار می توانید روغن کنجد را جایگزین روغن زیتون کنید .

خواص دارویی کاهو

کاهو یکی از قدیمی ترین سبزیجات دنیا به شمار می رود که منشأ آن در هندوستان و آسیای مرکزی است. کاهو طبق مدارکی که به دست آمده از ? قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است.

کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد، به طوری که از اوایل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت شد. کاهو گیاهی است یکساله که دارای برگ های پهن و دراز و سبز با طعم کمی شیرین است.انواع مختلف کاهو که در حال حاضر در آمریکا کشت می شود، حدود ?? نوع است و در تمام طول سال وجود دارد.کاهوی پرورشی و اهلی در سالاد استفاده می شود و کاهوی گرد (Head Lettuce) و کاهوی ایرانی (Romano Lettuce) از انواع مهم آن است.کاهوی ایرانی از نظر موادغذایی از کاهوی گرد بهتر است. کاهوی گرد ارزش غذایی چندانی ندارد، زیرا دارای مقدار زیادی الیاف است که تولید گاز و نفخ در معده می کند.

ترکیبات شیمیایی

کاهوی ایرانی دارای ?? گرم آب ??، کالری انرژی ?/?، گرم پروتئین، ?/?گرم مواد نشاسته ای ??، میلی گرم کلسیم ??، میلی گرم فسفر ?/?، میلی گرم آهن و ?/? گرم چربی است.این سبزی همچنین دارای ?? میلی گرم کلسیم ??، میلی گرم سدیم???، میلی گرم پتاسیم ???، واحد ویتامین آ ?/?، میلی گرم ویتامین ب ?/? ، ? میلی گرم ویتامین ب ?/? ، ?میلی گرم ویتامین ب ،? ??میلی گرم ویتامین ث ?/?، میلی گرم ارسنیک و ?? ?/? میلی گرم اسید آگرالیک است.کاهو از مواد معدنی مانند نیکل، کبالت، سولفور و مس نیز برخوردار است.مواد شیمیایی کاهو عبارتند از: لاکتوکاروم (Lactucarum) (که ماده ای است مخدر) موم، رزین، مالیک اسید و سوکسی نیک اسید. لاکتو کاروم خواب آور و مسکن است.از لاکتو کاروم به عنوان داروی خواب آور و مسکن و نیز در چشم پزشکی برای گشادکردن مردمک چشم استفاده می شود.از کاهو همچنین ماده ای به نام تریداس (Thridace) گرفته می شود که مسکن و ضددرد است. برای تهیه تریداس ساقه کاهو رسیده را تکه تکه کرده، شیره آن را با فشار خارج می سازند. این شیره را سپس حرارت می دهند تا در اثر حرارت مواد آلومینی آن منعقد شود. در نتیجه، مایعی صاف به دست می آید. این مایع را تحت درجه حرارت کم و در خلأ حرارت می دهند تا تریداس به دست آید. این مایع را می توان خشک کرد و به صورت پودر درآورد.

خواص دارویی

کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است.

کاهو تمیز کننده خون، خونساز و ضد تورم، خواب آور و آرام بخش است. این سبزی برای ضعف اعصاب مفید و ملین و ادرارآور است.

خوردن کاهو برای مالیخولیا نیز مفید است.

کاهو زخم های مجاری ادرار و مثانه را درمان می کند.

اگر کاهو را با سکنجبین یا سرکه بخورند، اشتهاآور می شود. ضمن آن که اثر ضدتشنج هم دارد.

کاهو درد معده را تسکین داده، قوای جنسی را هم تقویت می کند.

توصیه شده برای برطرف کردن درد سینه، کاهو به صورت پخته مصرف شود.

زنان شیرده هم برای زیادشدن شیرشان می توانند کاهوی پخته بخورند.

کاهو ورم غدد لنفاوی را نیز برطرف می کند.

خواص تخم کاهو

تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.

تخم کاهو خواب آور است و خوردن تخم آن زکام را برطرف می کند و برای درد سینه نیز مفید است.

خوردن تخم کاهو برای دستگاه ادراری نافع است و آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند، باید تخم کاهو بخورند (در حدود?? گرم روزانه) تا این مرض برطرف شود.

مضرات

اگر در خوردن کاهو افراط نشود، این گیاه به هیچ وجه مضر نیست. زیاده روی در خوردن کاهو باعث کم شدن قدرت جنسی، فراموشی و کم شدن حافظه، ضعف دید چشم و نفخ شکم می شود.

برای برطرف کردن این عوارض می توان کاهو را با نعناع، کرفس و زیره خورد.

خواص هویج

منبع:روزنامه ایران

* خواص دارویی:

در هویج یک نوع انسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون دارد. به همین خاطر این باور قدیمی که هویج برای مبتلایان به بیماری قند خوب نیست کاملاً غلط است وبیماران قندی می توانند به مقدر کم از این گیاه استفاده کنند. هویج با داشتن مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهم ترین و مفیدترین سبزیجات برای بدن است. خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماری های عفونی بالا- می برد.مصرف هویج در برطرف کردن بیماری هایی از قبیل آب آوردن انساج بدن، بند شدن ادرار، تحریک مجاری گوارشی و تنفسی، سرفه های مقاوم، آسم، خلط های خونی و دفع کرم اثر معجزه آسایی دارد.

موارد مصرف هویج در بیماری ها

* برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقداری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا چند قاشق بخورید

* سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند مفید است. برای تهیه این سوپ ابتدا ??? گرم هویج رنده شده را در قابلمه بریزید و به آن یک لیتر آب اضافه کرده و بجوشانید تا کاملاً- هویج ها له شود. سپس آن را صاف کرده و به نسبت مساوی باشیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید.

*آب هویج را اگر روی صورت بکشید موجب روشن شدن و جلوه پوست می شود.

* اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید

* اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید

* هویج وپیاز را با هم بجوشانید و به آن آب لیمو اضافه کنید داروی مؤثری برای درمان بیماری های عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست است.

مضرات

البته با این همه خواصی که هویج دارد در مصرف آن نباید زیاده روی کرد دیده شده آنهایی که هویج زیاد مصرف می کنند رنگ پوست و چشم شان زرد می شود که البته خطری ندارد چون اگر چند روز هویج مصرف نکنند، دوباره پوست و چشم به رنگ طبیعی خود بر می گردد.

نعناع را بیشتر بشناسیم

نویسنده:عاطفه خوش اخلاق

منبع:روزنامه جوان

چه قدر گیاه نعنا را می شناسید؟ طبیعت این سبزی گرم است یا سرد؟ چه خواصی دارد و مضرات آن کدام است؟

نعنا گیاهی است با طبیعتی گرما بخش، سرد و خنک کننده، کمی عجیب است نه! گرچه یافتن خواص گرمی یا سردی در یک گیاه توأمان تعجب آور است اما اثر گرمابخشی یا خنک کنندگی نعنا به نحوه استفاده از آن بستگی دارد، چنان چه به صورت خوراکی مصرف شود اثر گرما بخش دارد و گردش خون را بهبود می بخشد. نعنا قرن هاست که مصرف می شود.یونانیان و عبری ها از رایحه خنک و تازگی بخش آن عطر می ساختند و در روم باستان از برگ نعنا تاج هایی برای مراسم مذهبی درست می کردند. زنان رومی از مخلوط عسل و نعنا برای رفع بوی بد دهان بهره می بردند و مردان عرب نیز به عنوان نشانه دوستی و محبت چای نعنا می نوشیدند.

خواص بیشمار نعنا: این سبزی از گذشته های دور به عنوان تقویت کننده قلب شهرت داشته است و سبب تسکین تپش قلب شده و دستگاه گردش خون را بهبود می بخشد. کمک مفیدی برای همه ناراحتی هایی است که با اسپاسم و درد همراهند از آن شمار: دل درد، کولیت، نفخ، سوزش سر معده، سوء هاضمه، سکسکه، میگرن، بیخوابی، مشکلات روده ای و اسهال، تندی آن محرک کبد و کیسه صفراست و در درمان سنگ کیسه صفرا مؤثر است. در گذشته روغن نعنا را به عنوان روغنی نیروبخش به آب وان حمام می افزودند. هم چنین از نعنا داروهای استنشاقی مفیدی برای سرماخوردگی و عفونت های تنفسی ساخته می شود. مصرف نعنا در ایران به صورت سنتی به عنوان سبزی خوردن به همراه غذا و استفاده از آن در طبخ غذاهایی نظیر کرفس و آش، هم چنان متداول است. همه ما با عرق نعنا آشناییم، از این عرق برای تسکین دل درد و تقویت قلب استفاده می شود.

این یاقوت سرخ

نویسنده:ملیحه تراب پور

منبع:روزنامه قدس

یاقوت سرخ یا همان انار، یکی از میوه های پرطرفدار شب یلداست که در کنار سایر میوه ها زینت بخش محافل پذیرایی این مراسم سنتی است.نام میوه انار در قرآن سه بار ذکر شده، به طوری که خداوند در آیه ۶۸ سوره الرحمن می فرماید: «در آن دو بهشت هرگونه میوه و خرما و انار بسیار است».یکی از جالب ترین ویژگیهای انار ساختار داخلی آن است، به طوری که اگر پوست چرمی و زیبای آن به یکباره برداشته شود، صدها گوهر سلول مانند آبدار با طعمی شیرین و خوشایند نمایان می شود که داخل کیسه هایی

شبکه ای مانند قرار دارند.ارزش غذایی انار نیز مانند دو میوه دیگر (خرما و زیتون) که در قرآن ذکر شده، بسیار است. انار میوه ای مغذی با کالری ۶۵ می باشد و با اینکه مقدار پروتئین و چربی آن ناچیز است، اما به عنوان منبعی غنی از سدیم محسوب می شود. همچنین انار حاوی مقادیر زیادی از ویتامین ث، کلسیم و فسفر می باشد.

خواص آب انار

آب انار به عنوان نوشیدنی بسیار دلپذیر در بسیاری از کشورهای خاورمیانه مورد استفاده قرار می گیرد. همچنین برای درست کردن انواع ژله، رب انار، چاشنی های غذایی و شربت انار کاربردهای فراوان دارد. نکته جالب توجه اینکه انارهای ترش به علت فراوانی اسیدهای آلی برای تهیه رب بسیار مرغوبند. آب انار، همچنین یک آنتی اکسیدان قوی به شمار می رود که از بدن در برابر رادیکالهای آزاد و مولکولهای مضر که به ایجاد بیماریهای قلبی و پیری زودرس و سرطان منجر می شود، محافظت می کند.

انار در طب سنتی

انار علاوه بر ارزش غذایی، فواید دارویی پزشکی بسیاری دارد که عمدتاً در طب یونانی برای معالجه امراض گوناگون کاربرد فراوان دارد و از نظر دارویی برای درمان اسهال، گوش درد، ضعف بینایی، تب و ناراحتیهای دندان و لثه و سوء هاضمه مورد استفاده قرار می گیرد.دیگر اینکه انار علاوه بر اینکه کم خونی را درمان می کند، در تصفیه خون نیز نقش بسزایی دارد و این به دلیل وجود پتاسیم و منیزیم در آن است و چون فعالیت سلولهای کبد را زیاد می کند در احتقان کبد مؤثر بوده و در رفع کلسترول و اوره و دفع سموم و تعادل مایعات بدن بخصوص خون نقش مهمی دارد.

رابطه مصرف انار و شادابی پوست

انار در زیبایی پوست و شادابی آن نیز بسیار مؤثر است و بوی بد دهان و زردی دندانها را از بین می برد که امام رضا(ع) در همین ارتباط می فرمایند: «خوردن انار باعث نیکویی رخسار کودک می شود.»

بومیان سریلانکا نیز که از طب گیاهی برای درمان امراض مختلف استفاده می کنند، به منظور معالجه اسهال و برونشیت، شکوفه درخت انار را به صورت چای، دم کرده و آن را مصرف می کنند.شکوفه ها و گلهای زیبای انار برای کاهش و تسلی دادن درد چشم و ناراحتیهای آن نیز بسیار مؤثر است، همچنین جوشانده گل انار و استفاده از آن به صورت غرغره برای معالجه ورم گلو و جلوگیری از خونریزی لثه بسیار مفید خواهد بود. بنابراین، با فرا رسیدن فصل زمستان و فراوانی آن در میان میوه های موجود در بازار، برای حفظ سلامت و شادابی خود، مصرف انار را از یاد نبرید .

اسپرغم همان ریحان است

منبع:روزنامه جوان

اگر روزی در حالی که کباب کوبیده خوشمزه ای را نوش جان می کنید از شما بپرسند آیا «اسپرغم» با کبابتان میل می کنید چه خواهید گفت؟! کمتر کسی می داند که اسپرغم همان سبزی و ریحان است، اما چه شد که واژه «ریحان» عربی جای «اسپرغم» فارسی را گرفت بماند.گیاه ریحان از هندوستان آمده است و به زودی در یک مقطع کوتاهی از تاریخ آشپزی در جهان به عنوان یک طعم دهنده و عطر دهنده مورد استفاده قرار گرفت و در کشور ما هم پای ثابت کباب کوبیده شد!از فرهنگ ملل مختلف چنین برآمده که در مالزی ریحان را در محل دفن مردگان می کارند و یا در کشور مولداوی رسمی وجود دارد که هنوز هم پا برجاست و آن این که یک مرد زن مورد علاقه اش را با قبول دسته ای ریحان از او انتخاب می کند. پزشکان قدیم به سختی اثر درمانی برای ریحان قایل بودند و این گیاه را سمی و خطرناک می دانستند.

همیشه ریحان بخوریم

بـا این میـان تیتر معلوم است که ریحان هم خواص دارویی دارد و هم سبزی معطری است برای طعم دادن به غـذا. ریحان اعصاب را آرام می کند و برای سـردردهای عصبی بسـیار موثر است می توانید جوشانده آن را امتحان کنید. کافی است ?? تا ?? گرم از ساقه ریحـان که دارای برگ و گـل است در یـک لیتر آب جوش بریزیـد و ?? دقیقه دم نماییـد و سـپس از صافی رد کنیـد و پس از هر نوبت غـذا یک فنجان بنوشـید. بی تردیـد غم و انـدوه نیز از شـما دور خواهـد شـد! ریحان ضـد دل پیچه و نفـخ است چنانچه معـده ضعیفی دارید، حتماً با غذا ریحان بخورید. ریحان میکروب اسهال و وبا را می کشد و ضدتهوع و استفراغ است.

همچنین در حدیث است که امام صادق(ع) فرمود: ریحان سبزی پیامبران است و بدانید که هفت خاصیت در آن وجود دارد–?: غذا را گوارا می کند– ?. منفذها را باز می کند– ? دهان را خوشبو می سازد– ?. اشتها را به غذا افزایش می دهد– ?. بیماری را از بین می برد– ?. دافع مرض سل است، شخص را از بیماری جذام ایمن می گرداند– ?. اندوه و غم را زایل می سازد.

ترب و تربچه؛ یک درمان نقلی

منبع:روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

ترب گیاهی است یک ساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر می رسـد. برگهای آن پهن، ناصاف، کرک دار و با بریدگی های نامنظم می باشد. گلهای آن به رنگ سفید، زرد روشن، آبی روشن و بنفش است که در انتهای شاخه ظاهر می شود.

به طور کلی دو نوع ترب وجود دارد:

۱– ترب سیاه که معمولاً در پاییز برداشت می شود.

۲– تربچه که به رنگهای مختلف قرمز و صورتی که دراز یا گرد می باشد.

خواص داروئی:

ترب از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از زمانهای بسیار قدیم برای درمان بسیاری از بیماری ها به کار می رفته است.

۱) ترب برای دفع سنگهای صفراوی مفید است.

۲) ترب در بعضی از اشخاص تولید گاز و آروغ می کند و تخم آن گاز و نفخ را از بین می برد.

۳) ترب برای درمان نقرس و رماتیسم مفید است.

۴) برگ ترب اگر با غذا خورده شود، به هضم آن کمک می کند.

۵) آب برگ ترب برای تقویت چشم مفید است.

۶) ترب برای درمان یرقان مفید است.

۷) تخم ترب درد را تسکین می دهد.

۸) در صورت مسمومیت غذایی مقداری تخم ترب را همراه با سکنجبین به بیمار بدهید؛ زیرا باعث استفراغ می شود و معده را پاک می کند.

۹) برای مداوای زخمهای بدن از ترب و عسل ضماد تهیه کرده و روی زخم بگذارید.

۱۰) دم کرده ترب ادرار آور است.

۱۱) تخم ترب ادرار آور و قاعده آور است.

۱۲) اگر دست یا پای شـما سـرمازده است، ترب را در آب بجوشانیـد و بگذاریـد تا کمی سـرد شود، به طوری که دست را نسوزاند سپس عضو سرمازده را چند بار در روز در این جوشانده قرار دهید.

۱۳) دم کرده ریشه ترب تقویت کننده بدن است.

۱۴) برای دفع سنگ کیسه صفرا و سرفه های تشنج آور از ترب به صورت زیر استفاده کنید :

در یک ترب بزرگ حفره ای ایجاد کرده و همچنین در ته سوراخ ریزی به وجود آورید، به طوری که آب قطره قطره از آن خارج شود. سپس مقداری شکر در حفره ریخته و آن را با آب پر کنید و ترب را در دهانه شیشه یا استکانی قرار دهید که آب آن قطره قطره از سوراخ ریز ته ترب خارج شده و در داخل شیشه یا استکان بریزید و این آب را چند بار در روز بنوشید.

۱۵) خوردن تخم ترب ترشح شیر را زیاد می کند.

۱۶) خوردن ترب رنگ چهره را باز می کند.

۱۷) جوشانده ترب برای درمان اسهال خونی مفید است.

کاهو و نعناع

منبع:روزنامه جوان

نعناع

از سبزی های عطردار و خوردنی است. نعناع مقدار زیادی ویتامین «آ» و «ث» دارد. قسمت قابل استفاده آن برگ و شاخه های گلدار است که از آن عرق نعناع می گیرند.عرق نعناع نیروبخش و مفید است. ترشحات معده را کم می کند و عفونت ها را از بین می برد. همچنین «کلسترول» خون را پایین می آورد. برگ های خشک کرده آن برای خوشبو کردن ماست و دوغ به کار می رود. سرخ کرده خشک آن نعناع داغ است که برای خوشبو شدن و تزیین آش ها مصرف می شود.نعناع ضدعفونی کننده و ضد سم است.خوردن آن با نان و پنیر برای تقویت اعصاب مفید است. البته فراموش نشود که زیاد خوردن آن باعث خارش گلو می شود.

کاهو

کاهو دارای ویتامین های «آ»، «ب»، «ث» و مقدار زیادی آهن و کلسیم است. خوردن کاهو خون را زیاد می کند و باعث درمان بیماری کم خونی می شود. همچنین کاهو تشنگی را برطرف می کند و یرقان را معالجه می کند. خوردن کاهو باعث آرامش اعصاب و از بین رفتن دلهره می شود. افرادی که فشار خون دارند بهتر است زیاد کاهو بخورند. این سبزی ادرارآور خوبی است. کاهو بهترین هضم کننده غذا است و یبوست را درمان می کند.

میوه های رنگی

منبع:روزنامه قدس

باید بدانیم بیشتر میوه ها که به ویژه در فصل تابستان فراوان هستند حاوی آنتی اکسیدان (موارد مقابله کننده در بروز رادیکالهای آزاد در بدن) بوده و به سبب داشتن انواع رنگ دانه های ارغوانی به غشای سلولها کمک کرده و مانع از تخریب آنها می شوند.

سیب:

این میوه حاوی انواع ویتامینها، آهن، کلسیم، مس، روی، اسیدهای آمینه، مواد پروتیینی است و با داشتن الیاف سلولزی از بروز سرطان جلوگیری می کند. سیب باعث پاک کردن معده، تقویت فکر، سلسله اعصاب، قلب و کبد، درمان اسهال و پایین آورنده تب بوده و بوییدن آن نیز برای رفع تنگی نفس بسیار سودمند است.افرادی که دچار بی خوابیهای پی در پی هستند، می توانند هر شب قبل از خواب سیب بخورند و این میوه به علت داشتن" ید "برای تقویت غده تیروئید بسیار مفید می باشد.علاوه بر آن خواص سیب در زیبایی یک معجزه بوده و مردم می توانند صبح و شب با نوشیدن آب سیب، چین و چروکهای روی گردن و پوست

صورت را به همراه ماساژ آرام آنها رفع کرده و هر هفته از ماسک سیب پخته در شیر استفاده کنند.همچنین می توانند پس از پختن سیب در شیر، آن را له کرده و پس از ولرم شدن روی پوست خود ماساژ دهند.خوردن روزانه یک عدد سیب توسط افراد به ویژه سالمندان، آرامش اعصاب، خواب راحت و هضم غذای بهتر را به همراه دارد.

گیلاس:

میوه گیلاس با داشتن رنگ دانه های ارغوانی، علاوه بر مقابله در برابر سرطان، می تواند در حفظ و کنترل چربیهای خون مؤثر باشد.

خربزه و طالبی:

این میوه ها می توانند ویتامین، آب و مواد معدنی گلوکز مورد نیاز سلولهای مغز کودکان را فراهم کنند.

نعنا مسکن سردردهای عصبی است

دکتر"امید صادق پور، "داروساز و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران در گفت و گو با ایسنا در خصوص" سردرد و فرآورده های دارویی گیاهی مؤثر برآن "گفت: بیمارانی که به علت انقباضات طولانی مدت عضلات و گرفتگی و فشارعروق اطراف آن، همچنین وجود استرس و مشکلات عصبی به سردردهای تنشی ناشی از اختلالات مذکور دچار هستند، به وسیله نعنا تسکین می یابند. عضو مؤسسه مطالعات تاریخ پزشکی و طب مکمل، همچنین گیاه " شیرین بیان "را در درمان سردردهای سینوسی مؤثر دانست و افزود: سینوزیت با عفونت سینوسهای بینی، پیشانی و صورت موجب سردردهای شدیدی در اطراف چشم و پیشانی می شود که برای از بین بردن عفونت آن علاوه بر استفاده آنتی بیوتیک به صورت معمول، گیاه شیرین بیان و اکی ناسه به عنوان ضد ویروس و تقویت نیروی ایمنی بدن مؤثر است

نعناع

نویسنده:سحر شهنازی

منبع:sharghnewspaper.ir

گیاهی است چندساله دارای ریزوم های خزنده، برگ های تخم مرغی یا سرنیزه ای، ساقه راست منشعب و ساده به ارتفاع ۸۰- ۳۰ سانتی متر و غالبا چهارگوش که در بخش فوقانی با کرک های سفیدرنگ پوشیده شده است. جام گل به رنگ سرخ یا ارغوانی، در خارج کرکدار و در داخل عاری از کرک است. لوب زیرین کمابیش همانند سایر گلبرگ ها است ولوب بالایی تخم مرغی است. میوه شبه تخم مرغی است و دارای نوک گرد و کرک آلود است. برگ ها بخش دارویی این گیاه را تشکیل می دهند. شکل و اندازه برگ ها بسیار متنوع و اکثرا بدون دمبرگ یا دارای دمبرگ کوتاه هستند. بهترین زمان جمع آوری گیاه موقع گلدهی است که ماه های تیر و مرداد است. این گیاه در اکثر نواحی ایران می روید. این گیاه دارای ۱ درصد اسانس است که قسمت عمده آن را کارون و دی هیدروکارون و منتول تشکیل می دهد. نعناع دارای اثرات ضداسپاسم، ضدنفخ و ضدمیکروبی بوده و در درمان ناراحتی های گوارشی و همچنین به عنوان آرام بخش استفاده می شود. در طب گذشته از نعناع به عنوان ضدنفخ، مسکن و برطرف کننده سوءهاضمه استفاده می شده است. این گیاه دارای درصد بالایی از اسانس است لذا دارای خاصیت آنتی سپتیک است. همچنین به علت داشتن اسانس و خصوصا درصد بالای کارون دارای خاصیت بادشکن است. از فرآورده های موجود در بازار می توان به قرص آلتادین، قرص منتاو شربت گریپ میکسچر اشاره کرد.مقدار مصرف این گیاه به میزان ? تا ? گرم به صورت دم کرده سه مرتبه در روز است.

زردچوبه

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است علفی، پایا به ارتفاع یک تا ۱/۵ متر و دارای ریزوم متورمی که از آن چندین ساقه هوایی خارج می شود. از مشخصات آن اینکه در قاعده ساقه گیاه برگ های بدون دمبرگ سبز روشن شبیه برگ موز با غلاف مشخص ولی در قسمت فوقانی آن برگ های کامل ظاهر می شود. گل های آن مجتمع به صورت سنبله و به رنگ سبز مایل به زرد است. تخم آن خیلی ریز و سیاه رنگ است. قسمت مورد استفاده دارویی این گیاه ریزوم آن است که پس از خارج کردن از زمین ریشه های جانبی آن را جدا ساخته با آب می شویند سپس در آب جوش قرار داده پس از خارج کردن در گرمای خورشید به مدت چند روز خشک می کنند.

ریزوم های خشک شده را به دو صورت وارد بازار تجارت می کنند. زمان برداشت آن معمولاً ۱۲- ۱۰ماه پس از کاشت است. گیاه زردچوبه را در کشورهای هندوستان، پاکستان، اندونزی، جنوب چین، آفریقا و آمریکای جنوبی کشت می دهند. ماده موثر آن جزء روغن های فرار بوده روغن فرار (۵/۵ _ ۱/۳ درصد) محتوی سزکویی ترپن است. زردچوبه به عنوان صفرا آور، ضد نفخ و در تسکین دردهای روماتیسمی و نیز به عنوان ادویه به صورت خوراکی مصرف می شود. به صورت موضعی در درمان برخی التهابات پوستی استفاده می شود. در طب گذشته از زردچوبه به صورت خوراکی به عنوان صفرا آور استفاده می شده است و به صورت موضعی در درمان سپوریازیس مورد مصرف داشته است. باید دور از نور و در ظرف کاملاً بسته نگهداری شود.

ریحان

گیاهی است یک ساله با ساقه چهارگوش به صورت افراشته و منشعب به ارتفاع ۱۵ سانتی متر تا یک متر دارای کرک های کوتاه یا بدون کرک. برگ هایش تخم مرغی تا سر نیزه ای و متقابل که در سطح فوقانی نرم و صاف و در سطح تحتانی بر روی رگ برگ ها کرک دارد. برگ ها در حاشیه کمی دندانه دار بوده و رنگ برگ سبز و گاهی شدیداً بنفش می شود. برگ های واقعی در سرشاخه های گلدار به شکل براکته و پهن و تخم مرغی شکل نوک تیز، خشن و به بلندی کاسبرگ ها و اغلب بنفش رنگ هستند. گلبرگ ها سفید یا صورتی یا چند رنگ هستند. میوه به صورت فندقه کوچک تقریباً کروی حاوی چهاردانه خیلی کوچک بیضوی به رنگ قهوه ای تا سیاه است. قسمت مورد استفاده ریحان به صورت برگ های کامل یا شکسته و غالباً پیچ خورده همراه با قطعاتی از ساقه چهارگوش، سرشاخه های گلدار و میوه ها است. زمان جمع آوری ریحان هنگامی است که گیاه به گل رفته باشد. موعد شکفتن گل های ریحان فصل بهار و تابستان است. منشاء اولیه گیاه احتمالاً از آسیا بوده ولی امروزه در بسیاری کشورهای جهان خصوصاً در کشورهای نواحی مدیترانه کاشته می شود. پرورش این گیاه در اغلب نواحی ایران در محیط باز و گلخانه معمول است. در اندام هوایی ریحان براساس واریته و کموتایپ، منشاء گیاه و زمان جمع آوری، مقدار اسانس جمع آوری شده بین ۰/۰۴تا ۰/۷درصد گزارش شده است.

اسانس حاصله به رنگ زرد مایل به سبز است. از ریحان به عنوان ضد اسپاسم، ضد نفخ، اشتهاآور، آرام بخش، مدر و شیرافزا استفاده می شود. علاوه بر آن به عنوان سبزی و ادویه مورد مصرف است. از اسانس ریحان در صنایع کنسروسازی و آرایشی- بهداشتی استفاده می نمایند. در طب گذشته از ریحان به عنوان ضد التهاب، اشتهاآور و ضد اسهال استفاده می شده است. گیاه و اسانس آن را در محلی خنک و دور از نور و رطوبت در ظروف فلزی یا شیشه ای باید نگهداری کرد و تاکنون فرآورده ای از برگ ریحان به بازار رسمی دارویی ایران وارد نشده است.

زرشک

زرشک خوراکی محصول درختچه ای است به ارتفاع ۳ تا ۶ متر با شاخه های شکننده به رنگ قرمز مایل به قهوه ای، برگ های چرمی، تخم مرغی، پهن و گلی آذینی مجتمع که دارای ۲۰تا ۲۵و گاهی تا ۴۰ گل است. میوه های کوچک قرمز رنگ به شکل خوشه های آویخته اند. میوه زرشک دارای اسید های آلی و ترکیبات فنولی بوده و علاوه بر رنگدانه های آنتوسیانینی و کاروتنوئیدی دارای آنزیم های فنولاز، پلی فنولاز و گلیکوزیداز است. طبق شواهد به نظر می رسد که ذکریای رازی نخستین کسی بوده که خواص طبی این گیاه را شناخته و خوردن آب زرشک را برای درمان تب، عطش و التهاب توصیه کرده است. در ایران مردم آب زرشک را می نوشند و از میوه آن در تهیه غذا، مربا، ترشی، لواشک، شربت، پولکی و سوهان عسلی استفاده می کنند. در سال های اخیر به منظور استفاده صنعتی از زرشک تحقیقات زیادی درباره تهیه فرآورده های مختلفی مانند نوشابه، سس، ژله، آب نبات، پاستیل، پودر رنگی خوراکی و... از میوه زرشک انجام شده است. میوه زرشک به دلیل طبیعت سرد و خشکی که دارد برای تقویت کبد، قلب، مسکن معده و بند آورنده خون بواسیر و از برگ زرشک نیز در عوارض ناشی از کمبود ویتامین C و درمان زخم معده، رفع اسهال و آب آوردگی بافت ها و درمان اسکوربوت استفاده می شود. براساس مطالعات بیشتر خواص دارویی زرشک مربوط به آلکالوئیدهای مختلف در اندام های مختلف این گیاه است.

در ایران استان خراسان و عمدتاً شهرستان های قائن و بیرجند مهم ترین مناطق تولید زرشک در کشورند و تقریباً ?? درصد زرشک کشور در این دو شهر تولید می شود. در سال های اخیر کشت این محصول به شهرستان های گناباد و فردوس هم گسترش یافته است.

چرا سیر برای قلب مفید است؟

منبع:news.bbc.co.uk

دانشمندان کلید معمای رابطه خوردن سیر و سلامت قلب را کشف کرده اند. دلیل این امر وجود ماده ای به نام آلیسین (allicin) است. این همان ماده ایست که با شکسته شدن به مواد مرکب حاوی گوگرد، بوی نامطلوبی در دهان و نفس ایجاد میکند.

این مواد مرکب با گلبولهای قرمز خون واکنش نشان داده و سولفید هیدروژن تولید میکند. این ماده رگهای خونی را آزاد و شل کرده و گردش خون را آسان میکند. به همین دلیل است که خوردن سیر موجب افت فشار خون میشود. با این حال، کارشناسان انگلیسی عقیده دارند که مصرف مواد کمک غذایی تهیه شده از سیر میتواند عوارض جانبی داشته باشد. سولفید هیدروژن بویی مانند تخم مرغ گندیده دارد و در تولید بمبهای متعفن به کار میرود. اما در مقادیر اندک نقشی حیاتی در تقویت ارتباطات میان سلولی دارد. این ماده در درون رگهای خونی به تحریک سلولهای جدار رگ پرداخته و آنها را شل و آرام میکند و در نتیجه رگها اندگی گشاد میشوند. نتیجه وقوع این امر، کاهش فشار خون است و خون میتواند اکسیژن بیشتری به اندامهای اصلی برساند و به این ترتیب از فشار قلب نیز کاسته خواهد شد. تیم محققین در دانشگاه آلاباما، رگهای خونی موش را در ماده ای حاوی عصاره سیر له شده شستشو دادند.

نتیجه اعجاب آور

این آزمایش نتایج اعجاب آوری به همراه داشت و سفتی و انقباض رگ تا ۷۲ درصد کاهش یافت. محققین همچنین متوجه شدند که گلبولهای قرمز خون در تماس با مقدار اندکی از عصاره سیری که از سیر معمولی گرفته شده بود، بلافاصله واکنش نشان داده و شروع به منتشر نمودن سولفید هیدروژن کردند. آزمایشهای بیشتر و دقیقتر نشان داد که این واکنشها اساسا بر روی سطح سلولهای خونی انجام میگیرد. محققین چنین نظر دارند که تولید سولفید هیدروژن در گلبولهای قرمز خون میتواند برای استاندارد سازی میزان

دریافت روزانه مواد کمک غذایی تولید شده از سیر، بسیار مفید واقع شود.

به گفته دکتر دیوید کراوس (David Kraus) سرپرست تحقیقات مذکور " :تحقیقات ما نشان میدهد که حضور سیر در برنامه غذایی روزانه بسیار خوب است. "

"شکی نیست که در مناطقی مانند شرق دور و نواحی مدیترانه که مصرف سیر بالاست، وقوع بیماریهای قلبی/عروقی بسیار کم است ".

جودی او سالیوان (Judy O"Sullivan) پرستار بیماریهای قلبی در بنیاد قلب بریتانیا میگوید ": این تحقیق جالب نشان میدهد که سیر میتواند مزایای متعددی برای سلامت قلب داشته باشد ".

"با این حال، هنوز به طور صد در صد مشخص نشده است که آیا مصرف سیر به عنوان دارو و برای کاهش خطر ابتلا به بیماریهای انسداد عروق یا مشکلات قلبی کافی و عملی هست یا خیر ".

"این نکته بسیار امیت دارد که مقادیر زیاد مواد کمک غذایی میتوانند با داروهای رقیق کننده تداخل کرده و خطر خونریزی داخلی را افزایش دهند.

هل، دانه معطر

نویسنده:سپیده سلیمی

عطر خوش و اثر گرمابخش و اشتهاآور هل این دانه را یکی از بهترین طعم دهنده ها برای انواع نوشیدنی، دسر، شیرینی و حتی لاروها می سازد. در هندوستان، خاورمیانه، اروپا و آمریکای لاتین این ادویه روغنی برای تهیه انواع کاری، نان، کیک ها و شیرینی ها و همچنین چای و قهوه به کار می رود. در بسیاری از شیرینی ها و دسرهای سنتی ایرانی نیز از هل کوبیده یا آسیاب شده استفاده می شود.منشاء دانه هل به هند بازمی گردد؛ جایی که به سبب ارزش ویژه آن در طب آیورودا گرامی داشته می شود. در قرن نوزدهم در انگلستان بانوان دانه های هل را در جیب حمل می کردند و آنها را برای کمک به هضم غذا و معطر کردن نفس شان می جویدند. جویدن دانه های هل پس از صرف غذا ضمن کمک به هضم و گوارش بهتر غذا می تواند بوی نامطبوع سیر و پیاز را نیز خنثی کند.

دانه های هل خواص گرمابخشی داشته و معده و روده ها را تقویت می کنند. هل اشتها را تحریک می کند و عمل هضم را بهبود می بخشد. نوشیده دم کرده داغ آن موجب تسکین کولیت، سوءهاضمه، باد نفخ، حالت تهوع و بی حالی شده و مانع ترشح زیاد اسید معده می شود. یکی از خواص ویژه و بسیار ارزشمند هل جلوگیری آن از تشکیل خلط در گلو است. از این رو می توان آن را به محصولات لبنی و پودینگ ها افزود تا اثر شیر را که موجب تشکیل خلط در گلو می شود خنثی کرده و به هضم آن نیز کمک کند.

دانه های هل خاصیت اکسپکتورانت داشته و سینوس ها و برونش ها، بینی و سینه را از خلط و ترشحات اضافی پاک می کنند.هل چنان که ذکر شد خواص گرمابخش و انرژی زا دارد از این رو به بهبود روحیه و بازیابی انرژی و توان از دست رفته کمک می کند، اضطراب و نگرانی را کاهش می دهد و در رفع افسردگی موثر است. هل همچنین کلیه ها را تقویت می کند و گفته می شود برای درمان شب ادراری کودکان مفید است.

برای تهیه یک چای معطر، آرام بخش و خوش طعم ۴عدد دانه هل را همراه با ۴ عدد دانه فلفل سیاه، ۴عدد دانه میخک، یک قطعه دارچین نکوبیده و چند حلقه نازک زنجبیل تازه در ۶۰۰ میلی لیتر آب بریزید. آن را به مدت نیم ساعت روی حرارت ملایم قرار دهید اما مواظب باشید نجوشد. چای را صاف کنید و داغ همراه با کمی شیر یا عسل بنوشید. نوشیدن این چای دوبار در روز درمانی

فوق العاده برای سرفه و سرماخوردگی است .

داروهای ضد درد

داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی:

۱-آسپرین(ASPIRIN) و یا استیل سالیسیلیک اسید(ACETYLSALICYLIC ACID=ASA)

۲-دیکلوفناک(DICLOFENAC)

۳-ایبوپروفن(IBUPROFEN)

۴-مفنامیک اسید(MEFENAMIC ACID)

۵-ناپروکسن(NAPROXEN)

۶-کتوپروفن(KETOPROFEN)

۷-سولینداک(SULINDAC)

۸-پیروکسیکام(PIROXICAM)

۹-ملوکسیکام(MELOXICAM)

۱۰-تولمتین(TOLMETIN)

۱۱-نابومتون(NABUMETONE)

۱۲-ایندومتاسین(INDOMETHACIN)

۱۳-اتودولاک(ETODOLAC)

۱۴-اگزاپروزین(OXAPROZIN)

۱۵-فنیل بوتازون(PHENYLBUTAZONE)

۱۶-سلکوکسیب(CELECOXIB)

۱۷-فلور بیپروفن(FLURBIPROFEN)

۱۸-نیمسولاید(NIMESULIDE)

۱۹-مکلوفنامات(MECLOFENAMATE)

نکته: استامینوفن(ACETAMINOPHEN) و یا پاراستامول(PARACETAMOL) اثر ضد التهابی بسیار اندکی داشته و جزو دسته ضد دردهای غیر استروئیدی قرار نمی گیرد. استامینوفن را میتوان به عنوان یک ضد درد و تب بر استفاده کرد. استامینوفن بر خلاف داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی بروی عملکرد انعقاد خون اثری نداشته و همچنین باعث تحریک گوارشی نیز نمی گردد، اما مصرف بی رویه آن باعث آسیب به کبد میشود.

مکانیسم اثر:

با مهار آنزیمهای سیکلواکسیژناز ۱ (COX-۱)(۱ -CYCLOOXYGENASE) و سکلواکسیژناز ۲ (COX-۲) سنتز پروستاگلاندین ها(PROSTAGLANDINS) و ترومباکسان(THROMBOXANE) از آراکیدونیک اسید(ARACHIDONIC ACID) را متوقف میسازد. پروستاگلاندین ها کارکردهای متفاوتی در بدن دارند، از جمله ایجاد التهاب، درد و تب-حمایت از عملکرد پلاکت های خون-محافظت از پوشش معده-جریان خون طبیعی کلیه ها و غیره.

موارد مصرف:

برای کاهش درد، التهاب و تب.

۱-آرتروز وآرتریت.

۲-سردرد و میگرن.

۳-قاعدگی دردناك.

۴-درد استخوانها و مفاصل.

۵-کنترل درد.

۶-تب (به ویژه ایبوپروفن، ناپروکسن و استامینوفن)

۷-رگ به رگ شدگی و کشیدگی عضلات.

۸-دندان درد و کمر درد.

۹-تسکین درد ناشی از سنگ کلیه.

۱۰-نقرس حاد.

۱۱-پیشگیری از سکته مجدد (آسپرین)

موارد منع مصرف:

۱-در صورت سابقه حساسیت به هر یک از این داروها.

۲-مصرف آسپرین در کودکان و نوجوانان پایین تر از ۱۶ سال ممنوع میباشد. چراکه کودکانی که درمعرض ابتلا به آنفلوآنزا و آبله مرغان میباشند با مصرف آسپرین ممکن است دچار نشانگان ری(REYE) گردند. این ضایعه موجب آسیب مغزی و مرگ میگردد.

۳-در دوران بارداری و شیردهی نبایستی مصرف گردند (اما مصرف استامینوفن مجاز است)

۴-افرادی که از زخم معده و نقص سیستم انعقادی رنج میبرند.

۵-همراه با داروهای ضد انعقاد خون نباید مصرف گردند.

مصرف باید تحت نظر پزشك صورت گیرد:

۱-مبتلایان به آسم.

۲-مبتلایان به احتلالات قلبی،کبدی و کلیوی.

تداخلات دارویی:

۱-داروهای فشار خون.

۲-داروهای انعقاد خون.

۳-داروهای ادرار آور.

اشکال دارویی:

کپسول-قرص-آمپول-شیاف-ژل و کرم.

عوارض جانبی:

۱-تحریك گوارشی: تهوع، استفراغ، سوء هاضمه، زخم و خونریزی معده، اسهال و یبوست.

۲-آسیب به کلیه ها: احتباس مایع و نمك،افزایش فشار خون،نارسایی کلیه ها(چنانچه بصورت بی رویه و یاهمراه با داروهای ضد فشارخون و ادرار آورها مصرف گردند)

۳-افزایش حساسیت به نور: آفتاب سوختگی افزایش می یابد (به ویژه دیکلوفناک و پیروکسیکام)

۴-آسیب به جنین و نوزاد: نباید در دوران بادارى و شیردهى مصرف گردند. (به استثنای استامینوفن)

۵-واکنش حساسیتی:بثورات جلدی، تنگی نفس و شوک حساسیتی.

۶-سایر عوارض: سردرد، سر گیجه، کاهش اشتها، خواب آلودگی و افزایش آنزیم های کبدی.

۷-داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی (به ویژه آسپرین) از تجمع پلاکت ها و انعقاد خون جلوگیری میکنند. بنابراین افرادی که دچار احتلالات خونی میباشند و یا از داروهای ضد انعقادی استفاده میکنند باید از مصرف آنها خودداری کنند.

۸-مصرف آسپرین علام آسم را تشدید میکند. نکته:افرادی که الکل مصرف میکنند، عوارض ناشی از مصرف در آنها افزایش می یابد.

نکته: عوارض در افراد سالخورده ممکن است شدید ترباشد. در افراد مسن گیجی، ورم صورت و پاها و کاهش ناگهانی ادرار میتواند روی دهد.

نکته:چنانچه ازاینگونه داروها برای کنترل درد استفاده میگیردد، نباید بیش از ۷-۱۰ روزازآنها استفاده شود.

نکته:آسپرین روکشدار دارای روکش انتریک(ENTERIC) میباشد. روکش باعث میگردد آسپرین بدون تغییراز معده عبورکرده و درروده کوچک حل گردید. بنابراین از تحریک گوارشی در معده جلوگیری میگردد.اما روکش شروع اثر آسپرین را به تاخیر می اندازد.

نحوه مصرف:

۱-اشکال خوراکی را همراه با یک لیوان پر از آب مصرف کنید. پس از مصرف تا ۱۵-۳۰ دقیقه به حالت قائم باقس مانده و از دراز کشیدن خودداری کنید تا تحریک گوارشی کاهش یابد.

۲-برای کاهش تحریک گوارشی میتوان آنها را همراه با غذا و یا داروهای ضد اسید معده مصرف کرد.

۳-هیچگاه میزان دوز تجویزی را افزایش ندهید.

ضد دردهای شبیه افیونی و یا مخدر(NARCOTIC)(OPIOIDS) :

دارای اثرات قوی تر و سریعتر نسبت به ضد دردهای غیر مخدری میباشند.ضد دردهای مخدر به انواع طبیعی،نیمه صناعی و صناعی تقسیم بندی میگردند.

ضد دردهای مخدر:

۱-مورفین(MORPHINE)

۲-کدئین(CODEINE)

۳-فنتانیل(FENTANYL)

۴-متادون(METHADONE)

۵-پتیدین(PETHIDINE)

۶-ترامادول(TRAMADOL)

۷-میردین(MEPERDINE)

۸-پنتازوسین(PENTAZOCINE)

۹-اکسی کدون(OXYCODONE)

۱۰-بوپرنورفین(BUPRENORPHINE)

۱۱-پروپوکسیفن(PROPOXYPHEN)

۱۲-اکسی مورفون(OXYMORPHONE)

۱۳-پروپوکسیفن(PROPOXYPHENE)

۱۴-لوورفانول(LEVORPHANOL)

۱۵-هایدرومورفون(HYDROMORPHONE)

۱۶-دیامورفین(DIAMORPHINE)

نحوه اثر:

۱-با اتصال به گیرنده های اوپیود در مغز، نخاع و مجاری روده و معده از ارسال پیام های درد به مغز جلوگیری میکننـد. در واقع شبیه ضد دردهای مخدر طبیعی بدن موسوم به آندورفین ها عمل میکنند.

۲-تحریک مرکز لذت در مغز.

اشکال دارویی:

قرص، کپسول و آمپول.

تداخلات دارویی:

الکل-آنتی هیستامینها-بنزودیازپین ها-باربیتورات ها.

عوارض جانبی:

۱-وابستگی و اعتیاد.

۲-خواب آلودگی و سرخوشی.

۳-گیجی.

۴-یبوست و کاهش ادرار،تهوع و خشکی دهان.

۵-تپش قلب.

۶-توهم.

۷-کما.

ضددردهای کمکی :

این دسته از داروها مسکن درد نیستند اما در برخی شرایط خاص باعث کاهش درد میشوند. (کاهش دردهای نوروپاتیک = حاصل از آسیب عصبی)

۱- داروهای ضد افسردگی: مانند فلوکسیتین(FLUXITINE) و دسیپرامین(DESIPRAMINE)

۲- داروهای ضد تشنج: مانند گاباپنتین(GABAPENTIN)، فنیتوئین(PHENITOIN) و کلونازپام(CLONAZEPAM)

۳- بی حس کننده های موضعی: نظیر لیدوکائین (LIDOCAINE) و کاپسایسین(CAPSAICIN) .

جو

نویسنده:منصور کاظم زاده

جو: گیاهی است از خانواده Gramineae که از روزگاران کهن، به عنوان یکی از ترکیبات غذایی شفابخش مورد توجه بسیاری از پزشکان قرار گرفته و در طب اسلامی نیز اشارات فراوانی بر آن شده است. اخیراً جو به عنوان یک ضد LDL طبیعی شناخته شده

است. جو دارای ترکیباتی است که باعث کاهش کلسترول بد (LDL) می شود و از آنجا که هر چه میزان کلسترول LDL بیشتر باشد، خطر ابتلا به بیماری های قلبی نیز افزایش می یابد، مصرف جو بسیار توصیه می شود. جو در کاهش بروز اختلالات گوارش و نیز آلرژی بسیار موثر است. از دیگر فوایـد آن می توان به تاثیر آن بر زیبایی اشاره کرد. جو، جوش صورت را از بین می برد و به دلیل دارا بودن مقادیر زیادی فیبر گیاهی، نقش قابل توجهی در کاهش وزن ایفا می کنـد. مطالعات نشان می دهـد، منابع سرشار از فیبر مانع بالا رفتن قندخون، فشارخون و کلسترول می شود و با تنظیم عملکرد روده از بروز یبوست می کاهد.
جو به صورت هـای مختلفی یـافت می شود. یکی از بهترین فرآورده های جو، مالت جو است که حاوی مقادیر فراوانی ویتامین B۱، B۲ و B۱۲ بوده و به دلیل تاثیری که بر میزان و کیفیت شیر می گذارد، نقش مفیدی در سلامت مادران شیرده و نوزادان دارد. جو دوسر نیز یکی دیگر از مقوی ترین فرآورده های جو است. نقرس، روماتیسم، خارش شدید پوست و امراض پوستی از بیماری هایی است که با مصرف جو دوسر می توان از بروز آنها در امان بود. جوشانده جو دوسر یک امولسیون طبیعی برای از بین بردن خشکی پوست در بزرگسالان و کودکان است. برای تهیه جوشانده جو کافی است یک کیلو از کاه این گیاه را در چهار پنج لیتر آب ریخته و آن را به مـدت یـک سـاعت ونیم بجوشانیـد. سپس آن را صـاف کرده و همچون ماسک در نواحی خشک و زبر بـدنتان بمالیـد. علاوه بر اینها، جو خواص دیگری دارد که از آن میان می توان جلوگیری از لخته شدن خون، کاهش دردهای قاعدگی و درد ناحیه شکم و پیشگیری از بروز حملات آسم را نام برد. با توجه به خواص فوق و همچنین سفارشاتی که در طب اسلامی به مصرف جو شده است، توصیه می شود حتماً جو در رژیم غذایی خانواده ها گنجانده شوند.

سیب

ترجمه: مژگان عطایی

منبع:sharghnewspaper.ir

یک ضرب المثل انگلیسی می گوید که خوردن یک سیب در هر روز باعث می شود که از مراجعه به پزشک بی نیاز شوی. اخیراً پژوهشگران پیشنهاد می کننـد به مصرف انواع سیب زیرا می توانـد به کنترل وزن کمک کنـد، خطر ابتلا به بیماری های قلبی را کـاهش دهـد، با سرطان ها مقابله کنـد، به سیستم هضم کمک کنـد، پوست را سالم و شاداب نگه دارد، کلسترول خون را کاهش دهـد و خطر حمله قلبی و بیمـاری هـای قلبی را کـاهش دهـد. افرادی که رژیم های غـذایی می گیرنـد همچنین از دانستن این نکته خوشحال می شوند که سیب خاصیت سیر کنندگی و کم کردن اشتها را دارد. سیب یک میان وعده غذایی کامل است که شما را از مصرف انواع چیپس ها بی نیاز می کند. شما خود نیز خوردن سیب را دوست دارید و بدن شما نیز از مصرف سیب بهره های فراوانی می برد. اگر ما سیب تازه را در آب غوطه ور کنیم درمی یابیم که؟ درصد از حجم آن را هوا تشکیل می دهد. سیب دارای مقـدار زیـادی فیبر است. هر سیب دارای ? گرم فیبر است و در حـدود ?? درصـد از احتیاجـات روزانه غـذایی مـا را در خود دارد. بهترین طریق خوردن سیب با پوستش است زیرا قسمت زیادی از فیبر و آنتی اکسیدان ها در پوست سیب موجود است. دانه های سیب ماننـد انسان ها هستند. هر دانه سیب انواع گوناگونی سیب را از دانه های کاشته شـده می دهـد. سیب با یک لایه طبیعی از واکس پوشیده شده تا از مقادیر زیاد آب درونش محافظت کند، بنابراین سیب تازه همیشه ترد و خوشمزه است.

سنبل الطیب

نویسنده:سحر شهنازی

گیـاهی است علفی، چنـدساله بـا ریزوم هـای استوانه ای بـا انتهایی بریـده و بر روی آن ریشه هایی باریک و استوانه ای قرار گرفته

است. ساقه ها افراشته و به ارتفاع ۶۰ سانتی متر و تقریبا در طول ۱۵ شیاردار.برگ ها قاعده ای بدون کرک با بریدگی های شانه ای. گل ها به رنگ صورتی یا سفید، جام گل تقریبا منظم است. موسم گلدهی در اردیبهشت ماه و میوه آن از نوع فندقه است. ریزوم های استوانه ای اندام دارویی گیاه را تشکیل می دهند. زمان جمع آوری گیاه در پاییز بعد از اتمام فعالیت اندام هوایی گیاه و خشک شدن آن است. این گیاه بومی آسیای میانه است و علاوه بر این در افغانستان، ترکمنستان و عراق نیز رویش دارد. سنبل الطیب دارای آثار آرامبخش، خواب آور و ضداسپاسم بوده و در درمان مواردی چون بی قراری، مشکلات عصبی برای خوابیدن، فشار عصبی و کولیک های گوارشی مورد استفاده قرار می گیرد. در طب گذشته سنبل الطیب به عنوان آرامبخش، خواب آور و رفع تشنج کاربرد داشته است. از فرآورده های موجود در بازار می توان به قرص والی فلور، قطره آنتی میگرن و تنتوروالریان اشاره کرد.

گروهی از ترکیبات که تاکنون در روغن فرار مورد شناسایی قرار گرفته اند عبارتند از: بورنئول، آلفا پینن، بتاپینن، ترپینولن، بتا بیزابولن، اسیدوالرنیک و... علاوه بر روغن فرار ترکیبات دیگری نظیر والپوتریات ها و ترکیبات حاصل از تجزیه آنها نیز در گیاه وجود دارد.

میوه‌درمانی

نویسنده:فرزانه محمد حسینی

منبع:روزنامه رسالت

سیب؛ داروخانه طبیعی

درخت سیب دارای فرم‌ها و نژادهای اصلاح شده و به عنوان سیب در باغبانی کشت می گردد. قسمتی که مورد استفاده قرار می گیرد ساقه، برگ، پوست خارجی و میوه آن است.

ترکیبات شیمیایی:

قسمت‌های مختلف درخت سیب دارای ترکیباتی به شرح زیر است؛ برگ درخت سیب؛ پوست و ریشه آن دارای گلوکزیدی بنام فلوریزین است. میوه سیب دارای ترکیب شیمیایی متفاوت برحسب نژادهای مختلف است. ولی به طور کلی مواد مختلفی به نسبت‌های زیر در آن یافت می‌شود۸۲ ؛ تا ۸۶ درصد آب، ۶ تا ۱۶ درصد مواد قندی، ۱۹ درصد سلولز، ۴ درصد لیگنین از اسیدهای آلی آزاد، مواد چرب، مواد آلبومینوئیدی و دارای کلسیم، فسفر، منیزیم، پتاسیم، آهن و ویتامین‌هایی از جمله: C، PP،۱A ،۲A، A، در هر ۱۰۰ گرم سیب ۲۵ گرم ویتامین A، ۱۵ گرم ویتامین B و ۲۰ گرم ویتامین C وجود دارد، ویتامین‌های سیب بیشتر در پوست سیب و بشره قرمزرنگ آن یافت می‌شد. هر ۱۰۰ گرم سیب ۱۲۸ کالری انرژی ایجاد می‌کند. دانه سیب دارای ۲۴ تا ۲۷ درصد روغن آمیگدالین و آنزیم‌های مختلف مانند اکسیداز و پکتاز است، در پوست سیب ماده‌ای به نام (آلفا – فارنه سن) وجود دارد.

خواص درمانی سیب:

قسمت‌های مختلفی که دارای خواص درمانی است به این شرح می‌باشد؛ پوست درخت سیب به علت دارا بودن فلوریزین اثر تب‌بر به نحو ملایم دارد، پوست و ریشه درخت سیب، همان اثر خواص پوست درخت سیب یعنی ساقه را دارد و برای پوست و ریشه اثر درمانی قطعی‌تر از پوست و ساقه قائلند، پوست خشک شده سیب در درمان بسیاری از بیماری‌ها از جمله نقرس، ورم مفاصل، رماتیسم و ناراحتی‌های کلیوی مفید است برگ درخت سیب اثری شبیه به پوست خارجی میوه دارد. معمولا به حالت دم کرده به کار می‌رود، دم کرده برگ درخت این میوه در افزایش مقدار ادرار و دفع التهاب کلیه و مثانه به کار می‌رود و همچنین فلوریزین

موجود در پوست تازه درخت سیب باعث از بین رفتن تب و ضد رماتیسم نیز می‌باشد.
خوردن سیب در صورتی که کاملا رسیده باشد اثر ملین و ضد اسهال و مدر و آرام کننده دارد. سیب پخته ملین است مخصوصا اگر با کره پخته شود.با مصرف این میوه بی‌خوابی رفع و خواب آرام به انسان دست می‌دهد.خوردن سیب چه به صورت خام و چه به صورت پخته مانع تشکیل اسیداوریک در بدن می‌شود و برای آن دسته از بیمارانی که دچار ناراحتی‌هایی از جمله اگزماهای مزمن، مبتلایان به چاقی، برافروختگی، تصلب شرائین و بواسیر هستند توصیه می گردد. شیره سیب از بسیاری از بیماری‌ها جلو گیری به عمل می‌آورد به طور مثال در سرماخوردگی‌ها، گرفتگی صدا، سرفه، برونش‌ها و بیماری‌های سینه، حالات عصبی و غیره موثر است. مصرف سیب وحشی در رفع اسهال‌های ساده اثر درمانی بسیار زیادی دارد. تحقیقات در این زمینه نشان می‌دهد که با مصرف سیب ورم حاد یا مزمن روده کاهش می‌یابد. باتوجه به اثر درمانی سیب و اینکه مقادیر زیاد این میوه نمی‌توانـد به مصرف اطفال برسد، عده‌ای را بر آن داشت که از این میوه مفید حداکثر استفاده را در طبابت به عمل آورند و به جای آن از گردسیب خشک شده تحت نام آلپونا برای مصارف درمانی اطفال استفاده به عمل آورند، این گرد در هر مایعی قابل حل می‌باشد.
پکتین کافی در سیب باعث پایین آمدن کلسترول خون می‌شود، مصرف روزانه ۳۰۰ تا ۴۰۰ گرم سیب، کلسترول خون را به میزان ۱۰ تا ۲۰ درصد پایین می‌آورد، حتی مردم انگلستان معتقدند که با مصرف یک سیب در روز پزشک به خانه راه پیدا نمی کند، سیب درحفظ قدرت و فعالیت کلیه‌ها بسیار سودمند است.منیزیمی که در سیب و تره‌فرنگی وجود دارد باعث حرکت معده و روده می‌شود و به همین سبب عمل هضم را آسان می کند و همچنین مقاومت بدن انسان را در برابر بیماری‌های عفونی و بیماری‌هایی که امیدی به بهبود آنها نیست مانند (سرطان) زیاد می کند. حضرت علی(ع) در این باره می‌فرمایند:سیب بخورید که معده را دباغی می کند، و امام صادق(ع) می‌فرمایند که: به بیماران مبتلا به تب سیب بخورانید که این میوه بسیار سودمند است و چیزی سودمندتر از آن نیست. سیب اثر تصفیه کننده خون و حیاتبخش در کارهای فکری دارد. به همین علت هم برای خانم‌هایی که دوران بارداری را سپری می کنند مفید می‌باشد و هم در رفع خستگی‌های جسمانی بخصوص برای ورزشکاران بسیار مفید می‌باشد. از شیره سیب پخته می‌توان به صورت غرغره در رفع آنژین استفاده کرد و نتیجه مطلوب را حاصل نمود.
این میوه خاصیت پاک کردن سموم معده و روده‌ها را دارد، این میوه هم قدرت غذایی دارد و هم به علت داشتن مواد قلیایی اسید اوریک را حل و ترشحات غدد بزاق و معده را مساعد و متعادل می‌سازد. این میوه برای بیماری‌های کبدی، مجاری ادرار و سینه درد بسیار مفید می‌باشد. این میوه به علت داشتن مقادیری فسفر، اعصاب و مغز را تقویت می کند. آهن موجود در سیب برای خون، پتاس برای قلب و ید برای تقویت سیب آدم می‌باشد. خوردن سیب بعد از وعده‌های غذایی به هضم و جذب غذا کمک بسیاری می کند. این میوه به طور کلی یک داروخانه مفید و بدون ضرر است.کسانی که دهان و دندان آنها چرکی و بوی نفس بدی دارند ابتدا مقداری جعفری را در دهان بجوند و بعد تفاله آن را به بیرون بریزند و بعد یک عدد سیب را خوب بجوند و بعد از جویدن آن را بخورند. از این طریق است که باعث می‌شود از بوی بد دهان رها شوند. طرز تهیه جوشانده‌ای که از سیب درست می‌شود و مصرفش باعث پایین آوردن کلسترول اضافی خود می گرد به شرح زیر می‌باشد؛ ابتدا یک قاشق سوپخوری پوست خشک سیب را ریز ریز کرده در یک فنجان بزرگ آب‌جوش ریخته و روی آتش بگذارید تا به مدت ۱۵ دقیقه دم بکشد. سپس آن را بعد از سرد شدن صاف کنید و بنوشید. از این جوشانده روزی ۲ فنجان بعد از صبحانه و شام میل کرده، قطعا با این دستور، کلسترول خون شما کم خواهد شد و برای زخم‌هایی که خیلی دیر بهبود پیدا می کند می‌توان سیب پخته شده در شیره سیب یا مخلوط شیره سیب به نسبت مساوی با روغن زیتون را بر روی زخم‌ها گذاشته تا نتیجه مطلوبی حاصل گردد.
کلام آخر اینکه سیب می‌تواند در جوانی، سلامت و تقویت پوست صورت نقش بسزایی داشته باشد مشروط بر آنکه به حالت تازه به کار رود.

با مصرف هرچه بیشتر میوه‌ها و سبزی‌ها سلامتی را به بدن خود هدیه بدهیم.

زردآلو

نویسنده:فرزانه محمدحسینی

زردآلو یا قیسی درختی است که ارتفاعش به ۶ متر می‌رسد و در نواحی مختلف ایران پرورش می‌یابد. قسمت‌های مورداستفاده: مغز درون هسته و میوه آن. ترکیبات شیمیایی: قسمت گوشتدار میوه به‌طور متوسط دارای ۸۱ تا ۸۴ درصد آب، ۸ تا ۱۲ درصد قند، ۱/۵ درصد اسیدهای آزاد مانند اسید سیتریک، مالیک، وینیک، سالیسیلیک، ۶/۳۵ درصد هیدرات‌های کربن، ۰/۴۳ تا ۰/۴۹ درصد آلبومین و ۱۲ درصد مواد چرب است و همچنین دارای ویتامین A و آهن، فسفر، کلسیم و مس می‌باشد. مغز زردآلوی تازه و رسیده سرشار از ویتامین‌های مختلف است و در آن ویتامین‌های C، B۲، B۱، A و PP وجود دارد. مقدار درصد ویتامین A موجود در ۱۰۰ گرم معادل ۴۵ درصد ویتامین A موردنیاز روزانه انسان است. مغز زردآلو دارای ۴۱ درصد روغن قابل استخراج همراه با موادی نظیر آسپاراژین و قندهای مختلف مانند موسیلاژ، کازئین گیاهی با فسفر می‌باشد. در نوع تلخ مغز زردآلو، ۶۰ تا ۸۰ درصد آمیگدالین نیز وجود دارد، این گلوکزید در مجاورت آب تحت امولیسن تجزیه گردیده، برگ زردآلو دارای گلوکزیدی مولد اسید سیانیدریک است. صمغ مترشحه از درخت این میوه به رنگ زرد کاهی و دارای ۶۶ درصد از قندهای احیاکننده است که مقدار ۳۸ درصد از این قندها آرابینوز و ۱۵ درصد آنها را گالاکتوز تشکیل می‌دهد. از مغز هسته زردآلو و سبوس برنج ماده‌ای استخراج گردیده که به تفاوت اسید پانگامیک یا ویتامین B۱۵ نامیده شده است. این ماده در دانه گیاهان و مخمر آبجو، خون گاو نر و جگر اسب یافت می‌شود. میوه زردآلو دارای انواع مواد معدنی از جمله: مس، کلسیم فسفر، پتاسیم و آهن است که برای تقویت بدن و افزایش فشار خون مفید است.

خواص درمانی: میوه زردآلو به حالت تازه و رسیده اثر درمانی قابض و رفع کننده اسهال‌های ساده است. به کسانی که مبتلا به ورم مفاصل و کم‌خونی ناشی از خونریزی‌ها هستند توصیه می‌شود. بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهد که زردآلو در رفع کم‌خونی‌های ناشی از خونریزی‌های متوالی، اثر درمانی ارزنده‌ای ظاهر می‌کند. ابن‌سینا خوردن هر روز ۵۰ گرم برگه زردآلو یا قیسی رابرای تقویت اعصاب و کم‌خونی مفید دانسته است. در برگ زردآلو مقادیری ویتامین D وجود دارد که در رشد استخوان و دندان‌ها بسیار موثر است. زکریای رازی خوردن برگه‌های زردآلو را با مغز گردو به مقدار ۵۰ گرم به مدت ۷ روز توصیه کرده. این داروی بسیار خوبی برای لوزالمعده و ورم روده است.

خواص دیگر زردآلو: تنظیم‌کننده فشار خون، دفع‌کننده ترشی معده، دفع کننده زیادی اوره، فعال‌کننده کلیه‌ها و دفع سموم بدن. شیرینی آن دفع‌کننده صفراست. خیس‌شده آن را اگر شخصی که مبتلا به تب است میل کند و پشت سر آن آب گرم و عسل میل کند فاسد راقی و باعث قطع تب می‌شود. این میوه اشتهاآور بوده خوردن مغز شیرین هسته زردآلو تقویت‌کننده نیروی جنسی است. مغز هسته‌های شیرین زردآلو خوش‌طعم و مانند مغز بادام مصرف می‌شود ولی مغز دانه‌های تلخ آن به علت داشتن آمیگدالین خطرناک است چون علاوه بر این ماده امولیسن موجود در آن که یک آنزیم هیدرولیزکننده گلوکزید و آزاد کننده سیانور است ممکن است باعث مسمومیت شدید گردد. مصرف ۴ گرم روغن مغز هسته تلخ زردآلو کشنده کرم است. البته این مصرف فقط باید زیرنظر پزشک معالج انجام شود، بعضی‌ها زردآلوی خشک را بهتر از تازه آن ترجیح می‌دهند. این میوه برطرف کننده التهاب معده می‌باشد. اگر برای از بین رفتن درد و صدای گوش چند قطره روغن زردآلو را در گوش بچکانید این ناراحتی کم می‌شود. قرار دادن قسمت‌های گوشتدار این میوه بر روی پوست صورت، اثر نرم‌کنندگی مفیدی بر روی پوست‌های خشک دارد مخصوصا در فصل تابستان. در کردستان برای شیرین کردن هسته تلخ زردآلو از روشی استفاده می‌کنند که به این روش در استان کردستان به

زبـان محلی (دانو) گوینـد؛ ابتـدا هسـته زردآلو را در آب نمـک خیس می کننـد و چنـد بـار آب آن را عوض و آب تـازه روی آن می‌ریزنـد. سـمیت آن برطرف شـده و پس از چنـد روز قابل اسـتفاده می‌باشـد و می‌توان آن را با شـکر مصـرف کرد. کوبیـده شـده شکـوفه زردآلـو برای درمـان و قطع خونریزی‌هـای داخلی و ضـماد آن قطع کننـده خونریزی‌هـای خـارجی بـدن است. خوردن آب زردآلو باعث شادابی و نشاط می‌شود. فقط هنگام استفاده در خوردن زردآلو باید نکاتی را موردتوجه قرار داد؛ مصرف زردآلو آن هم به حالت نارس دیرهضم است. مصرف زردآلو بر روی غذا و آشامیدن آب بر روی آن به غایت مضر، است، کسانی که مبتلا به بیماری‌های جهاز هاضـمه هستند بهتر است آن را به صورت کمپوت مصرف نمایند و یا افرادی که بعد از خوردن زردآلو دچار نفخ شکم می‌شونـد بهتر است که از هسـته شـیرین آن مصـرف کننـد. با این کار ناراحتی آنها رفع خواهـد شد. مصـرف پایدار زردآلو و نوشـیدنی ماننـد دوغ به‌طور همزمان و یا بعـد از یکـدیگر باید اجتناب شود زیرا ایجاد ناراحتی‌هایی از قبیل نفخ و ناراحتی‌های معده می کند. کلام آخر اینکه اشخاصـی که دچار ناراحتی‌هایی مانند سوزش معده و ناراحتی‌های کبدی هسـتند از مصرف این میوه جدا خودداری کنند. با مصرف میوه و سبزی‌های تازه از پوستی شاداب و تنی سالم برخوردار باشیم

آشنایی بیشتر با زنجبیل

استفاده از زنجبیل یک روش عالی برای زنان باردار است زیرا فاقد عوارض جانبی مضر داروهای ضد تهوع دیگر است.

شایـد متوجه شـده باشـید که در چند ماه اخیر، نه تنها مغازه های گیاهان دارویی، بلکه فروشـگاه های میوه و تره بار و سوپر مارکتها نیز، نوعی محصول ریشه ای و برای عـده ای نـا آشـنا را عرضه میکننـد که زنجبیل یا زنجفیل نام دارد. زنجبیل از آن دسـته گیاهانی است که بیشتر از آنکه واقعا آنرا بشناسیم، نامش را شنیده ایم و تقریبا اطمینان داریم که" چیز خوبی "است.

پس از گـذشت بیش از ???? سال از زمانی که فرهنگ عامه، زنجبیل را به عنوان داروی تهوع و ورم اعضا تجویز کرده میگـذرد و اکنون میـدانیم که قـدیمیها بیراه نمی گفته انـد. هرچنـد طعم شدیـد و پایـدار این گیـاه افراد کم جرات را از میـدان به در میکنـد اما تحقیقات متعدد بالینی ثابت کرده اند که زنجبیل واقعا برای فرونشاندن حالت تهوع و سـر گیجه مفید است و یکی از عناصـر مهم در برطرف نمودن ورم دستگاه گوارش به شمار میرود.

در طی قرنهـا، حکمای چین، هنـد، ژاپن و یونان از خواص دارویی این ریشه برای درمان طیف وسـیعی از بیماریها از میگرن تا وبا و ورم روده، یاد کرده انـد. بنابر عقیـده رایـج، اسـتفاده از این ادویه از آسـیای جنوب شـرقی آغاز شـده است و نسـخه های موجود در قـدیمیترین کتب دارویی بر خواص آرامبخش و همچنین فوایـد زنجبیل در برطرف نمودن مشـکلات جریان خون نامنظم تاکید شده است. در قرون وسطا، تجار شـرقی این ریشه را به انگلسـتان بردند و اکنون زنجبیل در بسـیاری از خوردنیهای سـنتی انگلیسـی مانند سسها، نان زنجبیلی و آبنبات یافت میشود.

امروزه، به مدد تحقیق فراوان پژوهشـگران برای یافتن دلایلی که موجب محبوبیت این ریشه در طی قرون متمادی شده است، زنجبیل جایگـاه خـود را در علم طب بازیـافته است. بیشتر مـدارک موجـود دربـاره توانـایی زنجبیـل در درمـان انواع حالات تهوع از تهوع صبحگاهی در دوران بارداری گرفته تا عوارض جانبی شیمی درمانی و سرگیجه های پس از بیهوشی است.

کریستین جربسـتاد (Christine Gerbstadp) متخصـص تغـذیه و سـخنگوی انجمـن (American Dietetic) میگویـد": استفاده از زنجبیل یک روش عالی برای زنان باردار است زیرا فاقد عوارض جانبی مضر داروهای ضد تهوع دیگر است".

پزشـکان برای جلوگیری از تهوع صـبحگاهی مقـدار ? تـا ? گرم زنجبیل در روز و برای بیماری سـفر شامل سـرگیجه و تهوع در اثر حرکت وسیله نقلیه، نیز همین مقدار را نیم ساعت قبل از شروع مسافرت تجویز کرده اند.

تحقیقـات نشـان داده است که زنجبیل به عنوان یک ماده ضـد التهاب برای افراد مبتلا به بیماریهایی چون آرتروز بسـیار مفیـد است.

پزشکان این نتایج را بسیار امیدبخش میدانند. دکتر لو داگ (Low Dog) از دانشگاه آریزونا میگوید ":ما دانش اولیه را درباره چگونگی عملکرد زنجبیل داشتیم، ما چند تحقیق جانوری و تعداد اندکی تحقیق بالینی انجام دادیم.

اما هدف اصلی ما رسیدن به بهترین مقدار دارویی و بهترین روش برای مصرف آن است "..بنا به اعتقاد محققین، زنجبیل دارای عناصر آنتی اکسیدان نیز هست که میتواند موجب جلوگیری از بیماریهای مزمنی چون سرطان، دیابت و ناراحتیهای قلبی شود.

روشهای ساده و خوش طعمی برای مصرف زنجبیل وجود دارند. افزودن این ادویه به هر ترکیبی از سبزیجات بخارپز یا سالاد نتیجه ای عالی دارد و یک فنجان آب جوش همراه با زنجبیل رنده شده و عسل میتواند به سادگی به نوشیدنی آرام بخش شبانه شما تبدیل شود. برای کسانی که طعم قوی زنجبیل را دوست ندارند هم، کپسولهای پر شده از پودر زنجبیل در بازار موجود است.

زنجبیل برای همه تجویز نمیشود. افرادی که داروی رقیق کننده خون مصرف میکنند نباید بدون مشاوره با پزشک به مصرف زنجبیل بپردازند زیرا مواد موجود در آن با داروهای مذکور تداخل خواهد کرد. همچنین با توجه به طعم بسیار قوی زنجبیل، در مصرف آن زیاده روی نکنید.

مصرف بیش از حد زنجبیل هم مانند سایر ادویه جات میتواند موجب ناراحتی معده شود. به گفته لو داگ ":همین نکته یکی از بخشهای تحقیق ماست: چگونه زنجبیل را در اندازه ای به افراد بدهبم که در آنان موجب مشکلات معده نشود".

از طرف دیگر، حتی اگر خواص دارویی زنجبیل آن را به یک ماده دارویی مهم تبدیل نکند، بازهم جایگاهش به عنوان یک خوراکی خوش طعم باقی خواهد ماند.

خواص طبی سیر

سیر از مدت‌ها پیش، برای کاربردهای پزشکی مورد استفاده قرار گرفته است و بیشترین مورد استفاده آن در سال‌های اخیر برای موارد قلبی – عروقی و خاصیت ضد میکروبی آن بوده است.

ترکیبات سولفور شامل آلیسین، ظاهرات ترکیبات فعالی در ریشه پیاز گیاه سیر است. مطالعات نشان دهنده تاثیرات مهم اما علائم کاهش دهنده چربی و فعالیت ضد پلاکتی هستند. معمولا اثرات جانبی مصرف سیرخفیف و غیر متداول است.

سیر ظاهرا تاثیری بر متابولیسم داروها ندارد، اما بیمارانی که از داروهای ضد انعقاد استفاده می‌کنند، باید در مصرف سیر احتیاط کنند. از این رو افرادی که جراحی می‌کنند باید ۷ تا ۱۰ روز پیش از جراحی از خوردن سیر خودداری کنند چرا که سیر زمان خونریزی را طولانی‌تر می‌کند.

سیر هزاران سال برای اهداف پزشکی مورد استفاده داشته است. این گیاه حداقل ۳۰۰۰ سال در طب چین کاربرد داشته است.

مصریان، بابلی‌ها، یونانی‌ها و رومی‌ها از سیر برای موارد شفابخش استفاده می‌کرده‌اند. در جنگ‌های جهانی اول و دوم نیز از سیر بعنوان ماده ضد عفونی کننده برای پیشگیری از قانقاریا استفاده می‌شود.

در طول تاریخ، سیر در سرتاسر دنیا برای درمان ناراحتی‌های مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزیدگی‌ها استفاده شده و برخی فرهنگ‌ها از آن برای دفع ارواح شیطانی استفاده می‌کردند.

در حال حاضر از سیر برای کاهش میزان کلسترول و کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی – عروقی و نیز برای بهره مندی از خواص ضد میکروبی آن استفاده می‌شود.

پیاز ریشه گیاه سیر مصرف پزشکی دارد. از آن می‌توان به صورت تازه، خشک و یا روغن گرفته شده استفاده کرد. از آنجا که برخی ترکیبات مفید در این گیاه در اثر حرارت دیده غیر فعال می‌شوند، لذا سیر پخته قدرت طبی کمتری دارد.

سیر تاکنون در سطح وسیعی در آزمایش‌های بالینی بر روی حیوانات و انسان و در لوله آزمایش و در بررسی‌های اپیدمیولوژیک

برای خواص چندگانه پزشکی آن مورد مطالعه قرار گرفته است. کیفیت آزمایش‌ها بر روی انسان متفاوت بوده است که مقایسه را در آزمایش‌های مختلف دشوار کرده است.

در بسیاری از آزمایش‌های کلینیکی متنوع و اتفاقی تاثیرات سیر برروی سطح لیپید (چربی) مطالعه شده است.

در آزمایشاتی در سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۴ صورت گرفت، مشخص شد که مصرف سیر در کاهش سطح کلسترول خون نقش اساسی دارد. بر اساس توصیه‌های مهم کلینیکی، به بیماران گفته می‌شود که سیر تاثیر خفیف و کوتاه مدت در کاهش چربی خون دارد.

بیمارانی که سابقه ابتلا به بیماری ترومبوس (تشکیل لخته خونی در عروق یا قلب) را دارند باید بدانند که سیر می‌تواند تاثیر اندک اما مهم به روی تجمع پلاکت‌ها داشته باشد. به علاوه باید به بیماران توصیه شود که این گیاه خاصیت کاهش خطر ابتلا به سرطان بویژه سرطان معده و روده را دارد.

خواص برخی از گیاهان داروئی

۱. بومادران:

آنچه از خواص خون به (اشیله) نسبت داده اند صحت دارد و میتواند جمع کننده زخم وعمل کننده بر روی بواسیر های بصورت مصرف یکبار در روز باشد .نزد مردمان قدیم شهرت زخم بندی داشته است که در بهبود زخم وجراحات موثر بوده است.

دیوسکورید طبیب یونانی مشهور که در زمان نرون می زیسته و صاحب کتب فراوان است،این گیاه را بهبود دهنده جراحات میداند خواه زخم کهنه باشد خواه جدید.

۲. گل گاوزبان:(bourrache)

مدر–عرق آور–وضد سرفه بسیار عالی است.محتوی نیترات دوپتاس است.در معالجه نفریت همراه با ورم کردگی و به صورت ضد سرفه وآرام کننده در تمام تحریکات تنفسی وبالا خره عرق آور در گریپ.خشک کردن آن نیازبه دقت دارد اگر به دقت خشک نشود رنگ سیاه یا قهوه ای به خود می گیرد وخواص خود را از دست می دهد.

۳. بابونه:(camomille)

گیاهی که روزگاری بود که در هر خانه ای پیدا می شد.وبرای ناراحتی های هضمی وتشنجات معدی به کار می رود. حاوی یک اسانس به نام ازولن است که خاصیت ضد الرژی دارد.آنرا انگل زدا؛قاعده آور؛ضد تشنج معده؛هضم مشکل سنگ های مجاری ادراری؛بی اشتهایی؛ضعف؛خستگی عمومی؛دردهای عصبی آسم وتب های متناوب و...

۴. پر سیاوش :(capillaire)

خواص ضد ناراحتی های ریوی آن غیر قابل انکار است–شربت آن در مبارزه با سرفه –زکام–گریپ وبرونشیت–اثرات خوبی دارد. خلط آور نرم کننده واندکی مدر است.

۵. کاسنی:(chicoree)

جالینوس نام این گیاه را دوست کبد می نامد.روک((ROGUESدر کتاب گیاهان مصرفی ۱۸۳۷میلادی می گوید:هر روز به ناراحتی های پوستی بر می خوریم چون کبره؛جوشهای چرکی؛زبری که معالجات شدید در مورد آن موثر واقع نمی شود.ولی تمام گیاهان خانواده کاسنی چون خود کاسنی وحشی وکاهو وگل قاصد در عین دارو بودن برای این ناراحتی ها غذا محسوب می شوند.اثر کاسنی بزودی ظاهر نمی شود و باید پس از مدتی منتظر نتیجه بود.عمل آن تصفیه کننده؛صفرا آور؛مدر؛رفع زشتی پوست....

۶. گشنیز(CORIANDRE)

دانه گشنیز را جز داروهای معدی ؛بادشکن ؛ضد سردرد می خوانند وعجیب نیست اگر نسخی از این دارو را در داروهای ضد ضعف معده ناراحتی های هضمی؛ سرگیچه های گوارشی؛ شروع آب مروارید؛ زکام مزمن وبالا خره ضعف حافظه می بینیم نقل از:J.F.R.CARTHEUSER)).کارتوزر در کتاب مفردات پزشکی۱۷۶۵.

برخی این سبزی را برانگیزنده نیروی جنسی می دانند.یونانیها بطور کلی وبقراط اختصاصا آنرا در غش ها؛ناخوشی های عصبی ؛دردهای رحمی تجویز می کرده اند..

۷. نسترن(EGLANTIER)

با کمی تفاوت خواصش شباهت به خواص گل سرخ می دهد.میوه ها مدر قابض ودر تمام موارد اسهال؛ سنگ های کلیه ومجاری ادراری وبه صورت تصفیه کننده مصرف میشود.برعکس گلبرگها مختصری حالت مسهل داشته ومقوی است.

۸. زرشک(EPINE-VINETTE)

گیاه خود حاوی الکالوییدهای مختلفی است و میوه خوردنی آن محتوی گلیکوزید پکتین ومقداری اسید های الی و ویتامین Cاست. زرشک محرک مقوی مدر وصفرا آور قابل توجه ای است.در اغلب ناراحتی های گردش

خونی می توان مصرف بلند مدت ان را توصیه کرد.واثر آن را در ناراحتی های کبد وکیسه صفرا وخصوصا یرقان تاکید کرده اند.

۹. ترخان(ESTRAGON)

این گیاه باید تازه مصرف شود.گیاهی است قلبی معدی برنده وشوینده واشتها اور ومعرق ادرار نفخ شکن وانگیزنده میل به غذا است در دردهای روماتیسمی توصیه می شود.

۱۰. توت فرنگی(FRAISIER)

این گیاه را در رده مفرح کننده ها؛ مشهیان؛ وزخم بندها جای می دهند. از انجایی که توت فرنگی خون را قلیایی می کند و با اسیدیته می جنگد انرا برای نقرسی ها و روماتیسمی ها مفید می دانند. خواص قابض وضد اسهال نیز دارد.

۱۱. ختمی (GUIMAUVE)

در درجه اول ختمی نرم کننده وملایم سازنده است.می توان ان را در ناراحتی های ریه ونای سرما خوردگی وگریپ به خاطر متوقف ساختن سرفه های ناشی از تحریکات عضوی بکار برد.

۱۲. کتان(LIN)

دانه های کتان بصورت دم کرده ویا خیس خورده در مورد تنبلی روده ویبوست مصرف می شودچه موسیلاژ حاصل از ان نرم کننده و مسهل محسوب می شود. همینطور در تحریکات دستگاه گوارشی و مجاری ادراری هم مداوا کننده است.

۱۳. خرما

بسیار نیروزاست ومصرف مداوم ان نقش زیادی در افزایش توان جسمی دارد ورزش کاران قبل از انجام تمرینات خود خرما می خورند

این میوه جزئ کامل ترین مواد غذایی قرار دارد حدود ?? تا ? ?? این میوه را قند تشکیل می دهد ودارای کالری بالای است مقدار اهن ان نسبت به بسیاری از مواد غذایی مقدار بالی است هر گرم خرما در حدود?? میلی گرم اهن دارد.

با وجود این نعمت خدادادی استفاده از مواد نیروزا چرا؟

خواص داروئی عرق برخی از گیاهان داروئی

عرق کاکوتی: ضد عفونی کننده، ضد اسپاسم درناراحتی های گوارشی ،ضد اسهال ،مقوی معده ،خلط آور

بهار نارنج : معطر ، مقوی اعصاب و قلب ، آرام بخش ، ضد نفخ

زیره سبز : ضد چاقی ، چربی ، تنگی نفس ، باد شکن ، هضم غذا ، زیاد کننده شیر مادران

نسترن : تقویت قلب و اعصاب ، رفع سردی ، دفع کرم روده ، درد معده ، سنگ کلیه و اسهال

عرق زینان:ضد نفخ ،درمان سوء هاضمه، ضد تهوع ،خلط آور، مدر، ضد کرم ،ضد اسپاسم، رفع ترشی معده.

عرق مخلوط زیره:نیرو دهنده، ضد نفخ ،مقوی معده، درمان سوئ هاضمه، اشتهاآور ،افزایش دهنده شیر.

شیرین بیان : طعم و طرز مصرف عرق شیرین بیان از پودر و عصاره آن بهتر است

عرق کلپوره:مقوی ،رفع سردرد، درمان ضعف عمل دستگاه گوارش، رفع ناراحتی های هاضمه ودل درد ،رفع درد ناحیه قلب ،تب بر.

کرفس : درد شکم ، تنگی نفس ، تقویت کننده معده

عرق اسطو خودوس:معطر، مقوی ،آرام بخش ،خواب آور ملایم، ازبین برنده نفخ واسهال ،کاهش دهنده سرفه ،مدر.

عرق رازیانه :مدر، ضد اسپهاسم عضلات ،ضد نفخ، مقوی قلب مقوی معده درمان سوء هاضمه خلط آورافزایش دهنده شیر.

آویشن : هاضم غذا ، محرک قوای رئیسه ، ضددرد عادت ماهانه

شاتره : سردی ، مقوی ، تقویت کننده پوست ،آرام بخش، ضد خارش ، اشتها آور، صفرا بر برخی غدد سلطانی با نشاء اپی تیلوم

شربت سکنجبین:رفع عطش و گرما زدگی، دارای خواص سرکه ی سیب

عرق شنبلیله:نیرو دهنده، رفع کم خونی ،ضد دیابت ،کاهش دهنده قند خون.

شوید : انو اع چربی بدن – هضم غذا طعم دهنده، معطر، نیرو دهنده ،هضم کننده، مقوی معده، افزایش دهنده شیر، درمان سوء هاضمه به ویژه کودکان ،رفع استفراغ ،مسکن ،مدر ،کاهش دهنده چربی خون.

آبلیمو:چاشنی ، سرشاراز ویتامین ث ،ضداسکوربوت، ضدعفونی کننده.

آفتابگردان

۱) زنگ زدن گوش : مغز ساقه آفتاب گردان را در آب جوش ریخته و مانند چائی دم کنید و روزی سه فنجان از این چای بنوشید .

۲) تقویت معده و پائین آوردن فشار خون : ۳۰ گرم برگهای خشک آفتاب گردان را دم کنید و سه فنجان در روز بنوشید .

۳) سرگیجه و ورم صورت ، آب آوردن بدن و تسریع زایمان : ۲۰ گرم از گلهای خشک آفتاب گردان را در آب جوش دم کنید و روزی سه فنجان از این دم کرده را بنوشید .

۴) درد معده ، بیماریهای دستگاه ادراری ، یبوست : ۳۰ گرم ریشه خشک شده آفتاب گردان را در آب جشو ریخته و مدت ۵ دقیقه بگذارید بجوشد یک فنجان از آنرا سه بار در روز بنوشید .

۵) آرتروز و ورم پستان : هنگامیکه آفتاب گردان گل می دهد طبق گل (قسمت پائین گل که مانند بشقابی است) را جدا کرده و در اب انداخته آنقدر بجوشانید که شیره چسبناکی باقی بماند و سپس این شیره را روی مفصل های دردناک بمالید و ماساژ دهید درد آرتروز برطرف می شود . برای درمان ورم پستان در زنان شیر ده طبق گل را هنگامیگه گل دانه داده است جدا کنید و در زیر آفتاب خشک کرده و سپس تکه تکه کرده و بو (سرخ کنید) دهید . که کاملا قهوه ای شود و بعد آنرا خورد کرده بصورت پودر در اورید و این پودر را در آب جوش که کمی شکر به آن اضافه کرده اید ریخته و این شربت را به مریض بدهید تاشفا یابد .

۶) اسهال خونی : برای درمان اسهال خونی تخم آفتاب گردان را (به مقدار ۳۰ گرم) در آب ریخته و حدود یک ساعت با حرارت

ملایم بپزید سپس آنرا با نبات یا قند شیرین کرده و به مریض بدهید .

۷) سردردی که همراه با سرماخوردگی است : ۳۰ گرم تخم آفتاب گردان را در دو لیوان ریخته و بگذارید بجوشد تا نصف لیوان آن باقی بماند و این جوشانده را دوبار در روز بنوشید .

۸) بیماری فتق : ۳۰ گرم ریشه تازه آفتاب گردان را با آب و شکر قهوه ای بجوشانید و یا ان جوشانده را سه بار در روز بنوشید .

۹) سنگ کلیه : حدود یک متر از مغز ساقه آفتاب گردان را در دو لیوان آب ریخته و بگذارید آهسته بملایمت بجوشد تا مقدر آن به نصف لیوان تقلیل یابد آنگاه بمدت یک هفته و روزی یکبار آنرا بنوشید تا از شر سنگ کلیه راحت شوید .

۱۰) زخم ، بریدگی و جراحت : مغز ساقه آفتاب گردان را باید له کدر و مانند پماد روی زخم جراحت گذاشت که خونریزی را بند می آورد و بهبودی را تسریع می کند . سعی کنید گیاه آفتاب گردان را در حیاط خود بکارید و از خواص درمانی آن استفاده کنید

خواص درمانی لیمو ترش

آب لیمو ترش و اسانس آن برای بدن، ذهن و روح بسیار مفید است. اسانس لیمو به واسطه انرژی زا بودن آن مشهور است. در کشور ژاپن به واسطه اثرات شاداب کننده و فرح بخش این اسانس، آن را به هنگام کارکردن کارمندان در فضا منتشر میکنند. همچنین میتوان از چند قطره از اسانس لیمو به عنوان بخور استفاده کرد، یا مقداری ازآن را در وان حمام ریخت. این کار باعث سرحال شدن کلیه اعضا بدن میشود. البته نباید هرگز اسانس لیمو را بدون رقیق کردن برروی پوست بکار برد زیرا باعث بروز مشکلات پوستی میشود.

درخشان کننده چشمها : سعی کنید در نوشیدنی هایتان از آب لیمو استفاده کنید. فرضا "هر روز صبح یک عدد لیمو را با مقداری آب گرم میل کنید. نوشیدن این مایع به جای نوشیدن چای باعث میشود شما بدن سالمتری داشته باشید. همچنین در اثر نوشیدن مایعات حاوی آب لیمو، چشمهای شما درخشانتر شده و پوستی سرحال تر از قبل خواهید داشت. در صورت تمایل برای بهتر کردن طعم آن میتوانید از شکر یا عسل استفاده کنید.

تسکین دهنده گلودرد : لیمو دارای اثرات ضد عفونی کننده و قابض است و بدین جهت میتوان از آن برای درمان گلودرد استفاده نمود. با توجه به مقدار بسیار زیاد ویتامین" ث "موجود در لیمو، مصرف آن باعث افزایش مقاومت سیستم ایمنی بدن میشود. برای فرد مبتلا به آنفلونزا و سرماخوردگی مصرف مخلوطی از آب لیمو تازه با عسل در یک لیوان آب گرم بسیار مفید است.

نیرو بخش و تب بر : مصرف آب لیمو باعث کاهش تب در افراد بیمار میشود. به عنوان مثال اگر چند قطره از اسانس لیمو یا مقداری آب لیمورا به آب سرد اضافه کنید، سپس با استفاده از یک دستمال آن را روی پیشانی تب دار قرار دهید، این کار باعث کاهش تب وتقویت نیروی بدن خواهد شد. ذکر این نکته ضروری است که قبل از قرار گرفتن در مقابل نور آفتاب باید از قرار دادن اسانس لیمو به صورت مستقیم برروی پوست خودداری شودزیرا ممکن است باعث بروز حساسیتهای پوستی گردد.

تسکین دهنده درد : لیمو باعث تسکین سردردهای معمولی و سردردهای میگرنی میشود. برای این منظور میتوان ۵ قطره اسانس لیمو را در۲۵ میلی لیتر از یک روغن حامل مناسب (مانند روغن بادام) مخلوط کرد و آنرا با استفاده از یک دستمال کتانی برروی ناحیه مبتلا به درد ماساژ داد.

پاک کننده پوست : اگر پوست شما چرب است میتوانید آنرا با لیمو که یک ماده قابض است تمیز کنید. به این ترتیب که یک قاشق چای خوری آب لیمو را در دو فنجان آب مقطر بریزید و با یک پنبه تمیز صورت خود را با آن پاک کنید. این کار باعث کاهش چربی پوست میشود و از پدید آمدن جوشهای صورت جلوگیری میکند. در صورت استفاده از این لوسیون برای جلوگیری از رشد باکتریها بهتر است هرروز یک محلول تازه درست کنید. مصرف این محلول باعث خشک شدن پوست میشود و برای

پوستهای چرب بسیار مفید است. اما در صورت داشتن پوست خشک از مصرف آن خودداری کنید.
ضد شوره و بر طرف کننده خارش پوست سر : آب لیمو برای پوست سر بسیار مفید است و شوره سر را کاهش میدهد. عصاره حاصل از آبگیری یک لیموی تازه را حدود ۱۰ دقیقه برروی پوست سر مالش دهیدو سپس آن را با آب به طور کامل بشوئید. همچنین آب لیمو میتواند به عنوان یک تقویت کننده مو وضد خارش، به صورت ماساژ برروی پوست سر استفاده شود.
ضد سرماخوردگی : آب لیمو یک ضد ویروس عالی میباشد و همچنین مصرف آن برای سرماخوردگی شدید بسیار مفید است. بدین منظور یک عدد لیمو را با مقداری نمک میل کنید. در صورت تمایل میتوان عصاره گرفته شده را در آب رقیق کرد و سپس مصرف نمود.
یک حالت دهنده خوب برای موها : بعلاوه شستشوی موی چرب با استفاده از آب لیمو باعث کاهش چربی آن میشود. به این صورت که عصاره حاصل از ابگیری دو عددلیمو در یک لیتر آب مورد استفاده قرار دهید و موهایتان را با این محلول بشویید. این روش باعث درخشان و شاداب شدن انواع موها میشود. همچنین مصرف آن باعث میشود موهای طلایی رنگ روشنتر شوند.
نرم کننده مناسب برای پوست آرنج : برای نرم کردن پوست زبر ناحیه آرنج، آرنجتان را حدود ۱۰ دقیقه برروی یک برش لیمو ترش فشار دهید.
تقویت کننده حافظه : لیمو تقویت کننده حافظه است. چند قطره از اسانس لیمو را روی یک دستمال ریخته و از طریق بینی استنشاق کنید. همچنین میتوان این کار را در مواقعی انجام داد که میخواهید چیزی رابه یاد بیاورید. مغز شما با استنشاق اسانس لیمو نیروی تازه ای بدست خواهد آورد.
آرامش دهنده روح : لیمو همواره به عنوان یک ماده تسکین دهنده روح مطرح بودهاست. استشمام رایحه معطر لیمو در طی تمرینات تمرکز و تعمق روح (مدیتیشن) بسیار مفید است. برای انجام این کار کافی است که سه قطره از اسانس لیمو را به یک کاسه حاوی آب گرم افزود و آنرا در هوای اتاق قرار دهید. به این ترتیب در طول استشمام رایحه معطر لیمو به یک آرامش مطلوب فکری و روحی دست خواهید یافت

چای تسکین دهنده اعصاب

دانشمندان معتقد هستند که نوشیدن منظم چای می تواند در تسکین استرسهای روزانه مفید باشد.
مطالعات اخیر دانشمندان نشان داده نوشیدن منظم چای عامل موثری در تسکین استرس های روزانه است و جایگزین نمودن چای سبز و دیگر نوشیدنی های گیاهی با چای سیاه، سبب کاهش هورمون استرس در خون می گردد.
آن دسته از افراد که به طور منظم چای می نوشند در مقایسه با آنان که از نوشیدنی های جایگزین استفاده می نمایند، با سرعت بیشتری بر استرس خود غلبه می کنند.
در این تحقیقات تعداد ?? نفر از مردانی را که عادت به نوشیدن منظم چای داشته اند، به دو گروه تقسیم نموده، به مدت شش هفته عادات نوشیدنی آنها را تغییر داده و تحت کنترل گرفتند.
بدین ترتیب که یک گروه تنها مخلوطی از چای سیاه با طعم های مختلف نوشیدند و گروه دیگر نوشیدنی های معمول حاوی کافئین که ترکیبات چای را دارا نبودند، مصرف نمودند. از آنجائیکه کلیه افراد گروه عادت به نوشیدن چای داشتند، سعی شده بود تا کلیه نوشیدنی ها به رنگ چای در آیند و حتی طعم و بوی مشابهی را نیز دارا باشند.
به منظور اینکه درجه استرس و فشار روانی هر دو گروه یکسان باشد از آنها درخواست شد تا کارهای مشابه و پر از استرس و جنجال را طی مراحل مختلفی به انجام برسانند. تنش های عصبی در هر دو گروه باعث شد تا فشار خون و ضربان قلب افراد افزایش

یابد.

درست پس از گذشت ?? دقیقه، در گروهی که چای سیاه واقعی نوشیده بودند، میزان کاهش هورمون کورتیزول ?? درصد و در گروه دیگر که نوشیدنی های مشابه مصرف نموده بودند، ۲۷ درصد مشاهده شد. به علاوه در گروه اول خطر بروز حمله قلبی کمتر از گروه دیگر بود و پس از برطرف شدن استرس، آرامش بیشتری به دست آوردند.

به هر ترتیب، علیرغم آزمایشات فوق، دانشمندان هنوز در این زمینه به شواهد کافی جهت اثبات خواص آرامش بخش چای سیاه دست نیافته اند و صد در صد مطمئن نیستند که کدام یک از ترکیبات موجود در این گیاه می تواند منشاء بروز چنین خاصیتی باشد.

با این حال مطالعات انجام شده، محققان را به این نتیجه رسانده که نوشیدن چای رفع استرس و دستیابی به آرامش را سرعت می بخشد. بنا به اظهارات یکی از محققین، هر چند به نظر نمی رسد ترکیبات موجود در چای بتواند موجب کاهش استرس شود،اما این امکان وجود دارد که این ماده میزان هورمون استرس را به حالت نرمال بازگرداند

مصرف آب پرتقال درمانی برای سنگ کلیه

محققین دریافتند که آب پرتقال میزان سیترات پتاسیم را در ادرار افزایش داده و از کریستالیزه شدن اسید اوره و اکسالات کلسیم دو ماده اصلی تشکیل دهنده سنگ کلیه جلوگیری میکند.

دانشمندان دانشگاه پزشکی ساوت وسترن (UT Southwestern Medical) دریافته اند که مصرف یک لیوان آب پرتقال در روز از تشکیل سنگ کلیه در بدن جلوگیری میکند.

تحقیقات انجام شده نشان می دهند که آب پرتقال از سایر مرکبات برای ممانعت از تشکیل دوباره سنگ کلیه موثرتر میباشد. محققین میگویند که بقیه مرکبات خاصیت و اثرات آب پرتقال برای مبارزه با این بیماری را ندارند.

بر اساس گفته دانشمندان اگر معالجه بیماری سنگ کلیه از طریق پزشکی انجام شود باید در تغذیه و روش زندگی این بیماران تغییرات اساسی داده شود.

بر این اساس در معالجاتی که برای این نوع بیماران در نظر گرفته شد سیترات پتاسیم نیز افزوده شد نتایج نشان داد این ماده در ممانعت از تشکیل مجدد سنگ کلیه در بیماران نقش بسزائی دارد.

از آنجائیکه بیشتر بیماران نمی توانند بعلت مشکلات جهاز هاضمه که در اثر مصرف سیترات پتاسیم برای آنها پدید میاید از این دسته داروها استفاده کنند بنابراین مصرف آب پرتقال که حاوی این ماده است به عنوان یک جایگزین مناسب برای آنان پیشنهاد میشود.

بر اساس گفته دکتر کلاریتا اوینا (Clarita Odvina) تحقیقات نشان میدهند که آب پرتقال یک گزینه بسیار موثر برای مبارزه با این بیماری است.

زمانی که ادرار بیش از حد غلیظ است سبب میشود که مواد معدنی و شمیائی موجود در کلیه کریستالهائی را تولید کنند و بعد از مدتی از بهم پیوستن آنها سنگ در کلیه تشکیل میگردد.

محققین دریافتند که آب پرتقال میزان سیترات پتاسیم را در ادرار افزایش داده و از کریستالیزه شدن اسید اوره و اکسالات کلسیم دو ماده اصلی تشکیل دهنده سنگ کلیه جلوگیری میکند.

در این تحقیق مشخص شد که مصرف آب لیمو میزان سیترات پتاسیم ادرار که یک ماده خنثی در تشکیل سنگ کلیه به شمار می آید را افزایش نمیدهد و این خاصیت فقط در آب پرتقال یافت میشود که یک شیوه درمانی طبیعی و بسیار موثر است.

خواص دارویی کاهو

کاهو سرشار از ویتامین و آهن است. خاصیت خنک کننده دارد و برای آفتاب سوختگی مفید بوده، قرمزی ناشی از آن را در سطح پوست کاهش می دهد.متخصصان می گویند که کاهو ویتامین های (آ) و (ب) و (ث) دارد و خونساز است. این سبزی سرشار از املاح آهن، کلسیم، منیزیم، منگنز، روی، سدیم و مس است. این املاح به ویژه منگنز و روی از سفید شدن و ریزش مو جلوگیری می کند.

پزشکان می گویند که کاهو خنک است و تشنگی را برطرف می کند و یرقان را درمان می کند. کاهو مسکن اعصاب است و حتی تشویش و نگرانی و دلهره را از بین می برد و بهترین دارو برای بیماران عصبی است.

فشار خون را تنظیم می کند و در درمان یبوست مؤثر است. کاهو اشتها را تحریک می کند. خوردن کاهو با کمی سرکه و ادویه پیش از غذا ـ با تحریک غدد دستگاه گوارش و ترشح اسید معده ـ به هضم غذا کمک می کند.

کاهو برای کسانی که تنگی نفس دارند زیاد خوب نیست اما خوردن مغز کاهو برای درمان تنگی نفس مفید است.

ـ کاهو توان جنسی را افزایش می دهد:

کاهو ـ همان گونه که از قدیم معروف بود ـ توان جنسی را بالا می برد و نازایی را درمان می کند. مصریان قدیم به کاهو (گیاه بارور) می گفتند.

از عصاره کاهو برای محافظت و مرطوب کنندگی پوست در برابر حرارت خورشید و باد، در لوازم آرایشی استفاده می شود.

کاهو از انواع ویتامین ها به ویژه ویتامین H سرشار است این ویتامین خاصیت تمیز کنندگی دارد و به این سبب در کرمهای مغذی پوست و تمیز کننده صورت به کار می رود.

میزان مواد قندی کاهو زیاد است و املاح معدنی آن مانند پتاسیم، منگنز، فسفر، کلسیم و آهن کم است و برای آرامش اعصاب و رفع خستگی و بی خوابی مفید است.

کاهو ملین است و پزشکان خوردن آن را به افراد مسن و کسانی که گرفتگی رگ دارند سفارش می کنند

گلابی ضد کم خونی

بیش از ۸۳ درصد گوشت گلابی را آب تشکیل می دهد این میوه دارای املاح معدنی و مخصوصاً منگنز است .

قند گلابی بهترین قندی است که حتی اشخاص مبتلا به مرض قند می توانند از آن استفاده کنند زیرا به آسانی هضم و جذب بدن می شود . پوست گلابی از نظر تانن غنی است و همچنین موجب پاک کردن روده ها می شود پوست گلابی به خاطر آنکه در معرض نور خورشید قرار می گیرد از نظر ویتامین ها و دیاستاز از گوشت آن غنی تر است همه حتی بچه های کوچک می توانند گلابی بخورند به شرط آنکه کاملاً رسیده باشد گلابی هایی که کاملاً نرسیده باشند مواد تحریک کننده دارند و گلابی هایی هم که زیاد رسیده باشند قسمتی از خواص غذایی خود را از دست می دهند . کسانی که نمی توانند میوه های خام بخورند می توانند کمپوت گلابی بخورند زیرا کمپوت گلابی نیز مثل میوه ی گلابی تمام خواص غذایی این میوه را در خود دارد .

اثرات درمانی گلابی عبارت اند از :

درمان فشار خون ؛ اگر چنانچه به مدت ۴ روز فقط ۲۰۰ تا ۲۵۰ گرم گلابی مصرف بشود پس از طی این مدت مشاهده خواهد شد که فشار خون پایین آمده است .

درمان میگرن ؛ دمکرده برگ گلابی مسکن خوبی برای میگرن است هر موقع درد میگرن آغاز شد یک فنجان از آن را بنوشید .

درمان عصبیت ؛ مصرف روزانه ی یک فنجان از دم کرده برگ گلابی موجب کاهش عصبانیت می شود .

گیاه درمانی در زخمها و سوختگیها

خلاصه

استفاده از داروهای گیاهی در درمان آسیبهای پوستی مانند زخم و سوختگی با انجام تحقیقات مختلف و تأیید اثربخشی آنها مرسوم گردیده است. اثرات مفید گیاهانی مانند آلوئه، همیشه بهار، لاوند و ... در بهبود زخمها و سوختگیها کاربرد آنها را در طبابت نوین تأیید نموده است.

مقدمه

اخیراً استفاده از درمانهای گیاهی به طور فزایندهای در میان بیمارانی که بدنبال روشهای درمانی سنتی هستند، مرسوم شده و مورد پسند بیماران و پزشکان قرار گرفته است. تعداد ویزیتهای انجام شده توسط پزشکان طب سنتی در آمریکا به سرعت در حال افزایش است. در ۱۹۹۷ تعداد این ویزیتها تقریباً ۶۲۹ میلیون مورد بود که از تعداد کل ویزیتهای پزشکان مراقبتهای اولیه فراتر میباشد.در این سال تقریباً ۲۷ بیلیون دلار برای درمانهای سنتی هزینه شده و ۲۴/۳ بیلیون دلار آن مربوط به درمانهای گیاهی میباشد. بطور تخمینی تقریباً ۵۰٪ از مردم انواعی از طب سنتی را مورد استفاده قرار میدهند و بسیاری از بیماران این موضوع را به پزشک خود نمیگویند. در آلمان یک مرجع تنظیم کننده بنام کمیسیونE بررسی گسترده گیاهان شایع را انجام و کیفیت، اثربخشی بالینی و موارد استفاده ۳۰۰ فرآورده گیاهی را مورد ارزیابی قرار داده و این بررسیها به استاندارد شدن درمانهای گیاهی منجر شده است. در حال حاضر ایالات متحده قوانین سختی در مورد فرآوردههای گیاهی اعمال مینماید. در اروپا و آسیا طی هزاران سال درمانهای گیاهی به طور موفقیتآمیزی در درمان اختلالات پوستی به کار رفتهاند. اکنون این درمانها بصورت علمی مورد پژوهش قرار میگیرند.

بررسی اثربخشی تعدادی از درمانهای گیاهی برای وضعیتهای درماتولوژیک در حال انجام است و بعضی از آنها شواهد علمی قابل توجهی از اثربخشی را نشان دادهاند. ترکیبات گیاهی زیادی برای بیماریهای مختلف از جمله بیماریهای پوست جهت فروش عرضه میشوند. اکنون که ارتباطات پیشرفته بین پزشکان سرتاسر دنیا وجود دارد، مهم است که اطلاعات مربوط به درمانهای گیاهی، اثرات آنها و تداخلات داروئی را به اطلاع یکدیگر برسانیم تا ارائه راههای درمانی سنتی به بیمارانمان امکانپذیر باشد. این مقاله برای آموزش و استفاده از این چالشهای درمانی نوشته شده است. اطلاعاتی که با یک روش عملی تألیف شده باشند ممکن است اکثر بیماران را قادر سازند از این درمانها که اکنون در سرتاسر جهان مورد استفاده قرار

میگیرند، سود ببرند. در این نوشتار داروهای گیاهی دارای شواهد علمی مبتنی بر اثربخشی بالینی و نیز گیاهان رایج که در درمان اختلالات پوستی مفید بودهاند مورد بررسی قرار گرفته اند. بیخطر بودن هر گیاه مشخص شده است تا پزشک قادر باشد درمانهای گیاهی را که ممکن است در کار بالینی مورد استفاده قرار دهد، بهتر بشناسد. همچنین تداخلات دارویی و عوارض شایع داروهای گیاهی در زمینه بیماریهای پوستی بیان شده است.

Aloe vera

یک برگ تازه از آلوئه را برش داده و ژل حاصل از آن را روی پوست قرار دهید، یا پوست آن را جدا کنید و باقیمانده برگ را روی پوست بمالید. برگهای گیاه آلوئه (صبرزرد)، ۲ ماده؛ ژل و یک شیره یا لاتکس تولید میکنند. ژل را از قسمت داخلی برگ بدست میآورند و طی قرنها برای درمان موضعی زخمها و سوختگیها به کار بردهاند. شیره یا لاتکس یک مایع تلخ زرد رنگ است که از بخشهای ویژهای از پوسته داخلی برگ استخراج میکنند و معمولاً بصورت پودر فروخته میشود و اثرات ملین بسیار قوی دارد. چندین گزارش موردی و مطالعه روی حیوانات نشان داده که آلوئه سوزش، خارش و اسکار همراه با درماتیت ناشی از اشعه را

کاهش میدهد. همچنین بهبود زخمهای مزمن پا، زخمهای ناشی از جراحی و سرمازدگی اعضاء را تسریع مینماید. مکانیزم اثر در مطالعات in vivo حیوانی مطالعه شده است.

آلوئه ترومبوکسان A۲ و B۲ و پروستاگلاندین ۲ ?را که موجب انقباض عروقی و تجمع پلاکتی میشوند، کاهش میدهد وبنظر میرسد پرفیوژن پوستی را افزایش و خطر از دست رفتن بافت بعلت ایسکمی را کاهش میدهد. مطالعات in vitro نشان دادهاند که یک کربوکسی پپتیداز که برادی کینین(عامل قدرتمند ایجاد کننده درد در التهاب حاد) را غیرفعال میکند، احتمالاً درد در محل درمان را کاهش میدهد. سالیسیلیک اسید در آلوئه وجود دارد و با مهار تولید پروستاگلاندین بعنوان یک مسکن وضد التهاب عمل میکند.)

لاکتات منیزیوم موجود در آلوئه با مهار هیستیدین دکربوکسیلاز که تبدیل هیستیدین به هیستامین را در Mast cells کنترل میکند بعنوان یک ضد خارش تأثیر دارد. همچنین به نظر میرسد برطرف شدن التهاب بعلت خواص Immunomodulatory پلیساکاریدهای ژل به ویژه Acetylated mannas باشد. در in vitro آلوئه فعالیت باکتریسید و ضد قارچ دارد. عارضه جانبی عمده در استفاده موضعی از ژل آلوئه، درماتیت تماسی آلرژیک است. همچنین تأخیر ترمیم بعد از لاپاراتومی یا سزارین گزارش شده است. در صورت استفاده درست، مصرف خوراکی آلوئه بسیار مطمئن است.

:Honey

طی قرنها از مصرف موضعی عسل برای تسریع بهبود زخمها استفاده شده و در درمان سوختگیها، زخم بستر (Decubitus ulcer) و زخمهای عفونی مفید بوده است. در in vitro عسل در برابر ارگانیزمهای شایع عفونی کننده زخمهای جراحی، دارای فعالیت آنتی باکتریال و ضد قارچ بوده است. در ۱۹۹۸ طی مطالعه کوچکی، ۹ شیرخوار مبتلا به عفونت زخم بزرگ و باز با کشت مثبت متعاقب عمل جراحی که در آنها درمان استاندارد (بیش از ۱۴ روز آنتی بیوتیک مناسب داخل وریدی و شستن با کلرهگزیدین) با شکست مواجه شده بود، مورد بررسی قرار گرفتند. این زخمها ۲ بار در روز با ۵ تا ۱۰ میلیلیتر عسل تازه تغییر نیافته، تحت درمان قرار گرفتند، ۵ روز پس از شروع درمان بهبود بالینی قابل توجهی مشاهده و در روز بیست و یکم پس از آغاز درمان تمامی زخمها کاملاً بسته، تمیز و استریل بودند. در دیگر کارآزمایی تصادفی کنترل شده، گاز آغشته به عسل با یک ورقه Polyurethan در سوختگیهای با ضخامت نسبی (Partial-thickness) مقایسه و از نظر آماری زخمهایی که با عسل درمان شده بودند نسبت به زخمهایی که با ورقه پلی اورتان تحت درمان قرار گرفتند، زودتر التیام (به طور متوسط ۸/۱۰ روز در مقابل ۳/۱۵ روز) و از نظر عوارض مانند عفونت، گرانولاسیون بیش از حد و انقباض زخم (Contracture) یکسان بودند. بنظر میرسد، خواص عسل در ترمیم زخمها به علت ویژگیهای دبرید کننده آنزیم کاتالاز، جذب ادم ناشی از خاصیت عسل در جذب رطوبت (Hygroscopic)، توانایی آن برای گسترش گرانولاسیون و اپیتلیزاسیون از لبههای زخم و خواص آنتی میکروبیال آن باشد. اگرچه گزارشهایی در ارتباط با درماتیت تماسی ناشی از عسل وجود دارد اما عوارض جانبی مهمی گزارش نشده است.

:Marigold

گیاه Calendula officinalis که بیشتر به نام گل همیشهبهار معروف است، از قدیمالایام بصورت موضعی مورد استفاده قرار میگرفته و در حال حاضر بعنوان یک آنتی سپتیک و ترمیم دهنده زخم توسط کمیسیون E آلمان مورد تأیید قرار گرفته است. گیاه فروشان معاصر فرآورده موضعی همیشه بهار را برای زخمها، سوختگیها، تاولها، بثورات جلدی، خشکی و ترک پوست، زونا و واریس توصیه میکنند. استفاده از فرم دهانشویه آن نیز برای رفع التهاب دهان و ناحیه حلق مرسوم است. پماد یا کرم همیشه بهار با مخلوط کردن ۲ تا ۵ گرم از گلهای آن با ۱۰۰ گرم پماد چندبار در روز به کار میرود. فرم دهانشویه و لوسیون آن با آمیختن ۱ تا ۲ قاشق چایخوری (۱۰-۵میلیلیتر) تنطور همیشه بهار با ۲۵/۰ تا ۵/۰ لیتر آب تهیه میشود.

عـارضه جـانبی مهم درماتیت تماسـی آلرژیک است. هیـچ عارضه جانبی خطرناکی گزارش نشـده است و برای مصارف موضـعی و خوراکی بیخطر میباشد

بنظر میرسـد اثرات ضـد التهابی آن بعلت تری ترپنوئیـدها باشد. در مطالعه بر روی حیوانات، همیشه بهار گرانولاسـیون را تحریک و گلیکوپروتئینها و کلاژن را در زخمها افزایش میدهدو در invitro دارای خواص آنتی میکروبیال و تعدیل کننده ایمنی است.

:Tannins

گیاهان بسیاری دارای تانین هسـتند که بعنوان یک قابض به خشک شـدن زخمهای مترشـحه و خونریزی دهنـده کمک میکننـد. از جملـه ایـن گیاهـان میتـوان بـه برگ گردوی انگلیسـی،قضـیب ذهـب (Labrador tea ،Goldenrod)، اسـطوخدوس (Lavender)، گل ماهور (Mullein)، پوست بلوط، ریونـد چینی (Chinese rhubard)، گل راعی (St John's wort) و ترشک (Yellow dock) اشاره نمود.

از تانینها به صورت موضـعی در ضایعات باز ترشحدار، زخمها، هموروئید و سوختگیهای درجه ۳ استفاده شده است. تانینها بر روی سطـوح خـونریزی دهنـده یـک اثر قـابض یـا هموسـتاتیک را بعلت انقبـاض عروقی موضـعی و احتمالاًـ افزایش میزان انعقـاد موجب میشونـد. عصـاره آبی گیاهـان محتوی تانین بعلت انقباض عروقی و تشـکیل لخته مصـنوعی (احتمالاً ناشـی از واکنش تانیـنـ پروتئین) فعـالیت هموسـتاتیک خود را نشان میدهنـد که منجر به ایجاد یک توپی (Plug) مکـانیکی برای متوقـف نمودن خونریزی از عروق خونی کوچک میشود . این اثر میتواند برای خونریزیهای خفیف داخلی نیز مفید باشد.

کاربرد موضـعی تانینها روی پوست واجد اثرات مطلوب در سوختگیها، اگزمای همراه با ترشح و عفونتهای ویروسـی است. در اوایل قرن بیسـتم، اسپریهای محتوی تانین بعنوان درمان ترجیح داده شده در سوختگیهای شدید مورد استفاده قرار گرفتند. مجموعه تانین ـ پروتئین تشـکیل شده بعنوان یک غشای مصنوعی نیمه تراوا بنام eschar عمل میکند اما بعلت ایجاد سـطوح سمی تانیک اسید که گاهی اوقات از طریق پوست آسیب دیده جذب میشد، این روش متروک گردید.

تانیک اسـید به سلولهای ریشهای (Stem Cells) اپیتلیال آسـیب رسانده و سـبب تشکیل اسکار وسیعی میگردد. با اینحال در چین هنوز هم از این روش با اسـتفاده از تانینهای متراکم که سـمیت کمتری داشـته و اپیدرم در حال بازسازی را تخریب نمیکند، اسـتفاده میشود.

سـایر گیاهـان محتـوی تـانین عبارتنـد از : گیـاه انجیلی Hamamelis (witchhazel)، نـــوعی علـــف نقره ای Potentilla (tormentil tormentilla)، بلـــوط Quercus (oak)، غـــافث Agrimonia (agrimony)، علف مبـارک Krameria (rhatany ،Geum(avens)، شـــمعدانی وحشـــی Geranium (Cranesbill)، تاتـــاری Carduus (blessed thistle benedicta)، صـــمغ عربی Acacia catechu (catechu)، دو دنـــدان ـ Bidens (bur-marigold)، Sanguisorba (burnet)، پای شیر Alchemilla (ladies mantle) وانجبار Polygonun (bistort)

استفاده از سایر فرم های داروئی در سوختگیها:

بطور معمول استفاده از گیاهان یک راه مطمئن برای تقویت سیسـتمهای بـدن است، مهم آنست که قبل از اسـتفاده از گیاه درمانی، تشـخیص مسـجل گردد. از گیاهـان میتـوان بصـورت عصارههـای خشـک (کپسولهـا، پودرهـا و چـای)، گلیسـیریتها (عصارههـای گلیسـرینی)، یا تنطورها (عصارههای الکلی) اسـتفاده کرد. در صورتیکه دسـتور دیگری مـدنظر نباشـد، چای را با ریختن یک قاشـق چایخوری گیاه در یک فنجان آب داغ میتوان تهیه نمود. برای تهیه دم کرده، ۵ تا ۱۰ دقیقه برگ یا گل و ۱۰ تا ۲۰ دقیقه ریشه گیاه را دم میکنند و ۴-۲ فنجان در روز نوشیده میشود. تنطورها را باید به تنهایی یا در ترکیب با سایر گیاهان به کار برد.

– ?برای فعـال کردن سیسـتم ایمنی و کـاهش خطر عفـونت درطی فـاز حـاد بیمـاری ۶۰-۳۰ قطره از قسـمتهایمساوی از تنطورهـای

کوکب کوهی (cone flower (Echinaceae purpura، و ختم ذهبی goldenseal (Hydrastis Canadensis) ، را هر ۴-۳ساعت یکبار به کار برید
- ?گیاه آب بشقابی Gotu kola (Centella asiatica) با موفقیت بسیار در سوختگیهای درجه ۲ و ۳ به کار رفته است. کاربرد موضعی روزانه از چروکیدگی و تورم پوست پیشگیری یا آن را محدود و از تشکیل اسکار جلوگیری مینماید. همچنین بهبودی را زیاد و فیبروز را کم میکند.
?-گیاهانی که جریان خون به پوست را بهبود میبخشند میتوانند تحویل مواد غذایی به پوست را تسهیل نموده و مواد زاید متابولیکی راکاهش دهند. ترکیبی از قسمتهای مساوی از گیاهان زیر را بصورت چای (یک فنجان ۴ تا ۶ بار در روز) یا تنطور (۳۰تا۶۰قطره ۳ تا ۴ بار در روز) تهیه نمایید.
(Yarrow (Archillea millefolium
Cleavers (Gallium aparine) بیتی راخ
.(Prickly ash bark (xanthoxyllum clava herculis
Marigold (Calendula officinalis) همیشه بهار
Ginger root (Zingiberofficinalis)زنجبیل

جوشانده برگ بید در رفع سوء هاضمه مفید است .

جوشانده برگ بید برای رفع سو هاضمه، رماتیسم حاد و مزمن و زکام مفید است.
بر اساس مطالعات مرکز تحقیقات کشاورزی و منابع طبیعی خراسان رضوی، در پوست درخت بید علاوه بر گلوکوزید، موادی نظیر موم، صمغ، رزین، اکسالات کلسیم و تافن نیز یافت می‌شود.
در این تحقیق نحوه تولید و پراکنش فراورده‌های دارویی گونه بید در استان خراسان مورد بررسی قرار گرفته است و نتایج حاصل از آن نشان می‌دهد که جوشانده برگ گل بید برای رفع سو هاضمه، رماتیسم حاد و مزمن و زکام مفید است.
همچنین در این پژوهش با بیان اینکه پوست درخت بید دارای گلوکوزید، سالوکوزیدها و سالیسن است و اثر مسکن بر دردهای تناسلی دارد، آمده است: مصرف عصاره بید به صورت مصرف خارجی باعث رشد مو می‌شود و با توجه به خاصیت ضد عفونی‌کنندگی آن می‌تواند در نوارهای زخم بندی مورد استفاده قرار گیرد.
گستردگی پراکنش گونه‌های بید سفید (s.alba) و بید کوهی (s. Acmophylla) در کلیه شهرستان‌های خراسان و گونه‌های بید سرخ (s.purpurea) و بید کوهی (s.acophylla) در مشهد و تربت حیدریه است

مصرف موز و کیوی در پیشگیری و درمان بیماری سنگ کلیه

مصرف میوه‌جات تازه، سیب زمینی، تربچه، حبوبات، برنج قهوه‌ای،جو،ذرت،کنجد،زیره، گشنیز،رازیانه،آب هویج،هندوانه،خیار و گیلاس برای پیشگیری و درمان این بیماری نقش موثری دارد.
"سنگ کلیه به ته‌نشین شدن مواد معدنی در لوله‌های ادراری و سفت شدن و کریستالیزه شدن آن گفته می‌شود که باعلائمی همچون درد شدید نواحی پهلو، کمر و نواحی پایینی لگن و گاه خونریزی در ادرار همراه است "
همچنین با اشاره به‌عوامل موثر در بروز بیماری سنگ کلیه عفونت‌ها،داروها و ژنتیک ازعواملی‌است که در بروز بیماری سنگ کلیه در فرد موثر است.

آزمایشات انجام‌شده بر روی سنگ کلیه مشخص می‌کند سنگ از چه نوعی بوده و چه مواد غذایی در ترکیبات آن وجود دارد و عمده‌ترین سنگ‌های کلیه از جنس کلسیم و اگزالات است و اختلالات غده پاراتیروئید یا مصرف بیش از حد پروتئین سبب افزایش ترشح کلسیم در ادرار شده و احتمال ابتلا به سنگ کلیه را افزایش می‌دهد.

بر این اساس توصیه می‌شود که از مصرف بیش از???? ? تا???? ? گرم پروتئین همچون گوشت قرمز، ماهی و مرغ در روز خودداری شود.

"اگزالات ، ماده‌ای است که مقدار آن در پروتئین‌ها و مواد غذایی همچون اسفناج ، ریواس، چغندر، شکلات، چای، سبوس، آجیل، بادام و توت فرهنگی بیشتر است ".

نمک طعام،مواد شور و قهوه سبب ترشح کلسیم در ادرار شده و میزان ابتلا به سنگ کلیه را افزایش می‌دهد و به همین دلیل در رژیم‌های غذایی مصرف کلسیم را نباید محدود کرد چرا که باعث افزایش تولید سنگ‌های کلیه می‌شود.

همچنین درباره تاثیر کلیسم در شکل گیری سنگ کلیه باید گفت:

کلسیم در روده با اگزالات ترکیب شده و سبب جلوگیری از جذب اگزالات در خون شده و در نتیجه میزان آن را در ادرار کاهش داده و امکان ابتلا به سنگ کلیه را نیز کاهش می‌دهد.

مصرف یک لیوان آب جوشیده در هر ساعت سبب رقیق شدن املاح در ادرار و دفع سریع‌تر و راحت‌تر سنگ در مبتلایان به این بیماری می‌شود.

مصرف منیزیم ویتامین،? B??داروهای گیاهی همچون گزنه خاردار،چای جاوا(نوعی نعنا که در کشور هندوستان روییده و به صورت دم کرده مصرف می‌شود) و گیاه خلا (شل کننده مجاری ادراری)در درمان این بیماری موثر است

خاکشیر

خاکشیر دارای اسیدهای چرب مانند اسید لینوئیک، لینولنیک،اولئیک، پالمتیک و اسید استئاریک است، همچنین در خاکشیر اسانس روغن فراری وجود دارد که دارای مواد بنزیل و ایزوسیانات است و سنگ کلیه را دفع می کند.

برای دفع سنگ کلیه می توان خارشتر، خاکشیر و ترنجبین را با هم مخلوط کرده و صبح ناشتا خورد.

خاکشیر التیام دهنده زخم و جراحات، همچنین ادرار آور و تب بر است.

خاکشیر التهاب کلیه را برطرف کرده و صدا را باز می کند .

برای از بین بردن کهیر و التهابات پوستی از خاکشیر استفاده کنید.

از گلها و برگهای گیاه می توان برای رفع بیماری ناشی از کمبود ویتامین C استفاده کرد .

برای برطرف کردن جوشهای صورت که به علت خوردن چربی و شیرینی زیاد ایجاد می شود باید جوشانده یک قاشق ترنجبین را با دو قاشق غذاخوری خاکشیر مخلوط کرده و هر روز صبح ناشتا به مدت دو هفته آنرا میل کنید تا جوش‌ها از بین برود.

گفتنی است، بعضی از افراد هنگامی که خاکشیر می خورند ممکن است سردرد بگیرند، این افراد باید خاکشیر را همراه با کتیرا مصرف کنند.

خواص دارویی کلم

تصفیه کننده خون،کلم یکی از سبزی های معروف خوراکی است که تاریخی کهن دارد. کلم اقسام مختلفی دارد و به رنگ های گوناگون است. مانند : کلم سبز، کلم قرمز، کلم قمری.

فواید کلم:

کلم، رخسار را جلا می دهد و نیکو می سازد. کلم خواب آور بسیار خوبی است.

کلم، حرکت کودکان نو پا را آسان می گرداند. مصرف کلم، صدا را صاف می کند.

کلم پخته، بدن را از اخلاط فاسد و عرق زیاد پاک می کند. کلم پخته در درمان صرفه کهنه و درد کمر و زانو موثر است.

کلم پخته، سردرد را تسکین می دهد.

برگ کلم سوخته، بهترین پاک کننده زردی دندان ها و خشک کننده بسیار خوبی است.

تخم کلم، ضد خونریزی لثه و ضد کرم دستگاه گوارش است. تخم کلم ضد کم خونی است و قوه بینایی و نور چشم را افزایش می دهد.

مداومت در خوردن کلم، باعث از بین رفتن سنگ های ادراری و تناسلی خواهد شد. کلم به علت دارا بودن مواد گوگردی برای خارش و شستشوی موی سر شوره دار، داروی بسیار خوبی است. کلم تصفیه کننده خون استک کلم دارای یک اسانس سلفوره است که برای معالجه کرم امعاء به کار می رود.

برای درمان زخم های عمیق و زخم های سرطانی، پماد برگ کلم با آرد جو مفید است.

سوخته کلم برای درمان جوش های دهان، رفع زردی دندان و جلوگیری از ریزش مو مؤثر است. برای این منظور باید سوخته کلم را در محل مورد نظر بمالند و این کار را تکرار کنند تا اثر خود را ببخشد.

خوردن ۶/۲۵ گرم تخم کلم که با آب پخته شده باشد، لکه های پوستی را برطرف می کند.

شیره کلم خام، برای تقویت خون اشخاصی که کمبود آهن دارند مفید است. شیره کلم خام، غشاهای مخاطی معده و روده ها را پاکیزه می کند.

برگ کلم له شده، برای درمانی ناراحتی های پوستی مؤثر است.

کلم اکسیری است که دوای همه دردهاست و تمام اعضای بدن از آن استفاده می کنند و هیچ دردی نیست که در مقابل کلم دوام آورد. کلم زخم های بواسیر را التیام می دهد. کلم سنگینی گوش را درمان می کند.

برگ های خام کلم سبز یا قرمز را قبل از غذا به صورت سالاد بخورید. زیرا برگهای کلم مقدار زیادی کلسیم و گوگرد دارد که برای تقویت خون بی اندازه مفید است و سالاد برگ خام کلم، بهترین درمان کم خونی است.

مصرف سوپ کلم برای معالجه برونشیت و سرفه شدید مفید است. برگ کلم سفید یا قرمز در معالجه امراض کبد و یرقان (زردی) نتایج مؤثری دارد.

کلم بهترین داروی طبیعی برای معالجه اسهال است، برای این منظور باید برگ کلم یا گل کلم را با آب بپزید و فلفل و کره به آن چاشنی کنید و با کره و نان برشته به عنوان غذا مصرف کنید.

مصرف کلم، بیماری نفریت (ورم چرکی کلیه) را درمان می کند.

مصرف کلم برای مبتلایان به نفریت به سبب دفع سموم موجب تسکین درد می شود.

اگر برگ کلم را به وسیله گذاردن اطوی داغ روی آن به صورت پماد در آورده و روی جاهایی که در بدن درد می کند بگذارید این مرهم (ضماد) برای تسکین درد اعصاب و رماتیسم و سیاتیک مؤثر است.

مصرف شربت کلم، روزانه سه قاشق و هر بار یک قاشق قهوه خوری تمام کرم های بدن را دفع می کند.

کلم به علت داشتن آهک زیاد، ارسنیک و ید، یکی از غذاهای بسیار عالی و مفید است و برای درمان سستی استخوان، سل و کم خونی نظیر ندارد.

در کلم املاح سولفات، نیترات دوپتاس، اکسیدهای آهن و گوگرد (اسانس گوگرد) وجود دارد.
تذکر: خوردن کلم برای بیمارانی که مبتلا به گواتر و بواسیر هستند و افرادی که به خارش بدن مبتلا هستند مضر است.
طریقه مصرف:
مصرف کلم به صورت سالاد، بسیار لذیذ و نافع است.
آب کلم نیز راهی برای مصرف کلم است اما ممکن است به ذائقه بسیاری از مردم خوش نیاید. برای این منظور می توان آب هویج خام و چند قطره آب لیمو به آن اضافه کرد و سپس مصرف کرد.
بهترین کلم و روش نگهداری آن:
وقتی کلمی را انتخاب می کنید، باید برگ هایش محکم و چسبیده باشد و سر آن سنگین و محکم و برگ های خارجی اش هنوز روی آن باشد. برای اینکه تازگی کلم حفظ شود، آن را در پارچه ای بپیچید و در یخچال نگهداری کنید

نعناع صحرایی

یکی دیگر از گیاهان ارزشمند می باشد . اعضاء دیگری از خانواده نعناع مانند اسبی , در تمام اروپا , جنوب آفریقا و آسیای صغیر یافت می شوند .
این گیاهان همیشه در طول تاریخ جزء گیاهان بومی و ملی محسوب شده و در کتاب ها از آنها نام برده شده است . نعناع صحرایی به شکل تجارتی در شمال آمریکا , اروپا و قسمت هایی از آسیا کشت می شود . قسمت عمده این محصول در شمال غربی اقیانوس اطلس و خاور میانه یافت می شود این گیاه دارای طول عمر طولانی بوده و برگ هایی چهارگوش دارد . این برگ ها معطر و دارای بافت های تولید کننده چربی هستند ساقه آن نیز روغن ترشح می کند . گیاهان دیگر هم خانواده نعناع عبارتند از : بکسان , گذر نای کوهی , بادرنج بویه , تنین , زوفا , موز نگوش , آوشین , گلپر , گیاه عرقچین و چندگیاه دیگر . نعناع صحرایی برای مصارفی مثل خوش طعم کردن نوشیدنی ها , تهیه ژله و سس بهترن ماده می باشد همچنین این گیاه دارای مصارف پزشکی و دارویی فراوانی از قبیل : درمان اسهال , قولنج , سردرد های عصبی و یبوست دارد . گیاهان دیگری نیز وجود دارند که در سایر فصول به عنوان گیاهان استثنایی و عجیب از آنها یاد می شود ولی در این فصل بحث در مورد گیاهانی بود که در شرایط کنونی جهت تندستی بشر مفید می باشند

مصرف ریحان در تسکین سردرد و تنگی نفس موثراست

مصرف ریحان در تسکین سردرد و میگرن و نیز در درمان سرفه و تنگی نفس موثراست.
ریحان سبز گیاهی است یکساله که بلندی آن تا شصت سانتی مترمی رسد و برگهای جوان آن سبز و روشن و به شکل بیضی نوک تیز با دندانه های ریز و معطراست.
طبیعت این گیاه گرم و خشک می باشد و خواص درمانی آن مقوی، محرک و بادشکن است و به هاضمه کمک می کند، علاوه براین تب بر، آرام کننده و ضد اسپاسم است.
ریحان باعث رفع بوی بد ناشی ازخوردن سیر و پیاز می شود. همچنین زخمهای دهان را از بین برده و کندی دندان را برطرف می کند.
از سوی دیگر، ضعف معده و ضعف اعصاب را رفع، و انواع سردرد و میگرن را تسکین می دهد. برای قی کردن و سکسکه و پولیپهای بینی مفید بوده و درد سینه، سرفه و تنگی نفس را نیز درمان می کند.

تخم ریحان هم ملین است وهم برای قطع اسهال مصرف می شود. اسهال خونی و سوزاک و زخمهای خورنده را درمان و دم کرده تخم آن درجه حرارت بالای بدن را کاهش می دهد

اثرات درمانی استحمام با مواد مؤثره گیاهان (۱)

گیاهان دارویی برای قرنهای متمادی جهت استحمام مورد استفاده آرایشی و درمانی قرار گرفته‌اند. این گیاهان معمولاً دارای بوی مطبوع، رنگ دلخواه یا خواص دارویی گوناگون بوده‌اند. از طرفی در دسترس بودن در منزل موجب استفاده هرچه بیشتر از آنها شده است.

امروزه مشخص شده که فرآورده‌های گیاهی افزوده شده به وان حمام به میزان زیادی موجب تحریك پوست میشوند. در مقایسه با گروه کنترل، استحمام با کاج (pine bath) موجب افزایش بیشتری در تعداد گلبولهای سفید شده است.

در حال حاضر هیچ شکی وجود ندارد که تعداد زیادی از ترکیبات دارویی تهیه شده از گیاهان با اضافه شدن به وان حمام از طریق پوست جذب میشود. این ترکیبات خونرسانی به لایه‌های بافتی نزدیك پوست را زیاد می‌کنند و فوائد اثرات دارویی آنها به موجود زنده می‌رسد.

باید خاطرنشان کرد که تحقیقات علمی درباره درمان بوسیله استحمام با فرآورده‌های گیاهی در مراحل اولیه خود می‌باشد همچنین بحث‌های قابل توجهی درباره نوع فرآورده‌های مورد استفاده برای استحمام وجود دارد. قرصها و نمك‌های استحمام که بصورت OTC (بدون نسخه) بفروش می‌رسند برای مصارف درمانی فایده‌ای نداشته و بیشتر جنبه آرایشی دارند.

از طرف دیگر روغن‌های خالص با کیفیت و نیز اشکال امولسیون ممکن است استانداردهای لازم را داشته باشند. بدون شک عصاره تام گیاهان نیز مؤثرند اما عمومیت کمتری دارند زیرا قوام سفت شبیه شربت داشته و آب را کدر می‌کنند لذا هرجا که اثری بجز اثرات حاصل از جذب فرآورده مدنظر باشد مورد استفاده قرار می‌گیرند مثلاً استحمام با گیاه دم اسب.

– روغن‌های استحمام گیاهی به ترکیبی از کل قسمتهای گیاهان دارویی ترجیح داده میشوند زیرا روغن‌های فرّار اجزای فعالی هستند و به طور آشکاری جذب پوستی دارند.

گاهی جوشانده غلیظ گیاه دم اسب یا پوست بلوط تهیه و به آب استحمام افزوده میشود یا مقدار لازم از داروی گیاهی در یك کیسه کتانی گذاشته شده و کیسه مزبور را در آب استحمام قرار میدهند. از این روشها برای استحمام کامل استفاده نمی‌شود اما همچنان برای استحمام نسبی و کمپرس مرطوب مناسب هستند.

– طبقه بندی گیاهان دارویی برای استفاده در استحمام بر اساس اجزاء فعال آنها کار مشکلی است زیرا اثرات آنها با یکدیگر همپوشانی دارد. اما این طبقه بندی واضحترین تصویر را ارائه میدهد. در ذیل مهمترین گیاهان دارویی مورد استفاده در استحمام، مورد بحث قرار گرفته‌اند.

استحمام با کاج (Pine Baths)

استحمام با کاج به طور گسترده‌ای بکار رفته و به طور وسیعی مورد تحقیق قرار گرفته است. مشخص شده که این نوع استحمام دارای اثر محرك و تحریکی (سوزشی) غیر اختصاصی وابسته به دوز است که به آسانی قابل کنترل میباشد. صنوبر نروژی بیشتر مورد استفاده قرار گرفته و شاخه‌های جوان از درختان ۸۰–۶۰ ساله ترجیح داده میشوند زیرا اجزای فعال بیشتری دارند. موارد درمانی این نوع استحمام برای بیماریهای عصبی، روماتیسمی و دردهای عصبی است. حداقل نیم ساعت استراحت بعد از استحمام با کاج باندازه خود استحمام مهم است.

استحمام با پوست بلوط (Oak Bark Bath)

بلوط فاقـد اسانس و فقط محتوی تانین است که به طور متوسط نسـبت به کاج بیشتر بوده و عمـدتاً به صورت موضـعی اثر میکنـد از این نوع اسـتحمام عمـدتاً در درمـان بماریهـای مزمن پوست، تقویت پـا و هماننـد اینهـا اسـتفاده میشود. فوائـد فرم کمـپرس آن برای اگزمای ترشح‌دار و بیماریهای چشـمی تحت بررسی است. ابتدا مقدار کمی از پوست بلوط را در یک لیتر آب می‌جوشانند تا حجم آب به نصف برسد و این جوشانده را به حمام دست یا پا می‌افزایند.

استحمام با سبوس گندم (Bran Bath)

این نوع اسـتحمام دارای اثر تسـکین دهنـده روی پوست است و برای بیماریهای حاد پوستی و معمولاً برای پوسـتهای حساس به کار میرود که صابون را تحمل نمی‌کنند

گیاهی برای سردردهای بی پایان

میگرن و زنجبیل زیرا این گیاه دارویی مفیـد، برای پیشـگیری و کنترل میگرن در حد داروهای شـیمیایی مصـنوعی مدرن که احتمالا دارای عوارض جانبی نیز هستند، موثر است.

طبق نظر دکتر کریشـنا سریواسـتاوا از دانشـگاه اودنسن دانمـارک، زنجبیـل که برای سـال هـای متمادی در کشورهای مختلف جهان برای درمـان سـردرد، تهوع و اختلالات عصبی مورد اسـتفاده قرار می گرفته است تـاثیری دارد که برای کنترل ناراحتی های فوق از نظر دانش فیزیولوژی منطقی به نظر می رسد.

وی می گویـد: زنجبیـل ماننـد آسـپرین و برخی از سـایر داروهـای دیگر ضـدمیگرن برای کنترل عکس العمـل هـای التهـابی شـامل هیستامین و درد کمک می کند.

پیشنهاد می شود که با احساس اختلال دید که معمولا اولین علامت شروع حمله میگرن است زنجبیل خورد؛ یعنی حدود ۶۰۰ـ ۵۰۰ میلی گرم که در حدود ۳/۱ قاشق مرباخوری است پودر زنجبیل را در آب ساده ریخته و خورد.

اما اگر بیماران مبتلا به میگرن مصـرف ریشه زنجبیل تازه را در برنامه رژیم غـذایی خود قرار دهنـد، از نظر تکرار و شـدت هر حمله تخفیف قابل ملاحظه ای را مشاهده خواهند کرد.

سردردهای میگرنی که ۱۰ درصد جمعیت را تشکیل می دهد، در زن ها شایع تر است و بهتر است افراد مستعد، از خوردن شکلات و پنیر کهنه که باعث شروع سردردهای میگرنی می شود و همچنین مصرف الکل، کنسروها و غذاهای حاوی ادویه مخصوص غذای چینی (مونوسدیم گلوتامات) که طعمی شبیه گوشت ایجاد می کند، پرهیز کنند.

خواص دارویی زیتون

پزشـکان و متخصصان تغذیه می گویند که زیتون اشتها را افزایش می دهد. کسانی که می خواهند لاغر شوند بهتر است زیتون شور بخورند.برگ زیتون فشار خون را کاهش می دهد و جوشانده برگ آن درد دندان را تسکین می دهد.

روغن زیتون علاوه بر کـاهش کلسترول و جلوگیری از پیـدایش عوارض عروقی، مـانع رسوب کلسترول درون رگهـا و تنگ شـدن آنها می شود.

پزشکان می گویند که اگر روزی دو قاشق روغن زیتون بخورید سلامت خود را تضمین می کنید.

بر اساس نتایج چندین پژوهش، زیتون به سبب داشتن ارزش غذایی بالا به رشد جنین در رحم کمک می کند.

پژوهشـگران می گوینـد که روغن زیتون سـرشار از اسـیدهای چرب اشـباع نشـده است که درمـان زخم معـده و بیماری های قلب و تصلب شرایین و تشکیل استخوان کودکان مؤثر است.

زیتون و روغن آن میزان قند خون را تنظیم می کند و خاصیت ضد سرطانی دارد.

خواص دارویی عناب

درخت عناب در مناطق گرمسیر رشد می کند. برگهای آن کوچک و دندانه دار است. این گیاه گلهای کوچک و به رنگ سبز مایل به زرد دارد. اما خود عناب قرمز رنگ و شبیه تخم مرغ است. یک هسته شیرین دارد. این میوه کمی سرد است و خواص دارویی زیادی دارد. عناب به دلیل داشتن لعاب زیاد نرم کننده سینه است . ملین بوده و ادرار را زیاد می کند و آرام کننده اعصاب است. خون را تمیز می کند و ضد سرفه است، بی خوابی را برطرف می کند.جوشانده پوست این درخت به عنوان داروی ضد اسهال مصرف می شود.

عناب برای آسم و تنگی نفس مفید است و زخم های کهنه را التیام می بخشد. این میوه خستگی شدید را برطرف، رشد موی سر را زیاد می کند و برای ورم چشم مفید است. عناب دستگاه هاضمه را تقویت و همچنین کم اشتهایی را برطرف می کند.

آب عناب با کاهو در درمان سرطان مؤثر است.

هرگاه احساس غمگینی به شما دست داد بهتر است یک فنجان دم کرده عناب را میل کنید این نوشیدنی لبخند به لبهای شما می آورد.

طرز استفاده:

می توانید ۵۰ گرم عناب را در یک لیتر آب بجوشانید و میل کنید.

همچنین ۱۴ دانه عناب را با ۲۵ گرم جو پوست کنده در ۲ لیتر آب بجوشانید و بگذارید محلول ته نشین شود و آب زلال آن را بنوشید.

طریقه دیگر مصرف:

این است که ۲۰ دانه عناب را با ۳۰ دانه مویز دانه گرفته و ۳۰ دانه سپستان و ۱۷ گرم شاخه گلدار بنفشه در نیم لیتر آب خیس کنید و ۲۴ ساعت بگذارید بماند، سپس آن را صاف کنید و با ۵۰ گرم شیر خشت و ۵۰ گرم ترنجبین مخلوط کنید تا کاملاً حل شود و قدری گلاب به آن اضافه کنید و بنوشید.

ـ البته توجه داشته باشید عناب در افراد سرد مزاج باعث گاز و نفخ معده می شود. این افراد باید عناب را با شکر و مویز بخورند. بهتر است این میوه با غذاهای محرک مانند عسل میل شود.

عدس

عدس از خانواده حبوبات است. حبوبات دانه هایی هستند که درون پوسته ای محافظ رشد می کنند.

مواد مغذی عدس:

اسید فولیک ـ یکی از مواد مغذی بسیار مهم و موجود در عدس است. اداره بهداشت و سلامت امریکا توصیه می کند خانم هایی که زایمانشان نزدیک است باید روزانه ۴۰۰ میلی گرم اسید فولیک دریافت کنند.

یک لیوان عدس پخته ۹۰ درصد اسید فولیک مورد نیاز را تأمین می کند.

آهن ـ عدس منبع خوبی از آهن است؛ به ویژه برای خانم هایی که بدنشان نیاز بیشتری به آهن دارد، مصرف عدس به همراه غذاهای حاوی ویتامین (ث) سبب جذب بهتر و مؤثرتر آهن در بدن می شود.

منابع ویتامین (ث) عبارتند از: گوجه فرنگی، فلفل سبز، کلم بروکلی، مرکبات، آبمیوه ها.

پروتئین ـ عدس سرشار از پروتئین است. فقط اسید آمینه (میتونین) آن کم است . مصرف غلات، تخم مرغ، آجیل و دانه های

خوراکی دیگر، گوشت، لبنیات، به همراه عدس منبع پروتئینی غنی و کاملی را تشکیل می دهد.
فیبرهای محلول ـ عدس فیبرهای محلولی دارد که مانند جارویی زبر، دستگاه گوارش را تمیز می کنند. این نوع فیبر، گلوکز (قند) و کلسترول سرم را کاهش می دهد و نیاز به انسولین را در افراد دیابتی کم می کند.
مواد غذایی حاوی فیبر محلول: سبزیجات، جوی دو سر، جو، سبوس جو، میوه ها، انواع لوبیا.

خواص دارویی سیب

درخت سیب در اکثر نقـاط دنیا پرورش داده می شود و در هر جای دنیا وجود دارد د تمام مردم دنیا آن را می شناسـند.سیب انواع مختلف دارد: ترش و شیرین. که هر دو نوع آن دارای ویتامین و مواد مغذی زیادی است و بی مناسبت نیست که یک ضـرب المثل انگلیسی می گوید: (خوردن یک سیب در روز شما را از رفتن نزد پزشک بی نیاز می کند.)
سیب دارای کالری، پروتئین، کلیسم، فسفر، آهن و انواع ویتامین های B۳ ـ B۲ ـ B۱ ـ A و ویتامین C می باشد.
البته این را بدانیـد که ویتـامین های موجود در سیب بیشتر در پوست سیب و زیر پوست آن قرار دارد، بنابراین اگر شـما می توانید پوست سـیب را هضم کنیـد، بهتر است که آن را بـا پوست میل کنیـد و اگر می خواهیـد پوست آن را بکنیـد بهتر است که سـیب را خیلی نازک پوست بگیرید.
سیب از میوه هایی است که فواید بسیاری دارد یک میوه قلیایی است که بدن را تمیز می کند و آب اضافی بدن را خارج می سازد. سیب را می توان برای برطرف کردن اسهال به کار برد. البته کسانی که ناراحتی های معده و روده دارند بهتر است که این میوه را به صورت پخته مصرف کنند.
شربت سـیب برای سـرفه مفید است و گرفتگی صدا را برطرف می کند و در درمان التهاب کلیه و مثانه مؤثر است. سـیب اشـتها آور بوده و برای درمان سرماخوردگی مفید است. سیب پخته معده و کبد را تقویت می کند و حرارت بدن را خارج می سازد .
آب سیب برای زیبایی پوست و از بین بردن چین و چروک آن مؤثر است. بهتر است آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید.
همچنین می توانید سیب پخته را با شیر مخلوط کنید و به صورت نیم گرم روی پوست بگذارید، بعد پوستتان را بشویید.
توجه داشته باشید که اگر می خواهید سیب را با پوست میل کنید پوست برخی سیب ها دارای یک لایه چربی برای حفاظت آن می باشد که قبل از مصرف پوست این سیب ها را خوب بشویید.
سیب برای ریه بسـیار مفید است زیرا خاصـیت ضد اکسیداسـیون دارد و تأثیر منفی آلودگی و دود سـیگار را کاهش می دهد از این رو روزی یک سیب و حداقل هفته ای ۵ سیب بخورید.
خوب است بدانید اگر روزی یک عدد سیب بخورید دیگر احتیاجی به دندان پزشک پیدا نمی کنید.
ـ سیب عفونتها را از بین می برد و در واقع نوعی پنی سیلین طبیعی است.
ـ یبوست و اسـهال را درمان می کند. افرادی که اسـهال دارند باید سیب را رنده کنند و بگذارند تا چند ساعت بماند تا رنگش تغییر کند و تیره شود (یعنی پکتین موجود در آن اکسید شود) و بعد آن را بخورند.
ـ آب سیب تازه سموم بدن را دفع می کند و برای اطفال خیلی مفید است.
ـ درجه تب را پایین می آورد و گلو درد وسینه درد را بهبود می بخشد.
ـ به سبب خاصیت دفع اسید اوریک، برای درمان بیماری نقرس و آرتروز و رماتیسم بسیار مفید است.
ـ مصرف حداقل ۳ عدد سیب در روز خطر مرگ یا بیماری های قلبی را کاهش می دهد.

ـ بافت گیاهی سیب قادر است که خطر مرگ بر اثر گرفتگی رگهای بدن را تا ۱۴ درصد کاهش دهد.

ـ بافت گیاهی سیب قادر است که خطر مرگ بر اثر گرفتگی رگهای بدن را تا ۱۴ درصد کاهش دهد.

ـ مالیدن مقداری سیب روی محل گزیدگی نیش عقرب یا زنبور به بهبود آن کمک می کند.

سیب و پیشگیری از بیماریهای عصبی:

ـ بر اساس نتایج پژوهشی جدید در امریکا، خوردن روزانه یک عدد سیب خطر ابتلا به سرطان را کاهش می دهد و از نابودی سلولهای مغز و ابتلاـ به بیماری های عصبی مانند آلزایمر و پارکینسون جلوگیری می کند. در این پژوهش آمده است که بسته به میزان مصرف سیب، ترکیبات حیاتی و فعال و مهم افزایش می یابند که در کاهش خطر مشکلات و بیماریهای عصبی تحلیلی نقش مهمی دارند.

پوست سیب از ابتلا به سرطان جلوگیری می کند:

مواد غذایی موجود در پوست سیب خاصیت ضد سرطانی دارد ویتامین (ث) از ابتلا به سرطان جلوگیری می کند.

خاصیت ضد سرطانی مواد گیاهی موجود در پوست سیب از ویتامین (ث) نیز بیشتر است.

ـ سیب یکی از میوه های سرشار از ویتامین (فلافونول) است و این میوه خاصیت ضد اکسیدانی دارد و سلولهای آسیب دیده را ترمیم می کند.

سیب و سرطان سینه:

بر اساس نتایج پژوهشی جدید در امریکا، خوردن یک عدد سیب در روز خطر ابتلا به سرطان سینه را در زنان کاهش می دهد.

خوردن سیب برای کبد، لوزالمعده و کیسه صفرا بسیار مفید است و ترشحات اسید معده را افزایش می دهد. خوردن سیب در شب به هضم غذا کمک می کند و خواب خوشی را به همراه خواهد داشت

خواص دارویی سیب زمینی

سیب زمینی از جمله صیفی هایی است که برای پوست مفید است . اگر نواحی از چشم شما پف دارد می توانید یک عدد سیب زمینی خام را به تکه های کوچک تقسیم کنید و روی چشمهایتان بگذارید. پف اطراف چشمهایتان برطرف خواهد شد. سیب زمینی آب پز و درمان افسردگی:

بر اساس نتایج پژوهشی در امریکا، سیب زمینی آب پز، با افزایش ترشح هورمون سروتونین (هورمون احساس خوشبختی) به درمان افسردگی و بد مزاجی کمک می کند. (ورزش، نور کافی در خانه و محیط کار، (پرتوی خورشید) روابط خوب اجتماعی، تغذیه مناسب به افراد افسرده کمک می کند که برای همیشه داروهای افسردگی را کنار بگذارند.)

سیب زمینی سرخ شده و پوسیدگی دندان:

بر اساس نتایج پژوهشی جدید، عادت به خوردن خوراکیهایی مانند: سیب زمینی سرخ شده، در کار لعاب دهان ـ که نقش محافظت از دندانها در برابر پوسیدگی را دارد ـ اختلال به وجود می آورد. در این پژوهش آمده است که خوارکیهای حاوی کربوهیدرات موجب اسیدی شدن لعاب دهان می گردد و زمینه را برای رشد میکروبهای عامل پوسیدگی دندان هموار می کند و مواد معدنی مینای دندان را کاهش می دهد.

خواص دارویی شاهدانه

شاهدانه ضد جانور و انگل معده ،شاهدانه از گیاهان یک ساله و لیفی است و دو پایه ای است. دارای ریشه عمودی و ساقه بلند و ۲

تا ۴ متر ارتفاع.

خواص شاهدانه:

در مناطق دور بیشترین کاربرد شاهدانه در چین و هندوچین است. استوارت می نویسد که در چین تمام قسمتهای مختلف گیاه شاهدانه در طب سنتی و چین به عنوان دارو کاربرد دارد.

از تخم شاهدانه به عنوان تونیک، نیروبخش، مسهل و ملین، نرم کننده، مدر، مسکن، ضد جانور، انگل معده و مخدر استفاده می شود. مصرف زاید بر حد مجاز آن خطرناک است. یعنی از مسکن هایی است که طبق معمول، اسراف در خوردن آن خطرناک است.

تخم شاهدانه در موارد زکام و ناراحتی های پس از زایمان و قی و استفراغ شدید مصرف می شود و در استعمال خارجی، روی تاول ها و زخم ها و به طور کلی زخم سر و کچلی می اندازند.

ماسون و تئوبالد می گویند که گیاه شاهدانه ارزش زیادی برای معالجه کزاز دارد. گیاه شاهدانه مسکن واقعی و مؤثری برای درد شکم و معالجه سوء هاضمه با علایم درد و برای سرطان ها و زخم ها اثر شفا بخش دارد به علاوه برای معالجه میگرن و نورالژی و رماتیسم و درد اعصاب مفید است.

از تخم آن پس از اینکه به ترتیب خاصی تهیه و به صورت دارو آماده شد برای پایین افتادگی رحم و کمک به وضع حمل و به عنوان تب بر استفاده می شود.

شاهدانه طبق نظر حکمای طب سنتی، از نظر طبیعت، قسمت های مختلف آن متفاوت است.

ـ تخم آن خیلی گرم و خشک است. پوست آن سرد و خشک است و از نظر خواص معتقدند که به علت مرکب القوی بودن برگ آن در عین حال که فرح، سرور، نشاط و نیکویی به رنگ رخسار می آورد، مخدر نیز هست و پس از آن سستی می آورد. بعد از آن که آثار قسمت گرم آن نشاط است زایل شد آثار قسمت سرد آن که تخدیر و سستی است ظاهر می شود و اشتهای غذا را از بین می برد و نهایتاً موجب غم، تکدر، تاریکی دید چشم، جنون، مالیخولیا، ترس بسیار و استسقا می شود.

عصاره برگ آن برای از بین بردن شپش سر و ریختن چند قطره از عصاره برگ و روغن آن در گوش برای تسکین درد گوش نافع است. خوردن برگ آن رطوبت های معده را خشک می کند و شکم را می بندد وقبض می کند و ترشح ادرار را زیاد می کند. ضماد و برگ آن برای تحلیل ورم های گرم و تسکین دردهای عصبی مفید است. مقدار خوراک آن تا ۴ گرم و اسراف در خوردن آن مضر و خطرناک است.

ـ تخم آن آشفتگی حال و به هم خوردن دل را تسکین می دهد و بادها را پراکنده می کند و قابض است. مضار آن این است که سردرد می آورد، دید چشم را کم می کند و مضر معده است. برای احتراز از این عوارض باید سرخ کرده آن را خورد.

روغن شاهدانه گرم و خشک است و برای درد گوش، اعصاب، تحلیل ورم های سفت و نرم کردن سفتی رحم نافع است. چند قطره در گوش ریخته شود و یا روی سایر اعضا و ورم مالیده شود.

روش تهیه عصاره گیاه شاهدانه:

سرشاخه های گلدار شاهدانه هندی ۱ واحد، الکل ۶۰ درصد ۶ واحد، آب مقطر ۱ واحد گرفته و طبق روش معمول از آن عصاره تهیه می کنند. مقدار خوراک این عصاره ۵ سانتی گرم تا ۵ دسی گرم بر حسب مورد در رفع حساسیت های شدید و دردهای رماتیسمی مصرف می شود

لیموترش

نویسنده: فرزانه محمدحسینی

لیموترش درختی است به ارتفاع ۴ تا ۵ متر. از مشخصات دیگر آن این است است که دمبرگی با بالهای باریک‌تر از نارنج و پرتقال دارد. میوه‌اش پس از رسیدن به رنگ زرد روشن دارای طعم و مزه مطبوعی می‌باشد. درختان لیموترش و لیموشیرین، بیشتر در نواحی شمالی و جنوبی ایران پرورش می‌یابند.

خواص درمانی لیموترش:

لیموترش دارای اثر زیادکننده فعالیت گلبول‌های سفید خون در دفاع از بدن می‌باشد. مقوی قلب و سیستم عصبی و سمپاتیک، اثر مدر ضدرماتیسم و نقرس و همچنین آرام‌کننده و ضداسکوربوت، کم‌کننده چسبندگی خون در (رقیق کننده خون تصفیه‌کننده، ضدآسم و بندآورنده خون نیز هست. لیموترش گوهر تمام میوه‌هاست. این میوه خون را تصفیه و مخاط را پاک و ضدعفونی می‌کند. در ضمن کشنده میکروب نیز می‌باشد. ویتامین C موجود در لیمو عامل تقویت نسوج بوده و رگهای موئینه را تغذیه می‌نماید. آب تازه لیموترش اثرات بسیار مفیدی ظاهر می‌کند که به صورت زیر نشان داده می‌شود؛-۱ دارای اثر ضدعفونی کننده آبهای آشامیدنی مشکوک است، اگر بخواهید آب استرلیزه و کاملا ضدعفونی شده بنوشید از این دستور می‌توانید استفاده کنید؛ چند قطره آب تازه لیموی ترش را در لیوان آبی که می‌خواهید بنوشید بریزید، از این طریق می‌توانید آبی کاملاـ پاک و تمیز بنوشید. از این روش در بسیاری از کشورها از جمله آلمان استفاده می‌شود. -۲ اگر به سلامت گوشت و ماهی تردید دارید می‌توانید از آب تازه لیموترش استفاده کنید. -۳ برای اینکه مطمئن شوید شیر بریده است یا نه می‌توانید چند قطره از آب لیموترش در شیر بچکانید و بعد به هم بزنید. اگر شیر حالت دانه دانه پیدا کرد، معلوم است که بریده است و قابل استفاده نیست. -۴ برای تهیه شربت لیموناد قطعات درشت یک لیموترش را در داخل بطری محتوی ۵ لیتر آب وارد کرده و هر روز ۲ بار، آن را تکان دهید. پس پایان ۸ روز مایع را با صافی صاف کرده و در بطری دیگری ریخته و درب آن را گذاشته و به حالت خوابیده نگهداری کرده و موقع مصرف از آن استفاده کنید. -۵ از دم کرده ۲ یا ۳ عدد لیمو با پوست در یک لیتر آب پس از سرد شدن، نوشابه بسیار خوبی به دست می‌آید. -۶ آب تازه لیموترش اثر قلیایی کننده و ضداسیدیته معده را دارد، زیرا لیموترش دارای مقداری پتاس و اسید سیتریک است و هنگامی که این اسید وارد بدن می‌شود و کلسیم تجزیه شده تولید می‌کند در نتیجه دو مولکول اسید کربنیک از بین می‌رود که در قلیایی کردن خون نقش بسزایی دارد. بدین ترتیب مقدار زیادی از ترشی خون از بین می‌رود. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان در این زمینه نشان می‌دهد که این ماده برای سلول‌ها نیز حالت اسیدی دارد زیرا طعم لیموترش مربوط به اسیدهای آلی است که در سلول‌ها به حالت اسیدی باقی نمی‌ماند. مصرف طولانی لیموترش باعث به وجود آمدن کربنات پتاسیم در اعضا می‌شود که شدت اسیدیته مایعات بدن را کم می‌کند به همین دلیل است که زیادی ترشی معده با مصرف شیره رقیق شده لیموترش با آب این حالت را خنثی می‌نماید. در واقع اسید سیتریک طبیعی جذب و اکسیده می‌شود و پس از تغییراتی تولید کربنات و بی‌کربنات‌های کلسیم و پتاسیم و غیره می‌نماید که خود باعث قلیایی نگهداشتن خون می‌گردد. برای رفع لکه صورت و کک و مک اگر آب تازه لیموترش که کمی نمک به آن افزوده شده باشد به‌عنوان لوسیون صورت مورد استفاده قرار بگیرد بسیار موثر است. از این لوسیون دو دفعه در هفته به پوست مالیده شود اثر بهتری روی پوست پدید می‌آورد.

دستور برای دیگر برای شفافیت دندان‌ها این است اگر هر هفته یک بار دندان‌ها را با آب تازه لیموترش مسواک بزنید بسیار موثر است. محل گزش حشرات را با یک قطعه لیموترش مالش دهید که در درمان و رفع ناراحتی‌های آن کمک می‌نماید. برای تقویت لثه‌ها اگر یک برش از لیموترش تازه را بر روی لثه‌ها بمالید باعث تقویت واستحکام آنها می‌شود. برای شادابی و تقویت دستها اگر آب لیموتازه را به کف دستها ریخته و مالش دهید باعث سلامت و شفافیت دستها می‌شود. مصرف اسانس پوست لیمو ترش در موارد ضروری به میزان ۵ تا ۱۰ قطره مخلوط با عسل و یا چکاندن چند قطره آب تازه لیموترش در بینی و تکرار آن برای چند دفعه

در روز در رفع ناراحتی‌های زکـام موثر واقع می گردد. آب لیموترش مخلوط بـا عسـل در دهـان باعث از بین رفتن آفتها و التهابات مخـاط دهـانی می‌شود. همچنین قرقره کردن آب لیموترش برای رفع آنژین‌ها موثر است. کمپرس شیره لیموترش تازه بر روی ناحیه پیشانی و شـقیقه و یا به صورت برش‌های نازك به منظور درد و ناراحتی‌های میگرن بسیار موثر بوده و درد را تسکین می‌دهـد. در مواردی که ناخن‌ها حالت شـکنندگی دارنـد، ناخن‌ها را صبح و شب به مـدت یک هفته با آب تازه آغشته نموده و با پنبه به روی ناخن‌هـا بمالیـد. این حالت برای همیشه از بین می‌رود و ناخن‌ها محکم و سـفت می‌شود. افرادی که دارای پوست چرب هسـتند باید لوسین حاصل از لیموترش را صبح و شب به پوست صورت بمالند و به مدت ۲۰ دقیقه صبر کرده، بعد با آب ولرم شستشو دهند و سپس از کرم مرطوب‌کننـده اسـتفاده کننـد. لیموترش در بسیاری از بیماری‌هـا اثرات مفیـدی را ظاهر می‌کنـد که باعث از بین رفتن بیماری‌هـای عفونی مختلف از جمله: ریوی مربوط به روده، مالاریا، بی‌اشـتهایی، آب آوردن شـکم، رماتیسم و نقرس، دفع رسوبات ادراری و صفراوی، سوءهضم، واریس، چاقی، یرقان و استفراغ می‌شود.

لیمـوترش اثرات مفیـدی در بسـیاری از بیماری‌هـا از جملـه نارسـایی اعمـال کبـد و لوزالمعـده، بالاـ بـودن فشـار خـون، همـوفیلی، خونریزی‌هـای معـده و روده، وجود خون در ادرار، دیسـتانژی دارد. اسـتعمال خـارجی آن در رفع سـینوزیت، آنژین، التهاب مجرای گوش، ضایعات ناشی از سرمازدگی که بیشتر در انگشتان و پاشنه پا حاصل می‌شود و نیز در بهبود زخم‌های عفونی موثر است. یک برش لیموی تازه در داخل یک فنجان قهوه داغ غلیظ بیندازید و بنوشـید، مسـکن بسـیار مقوی است برای سردردهای میگرنی یا اگر آب یـک عـدد لیمو را بـا یك لیوان آب گرم مخلوط نموده و به صورت کمپرس اسـتفاده کنیـد، برای از بین رفتن نفـخ شـکم، دل به‌هم خوردگی و سایر اختلالات هاضـمه و رفع ترشـی معـده مفیـد است. اگر یک عدد لیموترش را با پوست و گوشت و هسـته آن برش برش کنیـد و در نیم لیتر آب داغ بیندازیـد که به مدت یک ساعت بماند، سـپس آن را بیرون بیاورید و بفشارید و آب فشـرده آن را با قنـد و یا در صورت تمایل با عسل میل کنیـد و روزی یک لیوان آن باعث رفع شدن حالات مذکور خواهد شد. آب لیموی تازه مخلوط با نصف لیوان آب و کمی عسل، نوشابه بسیار مفرحی است که برای بیماران تب‌دار بسیار موثر خواهد بود.

مصرف دانه‌های له شده لیموترش مخلوط با عسل در صبح ناشتا در رفع کرمک بسیار نافع خواهد بود. برای رفع برفک و ورم داخل دهان می‌توانیـد به این طریق عمل نماییـد. لیمو و سـماق را از هر کـدام به اندازه ۱۰۰ گرم جوشانـده و صاف کنیـد و بعد آن را در دهـان مزمزه کرده و بعـد بیرون بریزیـد و بـا مصـرف این دسـتور برای همیشه از نـاراحتی این چنینی رهـا می‌شویـد. پـوست لیمو اثر بادشـکن و ضدگازمعـده دارد. بهـتر است برای اسـتفاده از این میـوه از آب آن اسـتفاده کنیـد، میوه لیموترش در درمـان بسـیاری از بیماری‌ها از جمله برونشیت، سـرماخوردگی‌ها، کمردرد، سـنگ‌های کلیوی و سـنگ مثانه مفیـد و موثر است. لیموترش ضـدعطش می‌باشـد و مقـاومت بـدن را در فصل گرما افزایش می‌دهـد. هرچه بیشتر از میوه‌ها و سبزی‌های تازه اسـتفاده کنیم از پوستی شاداب، تنی سالم و روحی شادتر برخوردار می‌شویم.

اثرات درمانی استحمام با مواد مؤثره گیاهان (۲)

استحمام با گیاهان معطر

این حمامهـا محتـوی اسـانس بـوده و از طریق پوست جـذب میشونـد لـذا دارای اثرات موضـعی و عمومی هسـتند و اثر موضـعی آن برجسته است. گیاهان زیر بصورت گسترده‌ای در حمام‌های معطر مورد استفاده قرار می گیرند.

سنبل الطیب (Valerian)

والرین دارای ویژگیهـای آرام‌بخش و خـواب آور است. بنـابراین ترجیحـاً در شب مـورد اسـتفاده قرار می گیرد. گـاهی اوقـات بـاید مواظب بود تا حین اسـتحمام فرد بخواب نرود و در وان سـقوط نکند. دم کرده ۱۰۰ گرم ریشه والرین یا ۲۵۰ گرم تنطور آن به وان

افزوده میشود. میتوان عصاره تام گیاه را توصیه نمود.

باد رنجبویه (Melissa)

بادرنجبویه دارای اثرات آرام‌بخش و شل کننده است و عمدتاً برای بیماریهای قلبی با منشاء عصبی، بیقراری عمومی و مشکلات بخواب رفتن به کار میرود. بهتر است عصاره تام گیاه مورد استفاده قرار گیرد. بجای آن میتوان یک تا دو قاشق غذاخوری از روغن خالص بادرنجبویه را به آب وان افزود.

اکیر ترکی (Calamus)

این گیاه واجد ویژگیهای تونیک عمومی است. لذا استحمام با آن برای ضعف وخستگی عمومی دوران نقاهت، کم خونی، بیماریهای متابولیک و دیابت بسیار مفید است. اکیر ترکی تحریک کننده است لذا بهتر است بهنگام صبح مورد استفاده قرار گیرد نه در شب. بیماران مبتلا به Neurovegetative dystonia و بیماریهای مشابه، می‌توانند استحمام با آنرا صبح شنبه و یکشنبه انجام دهند و بدنبال آن یک ساعت در بستر استراحت نمایند.

اکلیل کوهی (Rosemary)

محتوی کافور (camphor) است که روی سیستم گردش خون و اعصاب تأثیر می‌گذارد و از طریق پوست جذب میشود. موارد مصرف حمام معطر با رزماری عبارتند از : افت فشار خون، اختلالات عروق محیطی، وریدهای واریسی و درد روماتیسمی، کوفتگی و کشیدگی رباطها. دم کرده حاصل از ۵۰ گرم برگ رزماری در نیم لیتر آب به یک وان کامل افزوده میشود. عصاره تام رزماری نیز موجود است. بعلت ویژگیهای تونیک آن، استحمام با رزماری به بهترین وجه در صبح (همانند استحمام با اکیر ترکی) و متعاقب آن استراحت کافی در بستر صورت می‌گیرد.

آویشن (Thyme)

اسانس آویشن بصورت محسوسی جذب و بمقدار زیادی از طریق ریه‌ها دفع میشود. همچنین اسانس تبخیر شده از آب داغ بخور داده میشود. در تمامی موارد مصرف عمومی آویشن استحمام با آن نیز مفید است. برای مثال بعنوان یک برطرف کننده اسپاسم و گشاد کننده برونش‌ها؛ در سرفه‌های مزمن، آمفیزم و کودکان مبتلا به سرفه خروسکی کاربرد دارد.

بابونه (Chamomile)

در مصرف موضعی، بابونه عمدتاً ترمیم زخم را تسریع و اسپاسم مرتبط با هموروئید و تحریک و سوزش ناشی از اگزمای مزمن را برطرف میکند. دم کرده ۱۰۰ گرم از گل‌های بابونه (برای مصارف استحمام) برای استحمام کامل یا یکی از عصاره‌های موجود بابونه به کار رفته است. بابونه بیشتر برای استحمام نسبی و کمپرس مورد استفاده قرار گرفته است. یک روش مرسوم و کاملاً شناخته شده استحمام با بابونه برای هموروئید است. ساده‌ترین روش، قرار دادن گلهای بابونه(باندازه یک کف دست) داخل یک سطل و افزودن ۲ یا ۳ لیتر آب جوش به آن است. آنگاه بیمار روی سطل نشسته و کاملاً آنرا درزگیری می‌نماید ضمن آنکه توسط یک پتو به طور کامل پوشیده شده است.

بومادران (Yarrow)

اثر آن شبیه بابونه و عمدتاً ضد التهاب و ضد اسپاسم است. همچنین دارای مواد تلخ تونیک و تانین میباشد. بومادران عمدتاً برای مشکلات زنان در مواردی که ترشحات زنانه و خونریزی وجود نداشته باشد توصیه شده و بیش از همه برای بیماریهای اسپاستیک درگیر کننده پارامتریوم رحم مصرف میشود و در حال حاضر مصرف داخلی آن برای این منظور مورد بحث میباشد. مصرف خارجی آن عمدتاً برای وان حمام نشسته (Sitz baths) و نیز وان حمام کامل است. همچنین میتوان از عصاره‌های موجود برای استحمام استفاده کرد.

اسطوخدوس (Lavander)

اسطوخدوس (لاوانـد) دارای اثرات تونیـک و محرک عمومی روی سیسـتم عصـبی است. اسـتحمام بـا لاوانـد درمـان منـاسب برای Neurovegetative dystonia است. امروزه مشـخص شـده که رایحه معطر اسانس گیاهان لاواند، بادرنجبویه، رزماری فقط یک اثر مطبوع و آرایشـی نـدارد بلکه واجـد ویژگیهای درمانی است که نبایستی از نظر دور بماند. اثر درمانی لاواند بعلت تحریک اعصاب بویایی است که به مغز انتقال یافته عمدتاً مراکز اتونوم در مغز میانی را تحت تأثیر قرار میدهد.

استحمام با سیلیس(Silica Baths)

سیلیس دارای خواص محرک موضعی است و به نظر میرسـد یک اثر اختصاصـی روی متابولیسم پوست، بافت سـلولی زیر جلدی و لیگمانها و تانـدون‌ها برای مثال بعـد از شکسـتگی‌های مچ پا داشته باشد. اما جزئیات آن به طور کامل شـناخته نشده است. گیاه دم اسب یا کاه جو دو سر مورد اسـتفاده قرار گرفته است. موارد مصـرف عبارتند از : بیماریهای رومـاتیسـمی و عصبی، اگزمای مزمن و درماتیت عصبی، همچنین اختلالات موضعی عروق محیطی، سرمازدگی و تورم بعد از ترومبوز.

استحمام با Hayseed و کیسه‌های Hayseed

(Hayseed (Flores graminis برای درمان روماتیسم مورد بررسی قرار گرفته و استحمام با آن عمدتاً برای درمان بیماریهای روماتیسمی و متابولیک به کار رفته است. جوشانده ۵۰۰ گرم از آن در ۵-۴ لیتر آب به استحمام کامل اضافه میشود. عصاره‌های تام نیز بسیار مفیدند

بابونه برای درمان بی خوابی و رفع کابوسهای شبانه

گیاه بابونه گیاهی معطر است که دارای خواص دارویی ضد حساسیت می‌باشد.

بابونه گیاهی معطر و بادوام است که به ارتفاع حـدود ۳۰ تا۴۰ سانتی‌متر و گاهاً تا ۶۰ سانتی‌متر رشد می‌کند. ساقه آن به رنگ سبز مایل به سـفید، برگ‌های آن کوچک متناوب و دارای بریـدگی‌های باریک و نامنظم و پوشـیده از کرک است. گل‌های آن مجتمع در یـک طبق است که به طور منفرد در انتهـای سـاقه گـل دهنـده در تابسـتان ظاهر می‌شود. در هر طبق گل‌های سـفید در اطراف و گل‌های زرد در قسمت وسط قرار دارند.

از آنجـائی که این گیـاه از قرن‌هـا پیش به دلیـل عطر فراوان در پارک‌ها، باغ‌ها و گـذرگاه‌های اروپا کشت می‌شـده است، از آن به بابونه اروپایی نیز یاد می‌شود.

یکی از ترکیبـات اصـلی تشـکیل دهنـده بابونه روغنی فرار و لطیف و آبی رنگ است که از گل آن به دست می‌آیـد و مسبب عطر خـاص گـل بـابونه است. مصـرف جلـدی این روغن، تـاثیر بسـزایی در ضـدعفونی و برطرف کردن التهاب‌های پوستی دارد و ترمیم آسیب‌های سطحی پوست را تسریع می‌کند. همچنین ماساژ با روغن این گیاه مسکنی موثر برای دردهای سیاتیک است.

گل بابونه تاثیر آرام بخش شـگرفی بر روی سیسـتم عصبی و همچنین دسـتگاه گوارش داشته و نقش قابل ملاحظه آن در درمان بی خوابی و رفع کابوس‌های شبانه شهرت دارد.

اثرضد التهاب، ضد اسپاسم، ضد نفخ، ضدعفونی کننده، ضدحساسـیت، تاثیرات آرام بخش و تسکین دهنده درد و همچنین تقویت دستگاه هاضمه از مهمترین خواص بابونه است.

گفتنی است، بـابونه یـک مـاده ضدحساسـیت طبیعی است و از اثرات ضـدآلرژی بخور آن می‌توان جهت تسـکین آسم، آلرژی‌های تنفسی فصلی، زکام و سینوزیت سود برد.

بخور گل بابونه جهت بهبود آکنه و جوش‌های صورت نیز توصیه شده است.

بابونه مسکنی فوق العاده برای سردرد، میگرن، دندان درد و دردهای عصبی است و به دلیل خواص شناخته شده این گیاه دارویی، به صورت چای کیسه‌ای نیز امروزه در بازار موجود است.

درمان تهوع با زنجبیل

زنجبیل "گیاهی است با نام علمی Zingiber officinalis از خانواده Zingiber aceae (خانواده زنجبیل) که از ریزوم (ریشه) آن استفاده می شود. ریشه‌ها را از زمین خارج نموده و پس از پوست کندن به صورت تازه یا پودر استفاده می کنند. تازه ی آن دارای مقدار زیادی رطوبت است که در اثر گذشت زمان خشک می شود.
در بیشتر بازارهای جهان از جمله ایران، تکه‌های خشک ریزوم (که تقریباً سفید رنگ است) وجود دارد که دارای بوی بسیار نافذی است. این گیاه در ایران وجود ندارد و از هندوستان یا نقاط دیگر وارد می شود. زنجبیل به عنوان معطرکننده و ادویه، یکی از پرمصرف ترین گیاهان خوراکی و دارویی جهان است.
زنجبیل دارای خواص متعددی است اما یکی از خواص مهم آن ضد تهوع بودن است که در بین گیاهان جزء قوی‌ترین‌هاست.
مصرف زنجبیل در زمان تهوع ناشی از مسافرت و تهوع دوران بارداری بین افراد جهان بسیار شایع است.
بسیاری از افراد بعد از سوار شدن به ماشین یا وسایل نقلیه دیگر دچار تهوع می شوند که برای جلوگیری از این حالت می توانند نیم تا یک ساعت قبل از سوار شدن نیم تا یک گرم پودر زنجبیل را مصرف نمایند.
همچنین خانم‌های حامله می توانند همین میزان را اول صبح مصرف کنند تا تهوع ناشی از حاملگی، آن‌ها را ناراحت نکند. مصرف این میزان هر روزه، کاملاً بی ضرر و در حد مصرف خوراکی آن می باشد.
برای خوردن آن می توان پودر زنجبیل را به روی غذا ریخت یا در یک نوشیدنی مثل چای حل نمود و مصرف کرد. البته زنجبیل از مزه ی تند و تیزی برخوردار است و ممکن است بعضی قادر به خوردن مستقیم آن نباشند، به همین دلیل می توان پودر آن را در کپسول‌های خالی ژلاتینی که در داروخانه‌ها موجود می باشند پر نموده و مصرف کرد. کپسول‌های خالی در اندازه‌های ۲۵۰ میلی گرم (یک چهارم گرم) و ۵۰۰ میلی گرم (نیم گرمی) در داروخانه‌ها موجود بوده و جنس آن‌ها ژلاتینی و کاملاً خوراکی هستند.
البته کپسول‌های آماده ی زنجبیل هم در بیشتر داروخانه‌ها وجود دارند.

خواص دارویی سیر

سیر از سبزیهایی است که تاریخی کهن دارد. انسان خواص درمانی این گیاه را پنج قرن قبل از میلاد مسیح شناخته بود. محل کشت سیر، شرق است که میزان وسیعی کشت داده می شود. در ماه فروردین هر یک از پیاز های کوچک سیر را در خاک کاملاً خشک به فاصله ۱۵ تا ۲۰ سانتی متر می کارند و بین ماه های تیر و مرداد، که برگ ها پژمرده شود، جمع آوری می شود.
این گیاه در نواحی مختلف ایران به خصوص در شمال کشور به طور گسترده پرورش می یابد.
اهمیت و خواص سیر در احادیث اسلامی مورد توجه است، از این رو رسول خدا(ص) فرمودند: سیر بخورید و خود را بآن معالجه کنید زیرا در سیرشفا و بهبودی هفتاد مرض و بیماری است.
فواید سیر:
خواصی که دانشمندان (طب قدیم و جدید) برای سیر بر شمرده اند عبارتند از:
سیر اثر نیکویی در ضد عفونی کردن معده دارد، ولی نباید آن را زیاد مصرف کرد.
سیر، رسوبات خون را حل می کند. از این رو مصرف سیر به کسانی که درد مفاصل دارند، نقرس گرفته اند و یا به رماتیسم مبتلا

شده اند توصیه می شود. سیر ادرار را زیاد می کند و فشار خون را پایین می آورد.

سیر، بهترین درمان برای فراموشی و نسیان است، خوردن سیر کدورت ذهن را از بین می برد.

سیر، بهترین تقویت کننده پیاز مغز است و روی مغز تأثیر نیکو دارد. خوردن سیر عضلات قلب را به نشاط می آورد و به وسیله این گردش خون منظم می شود. مصرف سیر مجاری تنفس وخون را پاک می کند و به این وسیله از تنگی نفس می کاهد.

سیر برخی از انواع سل ریوی را معالجه می کند به خصوص وقتی که با شیر ممزوج باشد. سیر، برای معالجه اسهال و برونشیت و سردرد و زکام مزمن و ضعف حافظه و سرگیجه سودمند است.

سیر در برابر امراض بسیاری مانند تب، مقاوم است. سیر، پوست بدن را خوشرنگ و گونه ها را سرخ و روده ها را از عفونت ها پاک می کند (به خصوص در اطفال) و با این خاصیت انسان را در مقابل بیماری تیفوئید و دیفتری محافظت می کند.

سیر، سنگ کلیه را از بین می برد و کرم های نازک شکم اطفال را نابود می کند.

سیر، فلج و رعشه را معالجه می کند و در مورد مالاریا و بی خوابی خیلی مفید است.

برای درمان میخچه و زگیل باید سیر را نرم و به صورت مرهم روی میخچه و زگیل بگذارید، تا همانطور بماند و هر چند آن را تکرار کنید تا به طور کلی میخچه و زگیل از بین می رود.

وقتی حشر ه ای شما را گزید، فوری محل نیش زدگی را با سیر بمالید تا سوزش و درد آن تسکین پیدا کند.

اگر یک بسته سیر را در انبار غلات آویزان کنید و یا روی آن پخش کنید، باعث فرار موش ها خواهد شد.

از دیگر خواص سیر می توان به تقویت دستگاه دفاعی بدن و داشتن خاصیت ضد سرطانی و ضد سرماخوردگی اشاره کرد.

مصرف سیر برای بیماران مبتلا به مرض قند (دیابت) اثر شفا بخش داشته و قند خون را می کاهد.

سیر، اثر سمی نیکوتینی که از دود سیگار حاصل می شود را برطرف می کند. زیرا چنانچه معتادان به سیگار به علت نیکوتین دچار ناراحتی های هاضمه و قلب شده باشند، با مصرف سیر احساس بهبودی می کنند.

خوردن سیر برای درمان رعشه اندام ها و فلج مفید است.

مداومت در مصرف سیر به تدریج باعث ریختن موی سفید و روییدن موی سیاه می شود. سیر پخته را چنانچه بر موی و پوست بمالند کشنده شپش است.

اگر سیر پخته را با شیر مخلوط کرده و از آن مرهم تهیه کنند و در محل آبسه (دمل) قرار دهند برای گشودن هر نوع آبسه و حتی آبسه دندان مفید است. اگر این فرآورده را در محل دردهای مفاصل و قولنج بمالند، درد و ناراحتی را تسکین خواهد داد.

اگر مخلوط سیر با سرکه را بر پوست بمالند ورم اعضا را برطرف می کند.

سیر خرد شده حاوی اسانس گوگردی، بوی تندی دارد که برای دستگاه گوارش خاصیت آنتی بیوتیکی (ضد میکروبی) دارد، اسانس فرار آن در تمام بدن پراکنده می شود و از راه ریه و پوست دفع می شود.

سیر، یک محرک پوستی است و به عنوان خلط آوره در التهاب مخاط برونش ها مصرف می شود.

سیر، یک داروی ضد کرم ضعیف است و برای درمان بیماری تصلب شرایین به کار می رود.

به خاطر بوی نامطبوع سیر بهتر است به طور کامل آن را خرد و در شیر حل کنید. این عمل برای درمان افزایش فشار خون، تصلب شرایین، ناراحتی های گوارشی (اسهال ـ اتساعروده) و التهاب مخاط برونش ها خورده شود. مصرف زیاد دارو و یا آلودگی محیط، سبب تجمع سموم شیمیایی در کبد می شود. مصرف روزانه سیر تازه، از کبد در برابر این سموم محافظت می کند.

بنا بر تحقیقات دانشمندی به نام (Rey) زیاده روی در مصرف سیر، موجب سردرد و ضعف بینایی می شود. برای جلوگیری از این مضرات چند راه پیشنهاد شده است:

الف) پختن سیر در آب و اضافه کردن کمی نمک یا کره یا روغن بادام به آن.

ب) استعمال گیشنیز به همراه مصرف سیر یا بعد از مصرف سیر.

چنانچه در مصرف سیر، مراعات سن، مزاج و فصل نشود، مخصوصاً به حالت خام در مصرف آن زیاده روی شود، برای دستگاه تنفس و بیماری بواسیر مضر است.

تذکر: بهترین راه برای برطرف کردن بوی سیر خوردن سبزی و کاهو است، زیرا کلروفیل موجود در این سبزی ها سیر را دفع می کند

خواص دارویی شلغم

شلغم نه تنها از نظر داشتن ویتامین و خواص معدنی اش ارزنده است، بلکه از حیث سایر ویژگی های غیر غذایی هم سرآمد بوده و در زمره سبزی های مهم شمرده می شود. علاوه برپیازسبزی های لیفی (گیاهان سبز) نیز عوامل عمده پیشگیری از سرطان به شمار می آیند. زیرا آنها همانند کلم پیچ و سایر گیاهان چلیپایی طبق تحقیقات آزمایشگاهی از مواد برخوردارند که رشد سرطان را در جانوران متوقف می سازند. همچنین شلغم روغنی (منداب) که شلغمی بزرگ و زرد رنگ است، دارای مواد ضد سرطانی است.

نکات مفید:

شلغم یکی از بقولات بسیار قوی و مغذی است که به سبب دارا بودن ده درصد مواد قندی و سرشار بودن از املاح مفیدی مانند کلسیم و منیزیم جزو مواد غذایی بسیار با ارزش به حساب می آید.

شلغم یکی از پاک کننده ها و سازنده های خون بوده و چنان که گفته شد، املاح کلسیم و منیزیم موجود در آن موجب جلوگیری از ابتلا به بیماری های خطرناکی مانند سرطان می شود.

هم چنین شورهٔ محتوی در آن باعث تصفیه خون و دفاع بدن در برابر بیماری های عفونی است.

پتاسیم موجود در شلغم، چربی را خنثی می کند و آرسنیک آن در تشکیل گویچه های سفید و قرمز خون دخالت مستقیم دارد. از طرف دیگر فسفر موجود در شلغم، موجب تقویت یاخته های عصبی می شود.

باید دانست که لازم است از برگ شلغم خواه به صورت پخته یا خام در سوپ یا سالاد و یا خوارک های دیگر استفاده شود. نه تنها در برگ شلغم مقدار زیادی کلسیم وجود دارد بلکه علاوه بر آن، این گیاه حاوی مقادیر زیادی آهن و مس نیز هست که سبب ازدیاد خون و به ویژه هموگلوبین می شود. به هر اندازه رنگ برگ شلغم تیره تر باشد، ید بیشتری در آن هست. همچنین وجود ویتامین آ، ب و ث در برگ و ریشه آن، به خوبی نشانگر نقش مؤثر و مهم آن در حفظ تعادل عصبی و به خصوص در تعادل تغذیه آن مؤثر است.

دکتر برتوله ثابت کرده است که عصاره شلغم، حل و دفع سنگ های کلیوی را به علت خاصیت حل کنندگی که بر روی اسید اوریک دارد، تسهیل می کند.

شلغم اثر مفید و مؤثری در درمان بیماری های دستگاه تنفسی دارد. برای این منظور از آش و سوپ آن استفاده می شود. همین طور می توان عصاره آن را به دست آورد. برای این کار شلغم را با شکر سرخ به وزن مساوی در کمی آب می ریزند و به ملایمت حرارت می دهند. طریقه دیگر آن است که وسط شلغم بزرگی را خالی کرده و سکر سرخ را درون آن می ریزید و پر می کنند و می پزند. شکل سوم نیز آن است که شلغم را به حلقه های گرد بریده و پیاز را نیز به همین شکل در می آورند سپس طبقات شلغم و پیاز را در ظرف گردی بر روی حرارت می گذارند و هنگامی که گرم می شود به تدریج شربت آن جدا می شود. این شربت برای درمان سرماخوردگی و گلودرد بسیار نافع است و از آن می توان به عنوان غرغره نیز استفاده کرد که در موارد گلودرد به کار

برده می شود.

دردمل، کورک و هر نوع کانون التهابی و تورمی یا چرکی از ضماد شلغم پخته استفاده شده و بر روی موضع می گذارند.

ترب سیاه هم کلیه خواص شلغم را دارا بوده و حتی در برخی مواقع غنی تر هم هست. بهتر آن است که ترب سیاه و شلغم خام را رنده کرده و به شکل خام میل کنند تا از خواص آنها به طور کامل بهره گیرند

می توان از این دو با سبزی های دیگر نیز به صورت سالاد استفاده کرد.

شلغم ویتامینهای (آ) و (ب) و (ث) و عناصری مانند فسفر، کلسیم، گوگرد، منیزیم و ید دارد.

شلغم حاوی نشاسته و پروتئین و سلولز است و به این سبب نیروزا می باشد.

شلغم برای بیماران مبتلا ـ به بیماری قند مفید است و از خام آن می توان به عنوان انسولین گیاهی استفاده کرد. شلغم خاصیت میکروب کشی و ضد ویروسی دارد. سرفه های خشک را درمان می کند، خلط آور است، در پیشگیری و درمان سرماخوردگی بسیار مفید است، مقاومت بدن را افزایش می دهد.

در فصل زمستان شلغم بخورید ، تا در همه سال در برابر بیماریها بیمه شوید.

خواص دارویی فندق

فندق درختچه ای است به ارتفاع تقریباً ۲ متر که برگ های آن پهن و نوک تیز است. فندق دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدریجاً از آن جدا می گردد.مغز فندق در حدود ۶۰ درصد روغن دارد که به رنگ رزد روشن بوده و دارای طعم ملایم و بوی مطبوعی می باشد.

از روغن فندق در تغذیه، عطر سازی و نقاشی استفاده می شود. مغز فندق مقدار زیادی فسفر دارد.

فندق دارای خواص زیادی است و دارای پروتئین، مواد چرب، کلسیم، فسفر و پتاسیم می باشد. فندق گرم و خشک است و برای بیماری قند مفید است.

این دانه روغنی برای تقویت بدن، روده و معده، سرفه، درد سینه و کبد مفید است. سموم را از بدن خارج کرده و برای ریزش مو و سوزش مجاری ادرار مفید می باشد ولی فشار خون را بالا می برد.

اگر شما فعالیت فکری زیادی دارید بهتر است فندق بخورید چون به دلیل فسفر زیاد مغز شما را تقویت می کند. ولی به خاطر داشته باشید افراط در خوردن این دانه روغنی باعث نفخ و گاز شکم و استفراغ می شود. اگر سرد مزاج هستید بهتر است فندق را با آب و عسل بخورید و اگر گرم مزاجید با سکنجبین میل کنید.

طب گیاهی ، کهن ترین شیوه درمان

طب گیاهی قدیمی ترین شکل درمان است که از سوی بشر شناخته شده و از دیرباز مورد استفاده قرار می گرفته است. استفاده از این روش درمانی در تمامی تمدن ها سابقه دارد و یک جز مهم در پیشرفت علم پزشکی رایج به شمار می رود.

گرایش مجدد مردم به داروهای گیاهی و تولید روزافزون این فرآورده ها از سوی شرکتهای معتبر داروسازی جهان بهانه ای است برای توجه بیشتر به درمان های گیاهی.

استفاده از گیاهان به عنوان دارو برای پیشگیری و درمان بیماری ها از روزگاران کهن مورد توجه متخصصان طب سنتی قرار داشته و تا ابتدای قرن شانزدهم معتبرترین روش برای درمان بیماری ها به شمار می رفته است.

ابوعلی سینا از نخستین دانشمندانی است که در کتاب قانون به شرح و بررسی علمی خواص درمانی گیاهان پرداخته است.

قانون ابن سینا همراه با کتاب الحاوی که از سوی رازی به رشته تحریر درآمد، منابع ارزشمند طب گیاهی بوده و قرنها به عنوان کتاب مرجع مورد استفاده دانشمندان غربی بوده اند. قرن شانزدهم با آغاز نگرش های نوین در علم پزشکی همراه بود.

در نتیجه ظهور این دیدگاه های جدید درمان ، کم کم روشهای درمان بیماری ها با گیاهان کنار گذارده شد و استفاده از داروهای شیمیایی جانشین گیاه درمانی شد؛ اما داروهای تازه هم مشکلات خاص خود را داشت.

عوارض جانبی بسیار زیاد داروهای شیمیایی و گرانی آنها موجب گرایش مجدد مردم به طب گیاهی شد. در قرن اخیر پیشرفت عمده ای در بهره گیری از گیاهان دارویی حاصل شده است و آزمایشگاه های مجهز در سراسر جهان برای بررسی اثرات این داروها به کار و فعالیت مشغولند.

طب سنتی در عصر تجدد

شاید برای بسیاری از مردم قابل تصور نباشد که وجود انواع داروهای شیمیایی در بسته بندی های رنگارنگ حاصل تحقیق بر روی اجزای موثر گیاهان دارویی است. بد نیست بدانید حدود ۲۵ درصد از داروهای تجویز شده از سوی پزشکان در ایالات متحده حداقل شامل یک جزو مشتق از گیاهان هستند.

بعضی از این داروها از عصاره گیاهان تهیه شده و گروهی دیگر از ترکیبات شیمیایی با منشائ گیاهی ساخته می شوند. آمار استفاده از داروهای گیاهی در سالهای اخیر قابل توجه است.

سازمان بهداشت جهانی تخمین می زند که در حال حاضر ۸۰درصد جمعیت جهان یعنی حدود ۴ میلیارد نفر از طب گیاهی در درمان بیماری ها استفاده می کنند.

WHO خاطرنشان می سازد که از حدود ۱۱۹داروی گیاهی حدود ۷۴مورد آن دقیقا همانند کاربرد آنها در طب سنتی مورد استفاده پزشکان قرار می گیرد.

همین موضوع موجب شده است که هم اکنون تحقیقات گسترده ای از سوی شرکتهای داروسازی روی خواص درمانی گیاهان مناطق مختلف جهان انجام گیرد.

هم اکنون مواد مشتق از گیاهان نقش عمده ای در صنعت داروسازی دارند. چنین داروهایی برای درمان بیماری قلبی ، فشار خون بالا، انواع دردهای مزمن ، آسم و دیگر بیماری ها به کار می رود.

به عنوان مثال افدرا گیاهی است که در طب سنتی چینی بیش از ۲هزار سال برای درمان بیماری های تنفسی مورد استفاده بوده است.

وافدرئین که جزو فعال این داروی گیاهی است. سابقا در تهیه داروهایی برای تسکین آسم به کار می رفت. مثال دیگر گیاه (Foxglove گل انگشتانه) است.

خواص درمانی آن از سال ۱۷۷۵شناخته شده و در طب گیاهی استفاده فراوانی دارد. در طب رایج پودر برگ این گیاه به عنوان داروی قلبی برای میلیون ها بیمار تجویز می شود.

داروخانه طبیعت

تنوع گیاهان دارویی در طبیعت به حدی است که دسته بندی علمی آنها را به کاری مهم و در عین حال دشوار بدل می کند. یکی از روشهای طبقه بندی گیاهان دارویی براساس خواص آنهاست که به طور اختصار به آن اشاره می کنیم.

۱-گیاهان مقوی:

این گیاهان در شرایط خاصی برای تقویت بیمار تجویز می شود که عمدتا می توان به دوران نقاهت پس از بیماری حاد اشاره کرد. برخی از این گیاهان حاوی انواع ویتامین ها، مواد معدنی و ترکیبات قندی هستند که در تامین انرژی مورد نیاز بدن متعاقب بیماری

و برقراری تعادل در عملکرد اندامها نقش عمده ای دارند.

۲-گیاهان مدر:

مقدار آب موجود در بافتها تحت تاثیر عوامل گوناگون دچار تغییر می شود. مثال واضح در این زمینه اختلال عملکرد قلب ، ریه و کلیه ها است. علاوه بر این مواردی مثل عادت ماهیانه در خانم ها، تجمع مایعات و ادم را به همراه دارد.

یکی از موثرترین راههای تعدیل آب موجود در فضای بین سلولی و بافتهای مختلف بدن استفاده از گیاهان مدر است که موجب تسکین عوارض ناشی از این بیماری ها می شود.

۳-گیاهان مسهل و ملین:

این گروه از گیاهان برای رفع یبوست و تسهیل دفع سموم به کار گرفته می شوند. گیاهان مسهل از طریق مختلف موجب برطرف شدن یبوست می شوند.

برخی از این گیاهان نظیر ریشه ریوند از طرق افزایش ترشح صفرا و تحریک حرکات دودی روده این کار را انجام می دهند و بعضی دیگر مثل ریشه شیرین بیان و روغن زیتون با تحریک جدار روده موجب برطرف شدن یبوست می شوند.

درباره سایر گروههای گیاهان دارویی باید به آرام بخش ها، گیاهان عرق آور جهت سرماخوردگی و تبها و گیاهان مهوع و قی آور برای تخلیه سریع محتویات معده اشاره کرد که همگی با مشورت و تحت نظر پزشک تجویز و استفاده می شوند.

داروی طبیعی هم گاهی مضر است

نکته مهمی که باید بر آن تاکید شود تصوری است که به اشتباه بین گروهی از مردم رایج است. بسیاری از بیماران ، طبیعی بودن دارو را دلیلی برای بی ضرر بودن آن می دانند.

مطابق این تفکر تمامی داروهای گیاهی و فرآورده های حاصل از گیاهان دارویی بی ضرر و فاقد عوارض جانبی هستند.

متخصصان داروسازی یادآوری می کنند که مصرف داروهای گیاهی همراه با سایر داروهای مورد استفاده بیمار می تواند عکس العمل و عوارض جانبی خطرناکی را به همراه داشته باشد.

بنابراین توصیه می شود همواره و قبل از استفاده از داروهای گیاهی با پزشک خود در این باره مشورت کنید. بعضی از داروهای گیاهی موجب تداخل در قدرت جذب موادغذایی موردنیاز بدن می شوند، در حالی که انواع دیگری از داروهای مذکور موجب افزایش یا کاهش تاثیر یک داروی خاص می شوند.

در این زمینه می توان به داروی تئوفیلین اشاره کرد که برای درمان آسم استفاده می شود. این دارو حاوی گزانتین است که در چای ، قهوه و شکلات نیز یافت می شود. مصرف این موادغذایی به مقدار زیاد همراه با تئوفیلین ممکن است موجب ایجاد مسمومیت دارویی شود.

بعضی از ویتامین ها و موادمعدنی هم اثر داروها را تحت تاثیر قرار می دهند؛ مثلاـ مقدار زیاد کلم بروکلی ، اسفناج و دیگر سبزیجات حاوی ویتامین K، کاهش اثر داروهای ضدانعقادی مثل هپارین و وارفارین را به دنبال دارد. این نکات هنگام مصرف داروها باید بدقت موردتوجه قرار گیرد.

در این خصوص سالمندان و بیماران مبتلاـ به بیماری های مزمن که معمولاـ دو یا چند دارو را به طور دایم استفاده می کنند و مبتلایان به دیابت ، فشارخون بالا، افسردگی و بیماران قلبی از جمله بیمارانی هستند که باید درباره استفاده از داروهای گیاهی حتما با پزشک خود مشورت کنند.

باز هم تاکید می کنیم که طبیعی بودن به معنای بی ضرر بودن نیست و مقدار داروهای گیاهی یا جوشانده ها و ترکیباتی که از گیاهان دارویی تهیه می شود، حتما باید به طور دقیق و تحت نظر پزشک تعیین و مصرف شود.

نکاتی در باره چای سبز

قدمت استفاده از چای به بیش از ۵۰۰۰۰۰ سال قبل میرسد. شواهد گیاهشناسی نشان می‌دهند که هند، چین، برمه و تایلند خاستگاه چای می‌باشند. به نظر میرسد کلمه انگلیسی Tea از کلمه مالاکائی" teh "یا کلمه چینی" t'e "گرفته شده باشد. اصطلاح چینی "Ch'a "منشاء نامگذاری چای در سایر زبانها می‌باشد. هلندی‌ها و پرتغالی‌ها که اولین وارد کننده‌های اصلی چای بودند احتمالاً این نام‌ها را به کشورهای اروپایی و خاورمیانه معرفی نمودند.

چای دارای بهترین کیفیت از جوانه‌های تازه شامل دو یا سه برگ اول بعلاوه شکوفه‌های در حال رشد بدست می‌آید چای با کیفیت پائین که در تهیه چای فوری و brick tea به کار می‌رود از برگ‌های پائین ساقه حاصل می‌شود.

۳ نوع اصلی چای شناخته شده است:

۱- چای سیاه، بیشترین نوع تجاری چای بوده که به فاصله کوتاهی پس از چیده شدن، در طی مراحل خشک شدن و نگهداری دچار اکسیداسیون آنزیمی (تخمیر) می‌شود.

موادی بنام کاتشین (Catechin) و پلی فنولهای موجود در برگ‌های چای تبدیل به ترکیبات قهوه‌ای یا قرمزی بنام تئوفلاوین و تئوروبیجین می‌شوند که موجب می‌شوند چای دم کرده به رنگ سیاه درآید.

۲- چای الانگ (Olang) که به رنگ قرمز یا زرد است و با تخمیر نسبی بدست می‌آید.

۳- چای سبز که دچار تخمیر نمی‌شود و بلافاصله بعد از چیدن از اکسیداسیون کاتشین محافظت می‌شود که اکثر فوائد درمانی چای را به آن نسبت می‌دهند.

از چای سبز در طب سنتی هند به عنوان نشاط‌آور ضعیف، محرک مدر و قابض و در طب سنتی چین بعنوان قابض، تقویت کننده قلب، محرک سیستم عصبی مرکزی و مدر استفاده شده است. سایر کاربردهای سنتی آن در درمان نفخ، تنظیم درجه حرارت بدن، تسریع هضم و بهبود روندهای تفکر بوده است.

نتایج مطالعات بالینی

*بیماریهای قلبی- عروقی: بین محتوی فلاونوئید رژیم غذایی و کاهش خطر بیماری قلبی ارتباط مثبت قوی وجود دارد. موادی مانند چای، پیاز و سیب حاوی فلاونوئید هستند. همچنین مصرف کنندگان چای سیاه فشار خون سیستولی کمتری دارند.

*اختلال عملکرد مغزی : خاصیت ضد اکسیداسیون پلی فنولهای چای سبز ممکن است در اختلالات مغزی یک اثر محافظتی داشته باشد.

*اختلالات چربی: چای معمولاً موجب کاهش چربیهای خون می‌شود اما در همه مطالعات نتایج یکسانی حاصل نشده است.

*اختلالات کلیوی: پلی فنولهای موجود در چای سبز عملکرد کلیه را در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیه بهبود می‌بخشند.

*سرطان: در ژاپن خوردن حداقل ۱۰ فنجان چای در روز با کاهش خطر سرطان معده همراه بوده است. همچنین مطالعات مختلفی در ارتباط با تأثیر مثبت چای در پیشگیری از سرطان لوزالمعده، روده بزرگ، ریه و رحم انجام شده است.

*پوسیدگی دندان: عصاره برگ چای سبز دارای اثرات ضد میکروبی است و از ایجاد پلاک و پوسیدگی دندان جلوگیری می‌کند.

* کاهش وزن: پلی فنولهای چای سبز فعالیت آمیلاز بزاق(آنزیم تجزیه کننده قندها) را مهار می‌کند. جالب است بدانید که چای بدون داشتن عوارض خطرناک داروهای کاهنده وزن میتواند موجب کاهش وزن، اندازه دور کمر و تری گلیسرید خون مبتلایان به چاقی شود.

موارد منع مصرف:

اعتقـاد بر آنست که قبـل و بعـد از دریـافت فرآورده‌های آهن و در شـیرخواران نبایـد از چای سبز یا ترکیبات پلی فنول آن اسـتفاده نمود. شواهـد موجود حـاکی از آنست که مقادیر بیش از ۲۵۰ میلی لیتر در روز بـا سوخت و سـاز آهن تـداخل نموده و موجب کم خونی می‌شود. شواهـدی مبنی بر منع مصـرف در حاملگی وجود ندارد با اینحال باید با پزشک مشورت نمود. مصـرف چای سبز در دوران شیردهی توصیه نمی‌شود.

تداخلات دارویی:

افزایش اثر متی سیلین و بنزیل پنی سیلین، تشدید اثر آسپیرین و سایر داروهای

ضد انعقاد مانند وارفارین (ویتامین K موجود در چای سبز میتواند بر ضد اثرات وارفارین عمل نماید).

عوارض:

مصرف بیش از حد کافئین که در چای سبز و بعضی از عصاره های آن وجود دارد در بعضی از افراد باعث علائمی مانند عصبانیت، بیخوابی و بیقراری می‌شود.

توجهات ویژه:

چای دارای مقادیر کم سدیم و مقدار زیادی پتاسیم است و از آنجا که بیماران مبتلا به بیماری کلیوی مرحله پایانی بایستی مصـرف پتاسـیم خود را محدود نمایند، بایستی به این مسـئله توجه نمایند. علاوه بر این انواع چای ممکن است موجب تحریک بروز آسم در افراد حساس شوند

خواص دارویی کیوی و مضرات آن

کیـوی سـرشار از ویتـامینC می باشــد. مقــدار پتاســیم آن از نظر وزنی تــا حــدی کمــتر از مـوز اسـت. همچنیـن دارای ویتــامین A٬E٬کلسیم٬آهن و اسید فولیک می باشد. یک عدد کیوی متوسط ?? کالری انرژی دارد.

کیوی دارای مقـادیر زیـادی آنزیم حـل کننـده پتاسیم به نـام پاپـایین است که از نظر تجاری برای نرم کردن گوشت مفیـد است اما احتمال دارد برای برخی افراد آلرژی زا باشـد. بویژه افرادی که به آناناس حساسـیت دارند مستعد حساسـیت به این میوه نیز هسـتند. این آنزیم با پختن میوه به سرعت از بین می رود.

به این ترتیب اسـتفاده از کیوی خـام در دسـرهای حـاوی شـیر یـا هر فراورده لبنی دیگر نامناسب است زیرا این آنزیم در عرض چند دقیقه در حالیکه بوی بسیار بدی تولید می کند شروع به حل کردن پروتئین شیر می نماید.

متأسـفانه آنزیمهای کیوی در معـده به وسـیله اسـید معده از بین می رود. اما اسـید معده بعد از خوردن غذاهای گوشتی و لبنی زیاد٬ مقـداری خنثی می شود و آنزیمهای کیوی می تواننـد مدت کوتاهی فعالیت کنند و این زمان کافی است تا مواد پروتئینی در اثر این آنزیمها به قطعات کوچکتری تجزیه شوند و این امر عمل هضم غذاهای سنگین را در معده و روده آسانتر می کند.

کیوی ماننـد قرص آسـپرین موجب رقیق شـدن خون شـده از ایجـاد پلاـک در خون جلوگیری می کنـد. این میوه به دلیـل خاصـیت کاهنـدگی که بر سـطح تری گلیسـیرید دارد " از غلظت خون می کاهد و از تنگ شدن عروق و بروز انواع سـکته ها جلوگیری می کند.

جالب است بدانیـد که ویتامین C در کـاهش علائم بیماری آسم بسـیار موثر است و مطالعات نشان داده کودکانی که در هفته? تا? عدد از این میوه مصرف می کنند دارای علائم تنفسی کمتری نسبت به کودکانی هستند که در هفته فقط ? عدد میل می کنند.

کیوی سیستم حفاظتی بدن را تقویت می کند و از بروز سرطان جلوگیری می نماید.

کیوی با داشتن ویتامینC و اسید قهوه " دو ماده اتساسی ضد سرطان در اختیار می گذارد.

کیوی پادزهر سیگار

سیگاری ها به ویتامین C بیشتری نیاز دارندو زیرا مواد سمی مخصوصاً رادیکالهلی آزاد موجود در دود سیگار ویتامینها را از بین می برد. بنابراین سیگاریها باید حدود٪ ?? بیشتر ویتامین C مصرف کنند. این مقدار با خوردن ? عدد کیوی کسب می شود.

کیوی بمبی علیه استرس:

استرس و کمبود خواب روی بدن انسان اثر می گذارد. هرکس می خواهد به این وضع دچار نشود باید در روز ? عدد کیوی بخورد ?. عدد کیوی را در طول روز تقسیم کنید. مثلاً صبح٬ ظهر٬ بعدازظهرو عصر. چون بدن انسان نمی تواند ویتامین C را ذخیره کند.

?دلیل برای کیوی خوردن وجود دارد:

?- ?گرم فیبر دارد که کلسترول را کاهش داده از سرطان جلوگیری می کند و به کنترل انسولین کمک می نماید.

- ?در مقایسه با یک عدد پرتقال هم اندازه خود " ویتامین C بیشتری دارد.

- ?حاوی مقادیر قابل توجهی آنتی اکسیدان محلول در چربی است(ویتامینAوE) که برای مبارزه با رادیکالهای آزاد مفید می باشد.

- ?حاوی فیتوناتریفت هایی از جمله کاروتنوئید و فلاوونوئید است که تحقیقات نشان داده که DNA را از آسیبهای مربوط به اکسیژن محافظت می کند.

- ?حدود٪ ?? از پتاسیم پیشنهادی روزانه را داراست (حدود ??? میلی گرم) .

- ?حاوی مقادیر زیادی فولات است که بدن را در مقابل بیماریهای قلبی " سرطان و غیره محافظت می کند و برای شکل گیری هموگلوبین حامل اکسیژن ضروری است.

مضرات:

کیوی دارای مقدار زیادی اگزالات است که موجب تشکیل سنگ در کلیه و کیسه صفرا می شود. به همین دلیل بار یافراد مستعد سنگ کلیه و سنگ صفرا مضر است.

بهترین روش نگهداری:

هنگام خرید این میوه آن را در میان انگشتان خود قرار دهید و در صورتی که بر اثر فشار جزئی " نرمی زیر دستان خود احساس کردید از خرید آن صرفنظر کنید. این میوه را می توانید در دمای اتاق نگهداری کرده و به مدت چند روز ذخیره کنید.

هرگز این میوه را کنار سیب " گلابی و سیب زمینی قرار ندهید زیرا از این میوه ها گازی متصاعد می شود که موجب رسیدن بیش از حد این میوه می شود.اما اگر نارس باشد می توان ان را در کنار میوه های ذکر شده قرار داد تا فرایند رسیدن تسریع شود.هرگز به اندازه میوه توجه نکنید و تصور نکنید میوه بزرگتر ارزش تغذیه ای بیشتری دارد.

طرز تهیه دسر با کیوی:

مواد لازم:

کیوی ? عدد

سیب ? عدد

نعناع تازه به میزان دلخواه

یخ به میزان لازم

کیوی و سیب را خرد کرده و در مخلوط کن به صورت پوره درآورید. سپس آن را در ظرف یا لیوان مورد نظر ریخته به ان یخ

اضافه کرده و با نعنای تازه و تکه های سیب و کیوی تزیین و سرو کنید.

خواص درمانی یک ساقه ترش و ملس

نویسنده:فاخره بهبهانی

ریواس یک گیاه علفی است که دارای ساقه‌های لطیف، آبدار و طعم ترش است که بیشتر برای تهیه کمپوت و مربا از آن استفاده می‌شود. ریواس غنی از فیبر، پروتئین، کربوهیدرات، قند، ویتامین A، B، C و موادمعدنی سدیم، پتاسیم و کلسیم است. بهترین ریواس را ریواس ایرانی سفید و عده‌ای ریواس چینی و قرمز مایل به جگری می‌دانند. کمپوت و مربای ریواس، خنک، ملین و کرم‌کش است. یک لیوان شربت ریواس، ۳۸۵ کیلوکالری انرژی دارد.

ریواس ملین و مسهل است و به عنوان داروی ضد یبوست عصاره آن را خصوصا برای کودکان مصرف می‌کنند. همچنین به دلیل خاصیت مدر بودن به مبتلایان به سنگ کلیه و مثانه آن را توصیه می‌نماییم.

یکی از مهم‌ترین خواص برگ‌های ریواس آن است که لوزالمعده را وادار به ترشح انسولین کرده و قندخون را کاهش می‌دهد لذا، برای مبتلایان به قندخون سودمند است.

کمپوت ریواس به هر معده‌ای می‌سازد و حتی بچه‌ها هم می‌توانند آن را هضم کنند. باعث تقویت معده، روده و کبد شده و تنظیم‌کننده ترشحات و حرکات معده است. ضمنا نفخ شکم را برطرف نموده و رطوبت زیادی معده را رفع می‌کند همچنین برای تصفیه خون نیز مفید است.

جهت خفقان، سردرد، یرقان و درد کلیه و رحم موثر است.

نوشیدن شربت ریواس برای درمان کم‌خونی و بی‌اشتهایی به دلیل وجود مقداری آهن مناسب بوده و تقویت‌کننده خوبی است. حتی برای تقویت و ضعف بیماران مناسب است.

چند توصیه

ریواس ۱ تا ۲ روز نگهداری می‌شود و برای نگهداری طولانی‌تر آنها را منجمد می‌کنند.

ریواس دارای مقدار زیادی پتاسیم اگزالات است و نباید در ظروف مسی پخته شود.

ریواس را بهتر است تازه مصرف کنید چراکه پس از گذشت یک سال بتدریج اثر دارویی آن کم می‌شود.

زیاده‌روی در خوردن آن اعصاب را ضعیف می‌کند و در سرد مزاجان باعث قولنج می‌شود.

بعضی از پزشکان معتقدند که چون در ریواس مقدار زیادی اگزالات وجود دارد از این جهت این دارو را نباید مبتلایان به سنگ کلیه اگزالاتی مصرف نمایند.

خوردن ریواس برای اطفال و اشخاصی که بنیه ضعیفی دارند زیان دارد همچنین مبتلایان به درد سینه و سرفه باید از خوردن آن پرهیز کنند. آنهایی که غذا را ترش می‌کنند و مبتلا به سوءهضم هستند همچنین در افرادی که بواسیر دارند به علت این که احتقان خون می‌آورد، باید از خوردن آن پرهیز کنند.

ریواس در زنان آبستن و شیرده باید تحت نظر پزشک و بااحتیاط مصرف شود.

برخی افراد ممکن است نسبت به برگ‌های ریواس حساسیت داشته باشند و مسموم شوند، علتش هم وجود پتاسیم اگزالات زیاد در آن است. البته سطح اگزالات در ساقه‌های این گیاه پایین‌تر از برگ‌های آن است و مشکلی از لحاظ سمی بودن ایجاد نمی‌کند.

درمان انواع بیماریهای جنسی با گیاهان دارویی

روش های درمان

الف:در درمان انواع ناتوانی های جنسی (کندی و سستی نعوظ و.....) عسل و زنجبیل موثر واقع میشود. مصرف زنجبیل برای هر وعده ۵ گرم (یک قاشق چایخوری) است که باید با یک استکان عسل مخلوط گردد و روزی سه قاشق مربا خوری مصرف شود.

ب: قرنفل. عود. فلفل. از هر کدام ۱۰ گرم نرم ساییده و با ۲۵۰ گرم عسل و یک گرم زعفران مخلوط کنید و روزی سه قاشق مربا خوری میل نمایید. برای دیر انزال شدن و سستی کمر نافع است.

ج:زعفران ۱گرم . زیره ۱۰ گرم. مغز گردو یا بادام ۱۰۰ گرم . همه را خوب بکوبید و با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط نمایید و روزی دو قاشق غذاخوری بعد از صبحانه و شام میل نمایید. برای رفع ناتوانی جنسی و افزایش تمایل و قدرت جنسی بسیار مفید است.

د:قدامه شیرازی ۱۵ گرم . تخم شاهی و پیاز هر کدام ۵۰ گرم .همه را کوبیده با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط نموده و روزانه سه قاشق مربا خوری میل نمایید. زیاد کننده شهوت است.

ه: کسانی که مبتلا به ضعف قدرت تناسلی . سرعت انزال و یا عدم نعوظ هستند اگر به مقدار ۲ جو مومیایی را در ۴۰ گرم عسل حل کرده و میل نمایند و سه روز ادامه دهند به حد اعلا از این بابت تقویت خواهند شد.

مومیایی دارویی است کمیاب و ذیقیمت و در مداوا سریع الاثر . بهترین نوع مومیایی آن است که از کوههای استان فارس به دست میاید هم خوراکی است و هم به صورت ضماد به کار میرود.

افراد مسن که به ضعف قوه باه مبتلا هستند . روغن زیتون عتیق را با عسل از هر کدام ۷۵ گرم مخلوط نموده . سه روز روزی سه قاشق مربا خوری بخورند یا یک قاشق چای خوری پودر تخم شاهی را با یک استکان عسل روزی سه بار هر با یک قاشق مربا خوری میل نمایند.

درمان خستگی جنسی

خوردن یک لیوان آب لیمو با عسل پس از هر آمیزش جنسی برای زن و مرد بسیار موثر واقع میشود و مقداری از انرژی از دست رفته را جبران میکند.

تقویت اسپرم

الف: کسانی که اسپرم آنها خیلی ضعیف است و بچه دار نمیشوند میتوانند از معجون زیر (شیر+ عسل+تخم مرغ+پیاز) یک روز در میان و به مدت یک ماه استفاده کنند و نتیجه اش را ببینند. ضرر ندارد.

ب: دو قاشق آب پیاز . دو قاشق عسل را در یک لیوان شیر حل کرده و قبل از خواب میل نمایند. بهترین داروی محرک قوه باه و ازدیاد اسپرماتوزوئید است.

درمان بیماریهای معده با گیاهان

روش های درمان

الف: با آرد گندم و عسل و زعفران حلوا درست نموده و میل نمایید.

ب: ریشه و برگ تازه کرفس را کوبیده و با مقدار کافی عسل مخلوط نموده و روزی سه بار هر وعده یک قاشق مربا خوری بعد از غذا میل نمایید .

ج: شیر و عسل برای معده بسیار نافع است و روده ها را نرم میکند. به سالمندان توصیه میشود اگر میخواهند شیر در معده آنها سریع تر هضم شود با عسل میل نمایند.

درمان زخم معده

روش های درمان

الف: انجیر و عسل را به نسبت مساوی مخلوط نموده و میل نمایید بسیار نافع است.

ب: ۲۰ گرم برگ و ریشه کاسنی را در یک لیتر آب بجوشانید و صاف کرده آن را با عسل صبح ناشتا دو فنجان میل نمایید.

ج: هر روز صبح ناشتا یک قاشق غذاخوری عسل میل نمایید.

درمان درد معده

امام صادق (ع) فرموده است "خوردن عسل با آب گرم درد معده را برطرف میکند".

هنریش و رویز در کاوشهای خود در سالهای مختلف عسل را برای درمان دردهای معده مفید دانسته اند.

درمان نفخ معده

امام صادق (ع") خوردن عسل با سیاه دانه جهت رفع گازهای شکم (نفخ معده) مفید است"

روشهای درمان

الف: کره و عسل برای نفخ معده مفید است.

ب: یک قاشق چای خوری پودر زنیان را با یک استکان عسل مخلوط نموده و بعد از هر وعده غذا یک قاشق چای خوری میل نمایید.

ج: تخم کرفس ۱۵ گرم . بادیان (رازیانه) ۱۰ گرم . زنیان ۱۰ گرم . همه را نرم کوبیده و با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط نمایید و روزی سه قاشق مربا خوری بعد از غذا میل نمایید.

درمان ترش کردن معده

در موقع ترش کردن معده و باد گلو (آروغ زدن) و بدون اراده آب از دهان جاری شدن که از علایم سردی معده است جهت معالجه باید تا بهبودی کامل صبح ناشتا به میزان یک قاشق مربا خوری عسل میل نمایید.

درمان آروغ زدن (سکسکه)

روش های درمان

الف: فلفل سیاه نیم مثقال. زنجبیل نیم مثقال. سراب یک مثقال . گل ارمنی یک مثقال . همه را نرم کوبیده و با یک استکان عسل مخلوط و روزی سه قاشق چای خوری میل نمایید.

روزی یک قاشق چای خوری میل نمایید و پس از بهبودی مصرف را قطع کنید.

درمان ورم معده

سه قاشق غذاخوری پودر ریحان را در یک لیتر آب دم کرده و صاف کرده آن را با ۲۵۰ گرم عسل مخلوط روزانه سه استکان مصرف کنید درمان کننده ورم معده . روده و یبوست است.

میوه درمانی

نویسنده:فرزانه محمدحسینی

یک عدد موز= یک کیلو گوشت

موز گیاهی است علفی دارای ظاهری درختچه مانند با برگ های بسیار بزرگ و پهن که به طول ۱/۲۰ تا ۲ متر می رسد. گل های مجتمع به صورت سنبله بزرگ به طول نزدیک به یک متر دارد. میوه اش گوشتدار، باریک و دراز و خمیده و سه گوش، در آغاز به رنگ سبز است ولی پس از رسیدن مایل به زرد می شود. پرورش آن امروزه به علت میوه مطبوعی که دارد در غالب نواحی حاره

ای و همچنین در جنوب ایران معمول است. انواع آن در بلوچستان پرورش می یابد. این گیاه در زبان عربی طلح نام دارد. موز را بنان هم گویند.

ترکیبات شیمیایی:

مواد اصلی و سازنده موز نارس به شرح زیر می باشد. میوه نارس: آب ۷/۹۲، میوه رسیده: ۶۷/۷۸ میوه نارس: آمیدون ۱۲/۰۶، میوه رسیده: بسیار جزئی. میوه نارس: قند قابل تخمیر ۸درصد، میوه رسیده: ۲۰/۴۷ میوه نارس: ساکاروز ۱/۳۴، میوه رسیده:۵۶ /۴، خاکستر حاصل از آن در موز نارس: ۱/۰۴، در میوه رسیده: ۰/۹۵ است. موز دارای ۹درصد کلسیم، ۳۱ درصد فسفر، ۲۸ درصد منیزیم، ۴/۰۱ درصد پتاسیم، ۰/۰۰۶ درصد آهن و سدیم، روی و تانن است. ویتامین های موجود در موز عبارتند از A، B، ۱B، ۲B، ۶B، C، PP و E خال هایی که بر روی پوست موز وجود دارد تقریبا موز را به رنگ قهوه ای تیره درخواهند آورد. این حالت باعث می شود که مقدار قند در آن در اثر ماندگاری طولانی افزایش یابد و طعم آن اگر برای مدت زیادی نگهداری نشده باشد شیرین تر و مطبوع تر می شود. موز از نظر غذایی ارزش زیادی دارد به طوری که حتی آن را مغذی تر از سیب زمینی و گوشت می دانند. مطالعات انجام شده توسط دانشمندان نشان می دهد که یک عدد موز تازه و رسیده به اندازه یک کیلو گوشت ارزش غذایی دارد. در بعضی از منابع دیگر آمده که موز میوه ای گرم و پرانرژی است وارزش غذایی آن برابر گوشت می باشد. فقط چربی و کلسیم کمتری دارد. هر ۱۰۰ گرم موز معادل ۱۰۰ کالری انرژی ایجاد می کند. موز را باید زمانی مصرف کرد که کاملارسیده و پوست آن به رنگ زرد درآمده باشد. هضم آن اگر به حالت رسیده باشد به سهولت صورت می گیرد، مشروط بر آنکه این عمل به طور مصنوعی انجام نگرفته باشد. غلظت ویتامین های A و C موجود در موز به بهترین وجهی برای جذب شدن در بدن آماده می باشد. موز را باید خوب جوید. موز برای ازدیاد مقاومت بدن قبل از عمل و بعد از آن بسیار سودمند است و در تقویت اعصاب اثر بسیار زیادی دارد. خوردن آن به کسانی که کارهای بدنی و همچنین کارهای فکری دارند و نیز به کودکان و افراد سالمند توصیه می شود. در افزایش هوش و حافظه هم بسیارمفید بوده، ملین در سوءهاضمه و یبوست می باشد. کسانی که می خواهند غذای حیوانی نخورند موز میل نمایند، این میوه تازه و رسیده اش برای اطفال و اشخاصی که تازه از بستر مریضی برخاسته اند بسیار غذای خوبی است. خوردن موز برای معده زحمت زیادی ندارد و در ضمن قدرت غذایی آن بسیار است. اگر بچه ها به جای استفاده از شیرینی ها و تنقلات کم کالری و پرحجم و مواد خوراکی موذی بتوانند از این میوه بسیار مرغوب استفاده کنند به سالم ماندن بدن خود کمک بسیاری می کنند.

خواص درمانی:

رشیه موز طعم گس و اثر ضدکرم دارد. این میوه مقوی و اشتهاآور بوده و با طعم مطبوع اثر مفیدی در تامین رشد و نمو و برقراری تعادل عصبی دارد. مصرف روزانه آن در درمان ضعف قوا مخلوط با عسل توصیه شده و در شستشو و سلامت کبد و کلیه ها موثر دانسته شده است. این میوه نیرودهنده دستگاه تناسلی هم در مردان و هم در بانوان می باشد. صمغ حاصل از گیاه جوان مخلوط با آب برای درمان اسهال مفید می باشد. از شیره این گیاه در بعضی نواحی جهت دفع ناراحتی های عصبی مانند هیستری، صرع و غیره استفاده می شود. جوشانده برگ گل و همچنین له شده ساقه گیاه را جهت درمان سوختگی ها بر روی عضو زخم شده مالیده شودبسیار نافع است زیرا که باعث التیام می شود. مصرف آن به علت مدر بودن برای درمان استسقاء بین مردم معمول است.

توجه: به علت دارا بودن مقدار زیادی قند و هیدرات های کربن، خوردن موز برای کسانی که دچار بیماری قند (دیابت) می باشند و کسانی که چاق هستند، مضر است. بیاییم سبزی ها و میوه ها را در سبد غذایی خود و خانواده مان بگنجانیم.

سیر و خواص طبی آن

نام علمی: Allium sativum

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد . قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می باشد . برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گلهای آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود . سیر وپیاز رابطه ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می باشد .

در مصر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار می رفته است . هومر شعر باستان در نوشته های خود از آن یاد برده است .

مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می شناختند و از آن استفاده می کردند . بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است .

سه نوع سیر وجود دارد :

۱–سیر آمریکایی بنام Greole نامیده می شود . این نوع سیر دارای پوست سفید بوده و از انواع دیگر قوی تر است ۲–سیر تاهیتی که از بقیه درشت تر است و گاهی قطر آن به ۸ سانتیمتر می رسد .

حضرت محمد (صلی الله علیه واله) برای سیر ۷۰ خاصیت مختلف قائل شده اند و می فرمایند :

از سبزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دوای هفتاد درد است اما آنکس که سیر وپیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود .(به علت بوی دهان)

خواص داروئی:

سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می شود برای تغییر طعم غذا مصرف می شود .

۱)سیر بادشکن وضد عفونی کننده است .

۲)خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می دهد .

۳)سیر کرم کش است .

۴)سیر محرک و تقویت کننده بدن است .

، برای درد گلو میتوانید یک حبه از سیر را رنده کرده و یک قاشق مربا خوری آبلیمو به آن اضافه نمایید سپس میل کنید، اگر این کار را چند بار انجام دهید برای درد گلو داروی مفیدی میباشد. سیر داروی سرماخوردگی و زکام است ۶)سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد

۷)سیر خون را رقیق می کند

۸)سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد

۹)خوردن مداوم سیر لقوه و رعشه را از بین می برد .

۱۰)سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را خوب می کند.

۱۱)سیر درمان کننده دردهای مفاصل ، سیاتیک و نقرس می باشد .

۱۲)سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است .

۱۳)آنهائی که قطره قطره ادرار می کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود .

۱۴)سیر زخم های ریه و درد معده را از بین می برد .

۱۵)سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد .

۱۶)سیر را با زیره بپزید برای تقویت دندان مفید است .

۱۷)مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد .

۱۸)سیر را بسوزانید وبا عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است .

۱۹)سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است .

۲۰)برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید .

۲۱)جهت رفع دردهای رماتیمسی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است .

۲۲)جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید :

مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود . مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است .

۲۳)جدیدا در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضدعفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده میکنند .

۲۴)پاستور پزشک معروف فرانسوی آزمایشات زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تائید کرده است ۲۵)سیر ضد انعقاد و لخته شدن خون است .

۲۶) در شوروی سیر بنام پنی سیلین معروف است و معمولا هنگامیکه آنفولانزا شیوع دارد، مصرف آن بالا می رود درچندسال پیش که آنفلوانزا شیوع پیدا کرد مردم شوروی ۵۰۰ تن سیر مصرف کردند .

۲۷)خوردن سیر سلولهای سرطانی را از بین می برد .

۲۸)یکی از دانشمندان آمریکایی که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحققی می کند معتقد است که سیر روی مرض ایدز اثر مثبت دارد .

۲۹)مصرف سیر مقدر کلسترول خون را پائین می آورد . مقدار LDH را کاهش می دهد . مقدر مصرف سیر برای این منظور ۳۰ گرم در روز است . جالب است که با مصرف سیر در چند ماه اول مقدر کلسترول ممکن است بالا رود و این بدین علت است که کلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون می شود که از آنجا دفع گردد بعد از اینکه کلسترول بحالت نرمال رسید باید برای نگهداری آن روزی نصف سیر خام مصرف کرد . گ

۳۰)خوردن سیر از سرطان جهاز هاضمه جلوگیری می کند .

۳۱)چینی ها قرن هاست که برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند .

مضرات :

سیر با آنکه خواص بسیاری دارد باید بحد اعتدال مصرف شود زیرا استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد ، ضعف نیروی جنسی ، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود . سیر برای آنهائیکه اسهال دارند مضر است .

آنهائیکه معده ضعیف دارند و بطور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند .

کسانیکه یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع مضرات آن سیر را باید با آب و نمک پخته و کمی به آن روغن بادام یا کره اضافه کنید تا مضر نباشد .

خواص طبی سیر :

سیر از مدت‌ها پیش، برای کاربردهای پزشکی مورد استفاده قرار گرفته است و بیشترین مورد استفاده آن در سال‌های اخیر برای

موارد قلبی – عروقی و خاصیت ضد میکروبی آن بوده است. ترکیبات سولفور شامل آلیسین، ظاهرات ترکیبات فعالی در ریشه پیاز گیاه سیر است. مطالعات نشان دهنده تاثیرات مهم اما علائم کاهش دهنده چربی و فعالیت ضد پلاکتی هستند. معمولا اثرات جانبی مصرف سیرخفیف و غیر متداول است. سیر ظاهرا تاثیری بر متابولیسم داروها ندارد، اما بیمارانی که از داروهای ضد انعقاد استفاده می کنند، باید در مصرف سیر احتیاط کنند. از این رو افرادی که جراحی می کنند باید ۷ تا ۱۰ روز پیش از جراحی از خوردن سیر خودداری کنند چرا که سیر زمان خونریزی را طولانی تر می کند. سیر هزاران سال برای اهداف پزشکی مورد استفاده داشته است. این گیاه حداقل ۳۰۰۰ سال در طب چین کاربرد داشته است. مصریان، بابلی‌ها، یونانی‌ها و رومی‌ها از سیر برای موارد شفابخش استفاده می کرده‌اند. در جنگ‌های جهانی اول و دوم نیز از سیر بعنوان ماده ضد عفونی کننده برای پیشگیری از قانقاریا استفاده می‌شود. در طول تاریخ، سیر در سرتاسر دنیا برای درمان ناراحتی‌های مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزیدگی‌ها استفاده شده و برخی فرهنگ‌ها از آن برای دفع ارواح شیطانی استفاده می کردند. در حال حاضر از سیر برای کاهش میزان کلسترول و کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی – عروقی و نیز برای بهره مندی از خواص ضد میکروبی آن استفاده می‌شود. پیاز ریشه گیاه سیر مصرف پزشکی دارد. از آن می‌توان به صورت تازه، خشک و یا روغن گرفته شده استفاده کرد. از آنجا که برخی ترکیبات مفید در این گیاه در اثر حرارت دیده غیر فعال می‌شوند، لذا سیر پخته قدرت طبی کمتری دارد. سیر تاکنون در سطح وسیعی در آزمایش‌های بالینی بر روی حیوانات و انسان و در لوله آزمایش و در بررسی‌های اپیدمیولوژیک برای خواص چندگانه پزشکی آن مورد مطالعه قرار گرفته است. کیفیت آزمایش‌ها بر روی انسان متفاوت بوده است که مقایسه را در آزمایش‌های مختلف دشوار کرده است. در بسیاری از آزمایش‌های کلینیکی متنوع و اتفاقی تاثیرات سیر برروی سطح لیپید (چربی) مطالعه شده است. در آزمایشاتی در سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۴ صورت گرفت، مشخص شد که مصرف سیر در کاهش سطح کلسترول خون نقش اساسی دارد. بر اساس توصیه‌های مهم کلینیکی، به بیماران گفته می‌شود که سیر تاثیر خفیف و کوتاه مدت در کاهش چربی خون دارد. بیمارانی که سابقه ابتلا به بیماری ترومبوس (تشکیل لخته خونی در عروق یا قلب) را دارند باید بدانند که سیر می‌تواند تاثیر اندک اما مهم به روی تجمع پلاکت‌ها داشته باشد. به علاوه باید به بیماران توصیه شود که این گیاه خاصیت کاهش خطر ابتلا به سرطان بویژه سرطان معده و روده را دارد.

خیار تصفیه کننده خون

خیار گیاهی علفی دارای ساقه خوابیده پوشیده از تارهای خشن و برگ‌های بزرگ و زاویه‌دار و دندانه‌دار می‌باشد، بوته خیار پیچک‌دار و گل های زرد رنگ درشت بر دو نوع نر و ماده واقع بر روی یک پایه سوار است، میوه‌اش سبزرنگ و به تناسب نژادهای مختلف ممکن است کوچک یا باریک و یا خیلی بزرگ و به طول نیم‌متر باشد. به طور کلی خیار در همه نواحی پرورش می یابد.

ترکیبات شیمیایی:

خیار دارای ویتامین‌های A، B، C و همچنین منگنز، کربنات کلسیم، پتاسیم، سدیم و کلر است، روغن دانه خیار دارای اسیدهای چرب اشباع شده اسید استئاریک ۷/۳ درصد، اسید پالمیتیک ۸/۶ درصد و اسیدهای اشباع نشده مانند: اسید اولئیک ۵/۵۸ درصد لینولئیک ۳۱ درصد است. روغن دانه خیار در مصارف صابون‌سازی استفاده می‌شود و دانه عاری از پوسته آن پس از استخراج روغن به مصارف تغذیه حیوانات می‌رسد و به علت داشتن مواد پروتئینی به مقدار ۵۰ درصد ارزش غذایی زیاد دارد.

خواص درمانی:

خیار دارای اثر مدر تصفیه کننده خون و حل کننده اسید اوریک است. با سائیدن مغز دانه خیار در مقدار کمی آب و رقیق کردن

آن امولسیونی تهیه می‌شود که اثر آرام کننده دارد و کسانی که دارای معده ضعیف هستند باید از این میوه کمتر استفاده کنند، دانه خیار اثر ضد کرم را نیز دارد، بخصوص آب خیار برای درمان و رفع یرقان بسیار مفید است. مصرف خیار نارس و نازک بهتراست زیرا هم برای بیمارانی که مبتلا به مرض قند هستند مفید است و هم درجه قلیائیت را بالا می‌برد و هم تب‌های صفراوی را درمان می‌کند. در ضمن دوست کبد نیز می‌باشد.

خیار یا خیار چنبر برای برطرف کردن بیماری‌های صفرا، فشار خون، التهاب حرارت داخلی و سنگ مثانه بسیار مفید است. در پوست این میوه مقدار فراوانی کلروفیل و ویتامین C وجود دارد که مصرفش باعث ازدیاد خون و همچنین باعث تقویت عضله قلب می‌گردد. برای همین بهتر است از خیارهای کوچکتر و نازکتر استفاده شود و در صورت امکان با پوست خورده شود. آب خیار نه تنها برای پوست‌هایی که دچار خارش می‌شوند مفید است، بلکه به حفظ شادابی پوست کمک می‌کند، اگر مقدار ۲۵۰ گرم آب خیار را با شکر، شیرین کنید و آن را بنوشید، اثر صفرا را در بدن به کلی از بین می‌برد. تخم خیار، هم برطرف کننده صفرا و هم درمان کننده تب‌های گرم است. در استعمال خارجی می‌توان از آب خیار برای حفاظت و بهداشت پوست صورت استفاده کرد. اگر پوست خشک باشد به مقدار مساوی باید از این دستور استفاده کرده آب مقطر، شیر تازه و همچنین شیره خربزه را مخلوط نموده هر شب قبل از خواب صورت را با آن به ملایمت مالش دهند. برای کسانی که پوست صورت آنها منافذ باز و ظاهر ناپسند پیدا می‌کند می‌توانند طبق دستور زیر بدان عمل کنند؛ دانه خیار، خربزه و کدو را به مقدار مساوی اختیار کنند و هر یک را به طور جداگانه آسیاب نمایند، سپس با یک قاشق سوپ‌خوری از هریک جداگانه در شیر یا در کرم ساده وارد کرده و به طور یکنواخت درآورند و پس از مخلوط کردن آنها باهم نوعی ماسک صورت تهیه می‌کنند که اگر همین ماسک حدود نیم‌ساعت بر روی پوست صورت باقی بماند و بعد از نیم ساعت با گلابی که گرمای ملایم داشته باشد پاک کنند باعث لطافت و تقویت و شادابی هرچه بیشتر پوست می‌شود. بیاییم با کمک سبزیجات و میوه‌جات، سلامتی را برای خود به ارمغان بیاوریم.

یبوست را به راحتی درمان کنید!!

نویسنده:دکتر محمد رضا رضوانی

سنا و پیشگیری

سنا یکی از معروفترین داروهای گیاهی است که سوء مصرف از آن بسیار شایعتر از مصرف صحیح آن است سنا در پیشگیری از بروز

* یبوست

* اگزمای فصلی

* رماتیسم

موثر می باشد.

خانواده:

Caesalpinaceous

پراکندگی:

نوع بومی aculifolia آفریقای شمالی و نوع angustifolia بومی‌هند است.

بخشهای مورد استفاده:

برگ و میوه که برگ آن موثرتر است.

ترکیبات شیمیایی:

آنترانوییدها Anthranoids (سنوزاید Sennoside A,B) گلیکوزید انتراکینولون Anthraquinone glycoside ونمک های تارتاریک اسید Tartaric acid salts (موسیلاژ)

خواص:

* جلوگیری از بازجذب آب و املاح از روده:با افزایش میزان املاح معدنی در روده الکترولیتها) و جلوگیری از بازجذب آب حجم مدفوع افزایش یافته و منجر به اسهال می‌شود.

* افزایش ترشح کلر به داخل روده: افزایش ترشح کلر منجر به اسهال ترشحی می‌شود.

* افزایش حرکات روده

موارد مصرف:

پیشگیری

* از بروز یبوست: در افرادی که کوتاه مدت باید اجابت مزاج نرم داشته باشند (مثل بواسیر و شقاق)

درمان

* یبوست: ازمسهل‌هایی است که بصورت خوراکی در عرض ۵تا۷ساعت اثرش ظاهر می‌شود. {(خوراکی) معادل وکمکی}

* چاقی: در رژیم‌های لاغری از این گیاه استفاده و سوء استفاده میشود.{(خوراکی) کمکی}

* رماتیسم: در درمانهای رماتیسم بعنوان پاک‌کننده بدن از مواد زاید همراه با داروهای دیگر در دوره‌های کوتاه مدت مورد مصرف دارد.Anti dyscratic therapy {(خوراکی) کمکی}

* اگزما : بعنوان پاک‌کننده بدن از مواد زاید در کوتاه مدت استفاده میگردد. {(خوراکی) کمکی}

موارد احتیاط ومنع مصرف :

* در انسداد روده منع مصرف دارد.

* در التهاب دستگاه گوارش مثل ورم معده، ورم روده، روده تحریک‌پذیر ممنوع است.

* در بیرون‌زدگی مقعد و بواسیر مصرف سنا با دز کم و با احتیاط مجاز است چرا که تحریک شدید روده منجر به بیرون‌زدگی بیشتر مقعد و یا گیر افتادن بواسیر می‌شود.

* مصرف بیش از ۸-۱۰ روز منجر به اختلالات آب و املاح میگردد.

* در بچه های زیر ۱۲ سال احتمال اختلال آب و املاح بیشتر بوده و بهتر است از مسهل‌های دیگر استفاده شود.

* در رژیمهای لاغری با توجه به محدودیت‌های غذایی توام باعث تشدید اختلالات آب و املاح می گردد لذا باید کوتاه مدت‌تر و با احتیاط مصرف گردد.

* در بیماران قلبی و کلیوی که نسبت به بقیه به تغییرات املاح و آب حساسیت بیشتری دارند سنا حتی در دوره‌های کوتاه مدت نیز توصیه نمی‌شود.

* در افراد مسن جدار روده ضعیفتر است و احتمال وجود انسداد نسبی بیشتر می‌باشد مخصوصاً در بیمارانی با سابقه ورم التهابی روده (کولیت اولسروز Ulcerative Colitis بیماری کرون Crohn Disease) منع مصرف مطلق دارد چرا که می‌تواند منجر به بروز بیماری کولون بزرگ شده و سمی Toxic Mega Colon گردد که بواسطه افزایش حجم در نقطه‌ای از روده که جدار آن ضعیف بروز میکند ومیتواند منجر به پارگی روده عفونت حفره شکم و حتی مرگ گردد.

تداخلات دارویی:

* سنوزایدها ممکن است آسیب کلیوی ناشی از مسکن‌ها و کم‌آبی ناشی از آنها را تشدید نمایند لذا از مصرف توام آنها بخصوص در بیماران کلیوی باید اجتناب کرد.

* سنا با کوتاه نمودن زمان حضور داروها در روده از جذب کامل آنها جلوگیری می کند.

* بدلیل دفع پتاسیم از مصرف توام آن با داروهایی که تغییرات پتاسیم تاثیر زیادی در عملکرد یا احتمال سمیت دارو دارد اجتناب باید کرد. {مثل دیگوگسین و داروهای ضد اختلال ضربان قلب}

* مصرف توام با ادرار آورهای تیازیدی (هیدروکلروتیازید(Hydrochlorothiaside ومخصوصاً مدر لوپ(فورسمایدForesmide) باعث افزایش احتمال کمبود پتاسیم و دیگر املاح و آب بدن می گردد.

* در کسانی که داروهای جلوگیری از بارداری مصرف می کنند با کاهش سطح استروژن منجر به اختلال عملکرد دارو میشود.

* در مصرف توام با ایندومتاسین Indomethacen اثر گیاه کاهش می‌یابد.

* در حضور نیفدیپین Nifedipine بعلت بسته بودن کانالهای کلسیمی اثر سنا مهار می گردد.

* با اختلال در تجمع پلاکتی منجر به افزایش احتمال خونریزی در حضور وارفارین می گردد.

مصرف در دوران بارداری:

با توجه به اثرات تحریکی بافت رحم و احتمال ایجاد ناهنجاریهای ژنتیکی و از طرفی اثرات تسکین دهنده انقباضات رحمی و اثر ملینی مناسبی که برای زنان باردار دارد مصرف آن زیر نظر پزشک مجاز است.

مصرف در دوران شیردهی:

در مواردی که بیش از حد استفاده شود اثرات ملینی بر شیرخوار دارد.

Anti dyscratic therapy

در رژیم‌هایی که برای درمان رماتیسم و درماتیت در گیاه درمانی در نظر گرفته میشود پاکسازی بدن از مواد زاید و سپس تحریک و تنظیم متابولیسم طبیعی بدن مد نظر میباشد در این راه از سه عنصر در درمان استفاده می‌شود.

۱) آنتی دیسکراتیک Anti dyscratic، گزنه، گل قاصدک ....

۲) مسهل Laxative ، سنا، ریوند .....

۳) معتدل کنندهCarminative ، رازیانه، بادرنجبویه

منبع: گروه سلامت سیمرغ

بابونه ، پزشک گیاهان

تهیه کننده : ناصر مکاری

منبع : راسخون

بابونه گیاهی است دائمی و کوچک بارتفاع تقریبا ۳۰ سانتیمتر دارای بوئی معطر که در چمنزارها و اراضی شنی می روید . ساقه آن برنگ سبز مایل به سفید ، برگهای آن کوچک متناوب و دارای بریدگیهای باریک و نامنظم و

پوشیده از کرک است . گلهای آن مجتمع در یک طبق که بطور منفدر در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می شود . در هر طبق گلهای سفید در اطراف و گلهای زرد در قسمت وسط قرار دارند .

گلهای بابونه دارای اسانس روغنی آنته مین (Anthemine) تانن ، فیتوسترول و همچنین ماده ای تلخ بنام اسید آنته میک Anthemique Acid است.

به گزارش خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا) منطقه مرکزی، بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ به حساب می آید . جالینوس حکیم آنرا برای درمان تب و لرزهای نوبه ای بکار می برد .

یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و این گیاه به آسانی این مرض را درمان می کند و آنهایی که سالهاست با این مرض دست به گریبان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر Lozac و Zantac و غیره استفاده می کنند می توانند با استفاده از بابونه سلامتی خود را بازیابند .

برای درمان زخم معده یک لیوان چای غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چایخوری بابونه در یک لیوان آبجوش و یا چهار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صبح ناشتا هستید این لیوان چای را بنوشید و سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید و البته بعد از یک ربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید . این عمل را به مدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده به کلی شفا یابد.

بابونه مقوی مغز است،همچنین این گیاه ترشح شیر را در مادران شیر ده افزایش می دهد، درمان کننده سردرد و میگرن است، استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند، جویدن بابونه برای التیام زخم ها مفید است .

بابونه تب بر و تسکین دهنده درد و تقویت کننده معده است،برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چای بابونه بدهید .

همچنین برای رفع بی خوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت ، کافی است?? دقیقه قبل از اینکه به رختخواب بروید یک فنجان چای بابونه بنوشید .

بابونه درمان کننده بی اشتهایی و برای رفع ورم روده موثر است .

چای بابونه درمان کننده کم خونی است و برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید .

همچنین بابونه برای رفع زردی مفید است ،اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما ، کهیر و خارش مفید است.

برای رفع گوش درد و سنگینی گوش ، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید .

گفتنی است روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد ، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید .

بابونه را پزشک گیاهان می‌دانند. این گیاه در پیشگیری از بروز:

* زخم معده واثنی عشر، نفخ روده والتهاب روده

* عادت ماهیانه دردناک

* التهابات ناحیه کهنه بچه شیرخوار

* پلاکهای میکربی برروی دندانها والتهابات لثه موثر میباشد.

گستردگی:

در اروپا گستردگی زیادی دارد و مخصوصاً در آلمان مصرف بالایی دارد. درایران در استانهای لرستان خوزستان کهکیلویه و بویراحمد و تهران یافت می‌شود.

ترکیبات شیمیایی:

کامازولن Chamazolen بیسابولول Bisabolol از گروه volatile oil

اپیزنین ,Apigenin لوتیولین Luteolin از گروه Flavonoids

یورونیک اسید Uronic acid از گروه Mucilage

خواص:

۱) ضداسپاسم معده و روده

۲) محافظت و پیشگیری ازبروز التهاب و زخم معده و اثنی عشر ناشی ازداروها، الکل واسترس

۳) ترمیم کننده زخم معده واثنی عشر: مشابه اثر شیرین بیان

۴) مهار کننده رشد باکتری و قارچ

۵) ضدالتهاب مخاطی و موضعی: با افزایش ترمیم سلولی و کاهش رشد باکتری

موارد مصرف:

پیشگیری:

۱) بعنوان ضدالتهاب و محافظت کننده درافرادی که ترشح اسید معده در آنها زیاد میباشد.

۲) کاهش اختلالات عادت ماهیانه و پریود دردناك.

۳) جلوگیری از بروز التهابات محل کهنه بچه شیرخواران ناشی از ادرار

۴) بعنوان ضد التهاب لثه وکاهنده تشکیل پلاکهای میکربی برروی دندانها

درمان:

۱) درعفونتهای گلو و لثه با کاهش التهاب سرعت بهبودی را بالا میبرد.{قرقره(کمکی)}.

۲) درعفونتهای تنفسی منجر به کاهش التهاب مجاری تنفسی میگردد.{بخور و خوراکی(کمکی)}

۳) درسینوزیت با کاهش التهاب و اثرات ضد باکتریایی باعث کاهش نیاز به آنتی بیوتیك و سرعت یافتن بهبودی می‌شود. {بخور(کمکی)}

۴) با کاهش التهاب وترمیم بافتهای اسیب دیده منجر به سریعتر شدن بهبودی می گردد.{خوراکی(کمکی ومعادل)}

۵) باعث کاهش نفخ شکم دربیماریهای التهابی و عصبی روده می گردد. {خوراکی(کمکی)}

۶) دراسهال حاد مخصوصاً ویروسی دوره اسهال راکوتاه کرده وباعث بهبود فلور میکربی روده گردیده و التهاب را کم میکند.{خوراکی(معادل وکمکی)}

۷) التهاب انتهای روده بزرگ و بواسیر را کاهش میدهد.{تنقییه وحمام وکمپرس(کمکی)}

۸) دررفع التهاب واژن موثر است. {حمام وتنقییه(کمکی)

۹) مصرف آن در اختلالات عادت ماهیانه منجر به کاهش درد حین پریود میگردد.{خوراکی و موضعی از طریق پوست شکم(کمکی)}

۱۰) در زخمهای مزمن بخصوص ساق پا باعث سرعت بهبودی وکم شدن بروز بد شکلی زخم می‌شود. {موضعی وکمپرس(کمکی)}

۱۱) در درماتیت حاد منجر به فروکش کردن سریعترعلایم میگردد.{کمپرس(کمکی ومعادل در مراحل اولیه)}

مواردمنع مصرف:

۱) ازمصرف بابونه و فرآورده های آن دراطراف چشم پرهیز باید کرد.

۲) بعلت موارد نادر حساسیت دراستفاده بصورت موضعی با مقدارکم درمان شروع گردد.

تداخلات دارویی:

اثرداروهای ضدانعقادی را افزایش می‌دهد.

مصرف در بارداری:

بعلت اثرات سقط آوری که البته به خاطر اجزاء دیگر گیاه می‌باشد مصرف مقادیر زیاد آن در ماههای اول بارداری ممنوع است.

مصرف درشیردهی:

درمقادیرمعمول و غیردرمانی مجاز می‌باشد

خواص درمانی بابونه:

بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ به حساب می آید.

۱) یکی از مهم ترین خواص بـابونه، درمان زخم و ورم معـده است که به آسانی این مرض را درمان می کنـد. افرادی که سال های سـال بـا این بیماری دست به گریبان هسـتند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر Lozac و Zantac و ... اسـتفاده می کنند، می توانند با استفاده از بابونه، پول داروی خود را پس انداز کنند و سلامتی خود را نیز بازیابند.

برای درمان زخم معده یک لیوان دم کرده غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چای خوری بابونه خشک را در یک لیوان آب جوش و یـا چهـار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صـبح ناشـتا آن را بنوشـید. سـپس در رختخواب به پشت دراز بکشـید و بعد از چهار دقیقه بخوابید. البته بعد از یک ربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید . این عمل را به مدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده به کلی شفا پیدا کند.

۲) بابونه اعصاب و قوای جنسی را تقویت می کند.

۳) بابونه تقویت کننده مغز است.

۴) بابونه ادرارآور و قاعده آور است.

۵) این گیاه ترشح شیر را در مادران شیرده افزایش می دهد.

۶) درمان کننده سردرد و میگرن است.

۷) استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند.

۸) اگر کسی قطره قطره ادرار می کند، به او دم کرده بابونه دهید تا درمان شود.

۹) بابونه درمان کننده کمی ترشحات عادت ماهیانه است.

۱۰) برای درمان چشم درد، بابونه را در سرکه ریخته و بُخور دهید.

۱۱) برای تسکین دردهای عضلانی دم کرده بابونه بنوشید.

۱۲) جویدن بابونه برای التیام زخم های دهان مفید است.

۱۳) خوردن ۵ گرم ریشه بابونه با سرکه ی رقیق محرک نیروی جنسی است (ریشه بابونه گرم تر و خشک تر از گل بابونه است).

۱۴) بابونه تب بُر و تسکین دهنده درد است.

۱۵) بابونه تقویت کننده معده است.

۱۶) برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها، به آنها دم کرده بابونه بدهید.

۱۷) برای رفع بی خوابی و داشتن یـک خواب آرام و راحت، کافی است ۱۰ دقیقه قبـل از رفتن به رختخواب، یک فنجان دم کرده بابونه بنوشید.

۱۸) بابونه درمان کننده بی اشتهایی است.

۱۹) بابونه برای رفع ورم روده موثر است.

۲۰) دم کرده بابونه درمان کننده کم خونی است.

۲۱) از بابونه برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید.

۲۲) بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است.

۲۳) بابونه برای رفع زردی مفید است.

۲۴) حمام بابونه اثر نیرو دهنده دارد. برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته، مدت یک ربع در آن دراز بکشید.

۲۵) برای تسکین درد، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوط کرده و روی محل های دردناک بمالید تا درد را تخفیف می دهد.

۲۶) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما ، کهیر و خارش مفید است.

۲۷) برای رفع گوش درد و سنگینی گوش، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید.

۲۸) اسانس بابونه چون اثر تهوع آور دارد، در مسمومیت های غذایی مصرف می شود.

۲۹) روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید.

۳۰) با دم کرده بابونه اگر موهای بلوند را بشویید آنها را روشن تر و شفاف تر می کند.

۳۱) خانم هایی که یائسه شده اند، بهتر است همه روزه دم کرده بابونه بنوشند، زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می کند.

۳۲) بابونه ضد آلرژی است .

چای بابونه ، تسکین دهنده سیستم عصبی

اگر ورم معده ،سرماخوردگی ،میگرن و دندان درد دارید، بابونه مصرف کنید.گل بابونه اثر تسکین دهنده سیستم عصبی و دستگاه گوارش را دارد .از بابونه ،روغن ،قطره و چای نیز تهیه می شود که همگی آنها تاثیرات مطلوبی در بدن دارند. به گزارش ایسکانیوز، بابونه از نظر طب قدیم گرم و خشک است.در قرون وسطی نیز از بخور بابونه برای ضدعفونی کردن فضای قصر ها و سالن های بزرگ استفاده می شد. بابونه اثر ضدعفونی کننده، ضدالتهاب، ضدحساسیت و آرام بخشی و تسکین دهنده دردهای عصبی در بدن ایفا می کند. یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است.همچنین مقوی مغز، تب بر، تسکین دهنده درد و تقویت کننده معده واعصاب است. بابونه برطرف کننده بی اشتهایی است و در رفع ورم و کرم معده و روده نیز موثر است. برای تسکین دردهای عضلانی چای بابونه بنوشید.برای رفع بی خوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت، کافی است ده دقیقه قبل از خواب یک فنجان چای بابونه بنوشید.چای بابونه درمان کننده کم خونی نیز می باشد.

عصاره «بابونه» و ویتامین «ث» عوارض ترک اعتیاد را کاهش می دهد

استادیار دانشگاه علوم پزشکی قزوین گفت: مصرف عصاره گیاه «بابونه» و ویتامین «ث» عوارض و آثار ترک اعتیاد را کاهش می دهد.این محقق در گفت وگو با ایرنا، اظهار داشت: عوارض ترک اعتیاد نظیر دردهای عضلانی، تحریک پذیری شدید عصبی، تشنج و اضطراب به قدری غیرقابل تحمل است که در بسیاری از موارد معتادان دوباره به مصرف موادمخدر روی میآورند.وی با بیان اینکه بابونه موجب کاهش درد و اضطراب می شود، افزود: مطالعات نشان می دهد این گیاه خاصیت شبه بنزودیازپینی دارد، بنزودیازپین ها داروهایی است که به طور گسترده برای درمان اضطراب و بی خوابی به کار می رود، بنابراین بابونه تاثیر به سزایی در کاهش درد و آثار ترک اعتیاد دارد.این محقق خاطرنشان کرد: براساس تحقیقات ما، مصرف عصاره بابونه در هر سه دز «پایین، متوسط و بالا» درحالت مصرف حاد و مزمن مرفین (تریاک) موجب کاهش دردهای ناشی از ترک اعتیاد می شود.وی ادامه داد:

ویتامین «ث» نیز در دز پایین موجب تقویت دو سامانه مغزی «گلوتامینرژیک» و «دوپامینرژیک» شده و برعکس مصرف دز بالا موجب تضعیف این دو سامانه می شود.این ویتامین بهترین درمان دارویی برای کاهش آثار ترک اعتیاد یا تکمیل روند اعتیاد است، زیرا براساس مطالعات مصرف ویتامین «ث» در دز بالا فعالیت این دو سامانه مغزی را مختل می کند.

بابونه در درمان بی خوابی و رفع کابوسهای شبانه موثر است

یکی از ترکیبات اصلی تشکیل دهنده بابونه روغنی فرار ، لطیف و آبی رنگ است که از گل آن به دست می آید و مسبب عطر خاص گل بابونه است. مصرف جلدی این روغن، تاثیر بسزایی درضدعفونی و برطرف کردن التهاب های پوستی دارد و ترمیم آسیب های سطحی پوست را تسریع می کند. همچنین ماساژ با روغن این گیاه مسکنی موثر برای دردهای سیاتیک است.

گل بابونه تاثیر آرام بخش شگرفی بر روی سیستم عصبی و همچنین دستگاه گوارش دارد و نقش قابل ملاحظه آن در درمان بی خوابی و رفع کابوس های شبانه شهرت دارد.

اثر ضدالتهاب، ضد اسپاسم، ضد نفخ، ضدعفونی کننده، ضد حساسیت، تاثیرات آرام بخش و تسکین دهنده درد و همچنین تقویت دستگاه هاضمه از مهمترین خواص بابونه است.

گفتنی است، بابونه یک ماده ضدحساسیت طبیعی است و از اثرات ضدآلرژی بخور آن می توان جهت تسکین آسم، آلرژی های تنفسی فصلی، زکام و سینوزیت سود برد.

بخور گل بابونه جهت بهبود آکنه و جوش های صورت نیز توصیه شده است.

بابونه مسکنی فوق العاده برای سردرد، میگرن، دندان درد و دردهای عصبی است و به دلیل خواص شناخته شده این گیاه دارویی، به صورت چای کیسه ای نیز امروزه در بازار موجود است.

اسانس بابونه :

حدود ۰.۸ تا ۱ درصد اسانس در این گیاه وجود دارد که بوسیله تقطیر با بخار آب بدست می آید . رنگ این اسانس آبی روشن است ولی در اثر کهنه شدن برنگ زرد مایل به قهوه ای در می آید . بوی این اسانس بسیار قوی و طعم آن معطر و سوزانده است . اسانس بابونه در عطر سازی و برای معطر کردن غذاها بکار می رود .

روغن بابونه با روغن زیتون

گل خشک بابونه را با برابر وزنش روغن زیتون مخلوط کرده و روی آتش ملایم بگذاریدتا دم بکشد (نباید بجوشد) و گاه گاه آنرا هم بزنید . سپس آنرا از روی آتش بردارید و بگذارید تا مدت ۲۴ ساعت بحال خود بماند . سپس آنرا از صافی با فشار در کرده و در شیشه ای دربست نگهدری کنید (برای نفخ شکم و قولنج آنرا روی شکم بمالید)

•روغن بابونه

برای تهیه روغن بابونه مقدری از گل خشک بابونه را با چهار برابر وزن آن روغن کنجد مخلوط کرده و سپس باندازه دو برابر گل بابونه بآن آب اضافه کنید . آنرا روی چراغ گذاشته و بگذارید بجوشد تا اینکه آب آن بکلی تبخیر شود و فقط روغن باقی بماند البته باید دقت کرد که روغن نسوزد .

مضرات :

جوشانده بابونه ممکن است در افراد حساس به گیاه «آمبروسیا» باعث حساسیت شدید شود.

منابع :

بابونه http://www.iranmania.com

خواص بابونه http://noorportal.net

بابونه درمان زخم و ورم معده http://www.mprn.ir

خواص درمانی بابونه http://rtp.ir

خواص بابونه www.irteb.com

خواص بابونه http://www.persianv.com

بابونه Chamomile http://www.money۵۸.netfirms.com

خواص داروئی بادام

تهیه کننده : ناصر مکاری

منبع : راسخون

کلیات گیاه شناسی

درخت بادام به بلندی ۸ متر می رسد . درختی است زیبا که از زمانهای قدیم در نواحی مرکزی و غربی آسیا مخصوصا افغانستان و ایران ، سوریه و فلسطین پرورش مییافته است .ریشه درخت بادام بسیار قوی است . این درخت می تواند حتی با کمی رطوبت نیز رشد کند .برگهای آن بیضی ، باریک ، نوک تیز و برنگ سبز می باشد . گلهای آن بسیار زیبا و برنگ صورتی است . در اوائل بهار شکوفه های بادام ظاهر می شود .

بطور کلی دو نوع بادام وجود دارد :

۱- بادام شیرین Sweet Almond

۲- بادام تلخ Bitter Almond

میوه درخت بادام بصورت شفت می باشد که قشر خارجی آن سبز رنگ و پوشیده از کرک است که در داخل آن بادام با پوست سخت وجوددرد . در ابتدای تشکیل میوه پوشش خارجی سبز رنگ و گوشت در است که پوشیده از کرک است و هنوز بردستی رشد نکرده که آنرا چغاله بادام Amandon می نامند که دارای خواص مخصوص می باشد . پس از رسیدن بادام بتدریج پوشش خارجی سبز رنگ خشک شده و پوست آن نیز سفت و سخت می شود و مغز بادام در داخل آن رشد کرده و آماده استفاده می شود .

مغز بادام بیضی شکل و مسطح بوده که یکطرف آن نوک تیز است . مغز بادام در داخل پوسته نارک قهوه ای رنگی می باشد که می توان آنرا بکمک آب گرم از آن جدا کرد که مغز بادام سفیدرنگ در داخل آن است .

مغز بادام شیرین و طعم ملایم و خوشمزه ای درد و بسهولت از بادام تلخ تشخیص داده می شود .

از کلیه قسمت های درخت بادام شیرین مانند شکوفه ، برگ و میوه آن استفاده طبی می شود .

ترکیبات شیمیایی:

بادام شیرین دارای ۵۰ تا ۵۵ درصد و بادام تلخ دارای ۴۰ تا ۴۵ درصد روغن می باشد . بادام همچنین دارای ۲۵ درصد مواد سفیده ای و دیاستازی بنام امولسین (Emulsine) ، قند ، صمغ ، موسیلاژ و مواد معدنی می باشد

بادام تلخ دارای ماده مخصوصی (۱ تا ۳ درصد) بنام آمیگدالین (Amygdlin) می باشد که از اثر آب بر روی این ماده اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک (Aldehyde benzoic) و گلوکز حاصل می شود .

اسانس بادام تلخ (آلدئید بنزوئیک) در عطر سازی بکار می رود و همچنین از آن رنگ سبزی بنام مالاشیت Malachite درست می کنند .

اسانس بادام تلخ بـدلیل اینکه دارای اسـید سـیانیدریک است کمی تلخ می باشد .مقدر اسـید سـیانیدریک در بادام تلخ ۰/۰۰۰۲۵ درصد است .

در صد گرم مغز بادام شیرین خشک شده مواد زیر یافت می شود :

آب ۴/۷ گرم

انرژی ۵۹۸ کالری

پروتئین ۱۸/۶ گرم

روغن های اشباع نشده ۵۴/۲ گرم

نشاسته ۱۹/۵ گرم

کلسیم ۳۲۰ میلی گرم

فسفر ۵۰۰ میلی گرم

آهن ۴/۷ میلی گرم

پتاسیم ۷۷۰ میلی گرم

ویتامین ب ۱ ۰/۲۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲ ۰/۹ میلی گرم

ویتامین ب ۳ ۳/۵ میلی گرم

خواص داروئی بادام

بادام شیرین از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است .

۱) بادام ملین بوده و روغن بادام ضد یبوست است مخصوصا از روغن بادام می توان رفع یبوست برای بچه ها استفاده کرد .

۲)بادام سینه را نرم می کند .

۳)شیر بادام برای رفع سرفه ، ناراحتی حنجره و تنگی نفغس مفید بوده و خلط آور است .

۴) بادام برای درمان زخم روده ها و مثانه و اسهال مفید است .

۵)بادام بو داده مقوی معده بوده و قابض است .

۶)بادام تقویت کننده نیروی جنسی است و تولید اسپرم را زیاد می کند .

۷)بادام را آسیاب کرده و با عسل مخلوط کنید برای درد کبد و سرفه مفید است .

۸)چغاله بادام لثه و ریشه دندان را تقویت می کند .

۹) چغاله بادام برای خشکی دهان مفید است .

۱۰)شکوفه بادام را دم کنید و بعنوان مسهل برای اطفال استفاده کنید .

۱۱)دم کرده پوست قهوه ای رنگ مغز بادام بهترین دارو برای تسـکین درد و التهاب مجاری تنفسـی است .(مقدر مصرف ۵ گرم در ۱۰۰ گرم آب)

۱۲)جوشانده برگ درخت بادام برای نارسائی کبد و کیسه صفرا مفید است .

۱۳)روغن بادام خواب آور است و بیخوابی را از بین می برد .

۱۴)برای صـاف کردن سـینه و نرم شـدن روده هـا و از بین بردن سـرفه خشـک بایـد روغن بـادام را بـا شـکر و کتیرا مخلوط کرده و بخورید .

۱۵)روغن بادام را با آب گرم مخلو ط کنید داروی خوبی برای رفع اسهال و دل پیچه بچه ها خواهد بود . ضمنا این مخلوط سنگ مثانه را خارج کرده و ادرار کردن را آسان می کند .

۱۶)برای درمان نقرس و رفع خمیدگی پیران ، مهره های پشت را با روغن بادام چرب کنید .

۱۷)برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد کرم است .

۱۸)برگ خشک شده درخت بدام قابض بوده و اسهال را از بین می برد.

۱۹)روغن بادام شیرین بدلیل خاصیت نرم کنندگی و ضد التهاب در کرم ها و پمادها بکار می رود.

۲۰)برای رفع بیماریهای سینه ، روغن بادام شیرین را با هموزن آن عسل و یک زرده تخم مرغ مخلوط کنید که بصورت خمیر یکنواختی دارا‌ید سپس به آن جوشانده گل ختمی اضافه کرده و یک قاشق چایخوری از انرا بفاصله هر سه ساعت بخورید .

۲۱)برای رفع خارش پوست بچه هائیکه که سرخک و مخملک دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بمالید خارش را تسکین می دهد .

۲۲)مالیدن روغن بادام بر روی پوست التهاب را رفع کرده و سوختگی را درمان می کند.

۲۳) روغن بادام اگزما را رفع می کند .

خواص بادام تلخ

چون بادام تلخ دارای اسید سیانیدریک است در مصرف آن باید نهایت دقت را بعمل آورد .

مغز بادام تلخ ازنظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است

۱-بادام تلخ را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید ضماد خوبی برای سر درد می باشد همچنین مالیدن آن بر دور چشم برای تقویت بینایی مفید است .

۲- خوردن بادام تلخ برای تنگی نفس ، سرفه و ورم ریه مفید است .

۳-بادام تلخ رابا عسل بخورید کبد و طحال را تمیز می کند .

۴-برای رفع درد کلیه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخورید .

۵- بادام تلخ را با عسل برای قولنج مفید است .

۶-برای از بین بردن سنگ کلیه و ناراحتی های کلیه ، بادام تلخ را با شیره انگور مخلوط کرده و بخورید .

۷-اگر عادت ماهیانه خانم ها عقب می افتد بهترین طرز درمان آن قرار دادن شیاف بادام تلخ در مهبل است .

۸-برای ازبین بردن لکه های صورت ، بادام تلخ را پودر کنید و با سرکه مخلوط کرده و ضمادی از آن درست کنید و روی پوست بمالید .

۹-ضماد بادام تلخ برای درمان زخم های کهنه خارش و مخملک بکار میرود .

۱۰- ضماد ریشه درخت بادام تلخ برای درمان انواع دردها مفید است .

۱۱-ضماد ریشه درخت بادام برای پاک کردن طحال ، کلیه و دفع کرم روده بکار می رود .

۱۲-دم کرده ریشه درخت بادام تلخ برای پاک کردن طحال ، و دفع کرم روده بکار می رود .

۱۳-روغن بادام تلخ خاصیت مسهلی درد .

۱۴-روغن بادام تلخ برای تنگی نفس ، درد کلیه و خارج کردن سنگ مثانه مفید است .

۱۵-برای رفع زنگ زدن و صدا در گوش یک قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بریزید .

۱۶-مالیدن روغن بادام تلخ روی صورت ، لکه ها و چین و چروک را از بین می برد .

۱۷–رغن بادام تلخ ترک دست و پا را که از سرما ایجاد شده از بین می برد .

۱۸–آنهایی که مبتلا به اگزما هستند اگر از بادام تلخ خمیری درست کنند و از آن بجای صابون برای شستن نقاطی که مبتلا به اگزما است استفاده کنند بزودی بهبود می یابند .

۱۹–خمیر بادام تلخ برای رفع بوی بد پا و زیر بغل مفید است .

۲۰–روغن بادام تلخ برای درمان سیاه سرفه مفید است .

طرز استفاده:

روغن بادام : برای بدست آوردن روغن بادام ، مغز بادام را پس از تمیز کردن و خشک کردن خرد می کنند و بصورت خمیر در می آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج می کنند . این روغن را فشار اول می نامند .

تفاله بادام را که از فشار اول باقیمانده تحت اثر حرارت و مواد شیمیایی قرار داده و روفن فشار دوم را بدست می آورند . بدلیل اینکه روغن بادام گران است معمولا تقلب کرده و آنرا با روغن های دیگر مانند روغن مغز هسته زردآلو و هلو مخلوط کرده و بام روغن بادام می فروشند .

همانطور که گفته د اگر روغن بادام تلخ یا مغز زردآلو و یا هلو تحت اثر آّب قرار گیرند اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک تولید می شود که سمی است بنابراین برای گرفتن روغن از این هسته ها نباید از آب استفاده کرد .

اسانس بادام تلخ : این اسانس مایعی زلال و بیرنگ است که در اثر کهنه شدن برنگ زرد کمرنگ در می آید . بوی آن قوی ، طعمش سوزاننده و تلخ و بسیار سمی است . اسانس بادام تلخ بسهولت با اکسیژن هوا ترکیب و اکسید می شود . بنابراین باید همیشه محتوی آن کاملا پر و در بسته بوده و در جای تاریک و سرد نگاهدری شود .

شکوفه و گل بادام : گل و شکوفه درخت بادام دارای بوی مطبوعی و طعم تلخ می باشد .

پوست میوه بادام : بصورت جوشانده مصرف می شود . طرز تهیه آن به این صورت است که ۵۰ گرم پوست بادام شیرین را در یک لیتر آب ریخته و مدت چند دقیقه آنرا می جوشانند سپس آنرا صاف کرده و مصرف می کنند .

برگ درخت بادام: برای تهیه جوشانده برگ درخت بادام ۵۰ گرم برگ درخت را در یک لیتر آب می جوشانند و سپس صاف می کنند .

مغز بادام : معمولا بصورت خشک شده و خام و یا بوداده مصرف می شود .

شیر بادام : شیر بادام را از مغز بادام بو نداده و خام تهیه می کنند . برای تهیه آن ۵۰ گرم مغز بادام را کاملا آسیاب کرده که بصورت پودر در آید . سپس مقدر ۵۰ گرم شکر یا قند به آن اضافه کرده و با یک لیتر آب مخلوط می کنند مایعی مانند شی بدست می آید .

نوع دیگر شیر بادام برای کودکان شیر خوار و اطفال بسیار مفید است و می تواند جانشین شیر مدر و یا مکمل آن باشد بدین ترتیب بدست می آید که مقدر ۵۰ گرم بادام را بمدت چند دقیقه در آب گرم قرار می دهند تا پوست آن کنده شود سپس آنرا آسیاب کرده و بصورت پودر در می آیند و مقدر کمی آب را بان اضافه می کنند و بهم می زنند تا بشکل خمیر در آید سپس خمیر حاصل را با یک لیتر آب مخلوط و بهم می زنند و سپس مقدر ۵۰ گرم عسل بآن اضافه می کنند تا کاملا حل شود . این مایع را از پارچه ململ می گذرانند تا مایعی مانند شیر از آن باقی بماند.

البته اگر اشخاص بالغ بخواهند از شیر بادام استفاده کنند احتیاجی به صاف کردن آن نخواهد بود .

طریقه دیگری که آسان تر است بدین صورت می باشد که مقدر ۵۰ گرم بادام پوست کنده یک لیتر آب و ۵۰ گرم عسل یا شکر را در داخل مخلوط کن برقی بریزید و تا مایعی مانند شیر بدست آید .

مضرات :

بادام از نظر اینکه دارای مواد مغذی بسیاری است بنابراین غذای بسیار خوبی است ولی چون سنگین و ثقیل الهضم می باشد نباید در خوردن آن افراط کرد و مقدار آن نباید در روز بیش از ده دانه باشد . بادام همچنین برای معده های ضعیف و سرد خوب نیست و اشخاصی که معده ضعیف دارند بهتر است بادام را با شکر بخورد.

منابع :

خواص داروئی بادام تلخ http://aftab.ir

خواص دارویی بادام http://www.aghlam.com

بادام http://www.parsiteb.com

بادام Almond http://www.money۵۸.netfirms.com

خواص هل؛ دانه معطر

تهیه کننده : ناصر مکاری

منبع : راسخون

هل گیاهی است که در مناطق حاره و گرم می روید . وطن آن هندوستان می باشد و حدود ۸۰ درصد هل مصرفی دنیا از هندوستان تامین می شود.

میوه ی هل، بیضی شکل و به رنگ های زرد، سبز یا سیاه است. دانه های معطر و مطبوعی به رنگ قهوه ای در میوه ی آن وجود دارد که به عنوان ادویه و برای خوشبو کردن نوشیدنی ها و غذاها به مصرف می رسد.

عطر خوش و اثر گرمابخش و اشتهاآور هل، این دانه را به یکی از بهترین طعم دهنده ها برای انواع نوشیدنی، دسر و شیرینی تبدیل می سازد. در هندوستان، خاورمیانه، اروپا و آمریکای لاتین، این ادویه روغنی برای تهیه انواع نان ، کیک و شیرینی ها و همچنین چای و قهوه به کار می رود.

در بسیاری از شیرینی ها و دسرهای سنتی ایرانی نیز از هل کوبیده یا آسیاب شده استفاده می شود.

البته در مقام مقایسه، هندی‌ها و پاکستانی‌ها بیشترین مصرف کننده‌های هل در جهان هستند.

شاید جالب باشد بدانید هل، میوه گیاهی از تیره زنجبیل‌هاست و انواع مختلف آن شامل هل سیاه، هل سفید و هل سبز است که نوع سبز آن عطر تندتری دارد.

هل سفید

برای عطرآگین کردن غذا، شیرینی یا مربا، حتما لازم نیست غلاف آن را باز کرده و دانه‌های سیاه رنگ هل را مورد استفاده قرار دهید، بلکه میوه هل با همان غلاف نیز به اندازه کافی غذاها را خوش طعم می کند؛ مگر آنکه طعم جویدن دانه‌های هل در دهانتان را دوست داشته باشید.

علاوه بر این، بعضی‌ها هنگام دم کردن چای، چند دانه هل یا یک عدد میوه هل را در قوری می اندازند و همراه با چای، آن را دم می کنند. این چای، هم خوش‌طعم‌تر می شود و هم خاصیت درمانی دارد.

ترکیبات شیمیایی:

هل دارای اسانس فرار و معطری در حدود ۴٪ می باشد ضمنا این گیاه دارای مواد رزینی و چربی نیز است

خواص درمان

هل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است.

جویدن دانه های هل پس از صرف غذا ضمن کمک به هضم و گوارش بهتر غذا، می تواند بوی نامطبوع دهان(مثل بوی سیر و پیاز) را نیز خنثی کند.

دانه های هل خواص گرمابخشی داشته و معده و روده ها را تقویت می کنند.

هل اشتها را تحریک می کند و عمل هضم غذا را بهبود می بخشد.

نوشیدن دم کرده ی داغ آن موجب تسکین کولیت، سوءهاضمه، باد نفخ، حالت تهوع و بی حالی شده و مانع ترشح زیاد اسید معده می شود.

یکی از خواص ویژه و بسیار ارزشمند هل، جلوگیری از تشکیل خلط در گلو است. از این رو می توان آن را به محصولات لبنی و پودینگ ها افزود تا اثر شیر را که موجب تشکیل خلط در گلو می شود خنثی کرده و به هضم آن نیز کمک کند.

دانه های هل خاصیت داروی اکسپکتورانت را دارد و سینوس ها و برونش ها، بینی و سینه را از خلط و ترشحات اضافی پاک می کنند.

هل چنان که ذکر شد خواص گرمابخش و انرژی زا دارد از این رو به بهبود روحیه و بازیابی انرژی و توان از دست رفته کمک می کند، اضطراب و نگرانی را کاهش می دهد و در رفع افسردگی موثر است.

هل همچنین کلیه ها را تقویت می کند و گفته می شود برای درمان شب ادراری کودکان مفید است.

دیگر خواص هل عبارتند از:

- تقویت کنده قلب است.
- بادشکن بوده و گاز معده و روده را از بدن خارج می سازد.
- تقویت کننده بدن است.
- ادرار آور است.
- قاعدگی را باز می کند.
- زخم های دهان را برطرف می کند، بدین منظور دم کرده هل را در دهان قرقره کنید.
- خوشبو کننده دهان است.
- برای تسکین درد گوش ، گرد هل را در گوش بریزید.
- تب را پایین می آورد.
- معالج سرماخوردگی است.
- برای تسکین درد روماتیسم مفید است.
- ضد مسمومیت است.
- برای رفع بیماری های چشم مفید است.

تهیه دم کرده هل:

مقدار ۳۰ گرم هل کوبیده را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد. سپس آن را صاف کرده و بنوشید. هل را همچنین می توان موقع دم کردن چای، به آن اضافه کرد.

تهیه یک دم کرده دارویی با هل:

برای تهیه یک دم کرده ی گیاهی معطر و آرام بخش و خوش طعم، ۴ عدد دانه هل را همراه با ۴ عدد دانه فلفل سیاه، ۴عدد دانه

میخک، یک قطعه دارچین نکوبیده و چند حلقه نازک زنجبیل تازه در ۶۰۰ میلی لیتر آب بریزید. آن را به مدت نیم ساعت روی حرارت ملایم قرار دهید، اما مواظب باشید نجوشد.

دم کرده را صاف کنید و به صورت داغ همراه با کمی شیر یا عسل بنوشید.

نوشیدن این دم کرده دو بار در روز، درمانی فوق العاده برای سرفه و سرماخوردگی است.

مضرات مصرف زیاد هل:

مصرف زیاد هل برای روده ها مضر است. برای رفع این مشکل، آن را باید با کتیرا خورد

منابع :

خواص هل http://www.parsiteb.com

هل «دارویی» http://daneshnameh.roshd.ir

خواص هل؛ دانه معطر http://iran-world.com

هل Cardamom http://www.money۵۸.netfirms.com

خواص دارچین

دارچین درختی است کوچک، همیشه سبز، به ارتفاع ۵ تا ۷ متر که از تمام قسمت های آن بویی مطبوع استشمام می شود.

گل های آن در فاصله ماه های بهمن تا اوایل فروردین ظاهر می شود. برگ این درخت سبز تیره و دارای گل هایی به رنگ سفید است.

نام علمی این گیاه Cinnamomum zeylanicum می‌باشد.

اسانس دارچین که تنها قسمت مهم دارچین است به مقدار یک درصد در پوست درخت مذکور وجود دارد و از تقطیر آن با آب نیز حاصل می‌شود.

این اسانس در صورت تازه بودن به رنگ زرد روشن است، ولی به مرور زمان و به علت اکسیده شدن به رنگ های زرد طلایی و سپس قهوه‌ای مایل به قرمز درمی‌آید.

دارچین اولین بار در سری‌لانکا یافت شد و بعد از آن، تمام دنیا این چاشنی را شناختند و برای طعم بهتر غذاها استفاده کردند.

یک قاشق چای خوری دارچین، حاوی ۲۸ میلی گرم کلسیم، ۱ میلی گرم آهن و بیشتر از ۱ گرم فیبر و مقدار زیادی ویتامین های C و K و منگنز است. همچنین مقدار ۲/۱ گرم کربوهیدرات دارد.

دارچین بومی سری‌لانکا و جنوب هند است و پوست درختچه آن کاربرد فراوانی به عنوان ادویه دارد.

برای تهیه دارچین، پوست این درختچه را جدا کرده و معمولا پودر می کنند و در غذا یا چای از آن استفاده می کنند.

دارچین از قدیم الایام در دنیا بکار میرفته است در مصر حتی قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر برای درمان امراض مختلفه مصرف می شده است .

اسم دارچین Cinnamon از کلمه عربی Kinnamon مشتق شده و در کتاب مقدس به آن اشاره شده است و در مراسم مذهبی یهودیان بکار می رفته است .

گیاه دارچین به علت داشتن اسانس و تانن ، محرک و قابض است و به عنوان تقویت کننده ، اعمال هضم و جریان گردش خون به کار می رود و

از آن برای رفع سوءهاضمه ، بویژه در مواردی که با نفخ همراه باشد، به عنوان بادشکن استفاده می شود.همچنین به علت داشتن

تانن در رفع اسهال ، ضعف عمومی بدن و انعقاد خون مصرف می شود و به صورت دارو، مانند گرد و تنتور به کار می رود.

با بررسی اثر۲ گیاه دارچین و سیاه دانه بر روی نفخ معده ، نتایجی که به دست آمد، نشان داد:۶۰ درصد افرادی که سیاه دانه نود درصد افرادی که مخلوط دارچین و سیاه دانه و۱۰ درصد افرادی که دارچین استفاده کردند، بهبود یافتند از طرف دیگر درصد بهبود یافتگان با داروی مخلوط، در زنان و مردان یکسان بوده است لازم به ذکر است که درصد بهبود یافتگان با داروی مخلوط دارچین و سیاه دانه ، بیشتر از داروی سیاه دانه و دارچین به تنهایی بوده و تاثیر دارچین بر روی بیماران ، همانند پلاسیبو است.

دارچین یک ادویه خاص است. هنگامیکه آن را به غذا اضافه می‌کنیم طعم شیرینی به غذا می‌دهد که حتی می‌توان آن را با شکر اشتباه گرفت. ولی در عین حال ضررهای شکر را نیز ندارد. به علاوه، دارچین خواص بسیاری از لحاظ سلامت برای بدن دارد. یکی از خواص دارچین این است که باعث افزایش کارایی هورمون انسولین در بدن می‌شود و در نتیجه بدن نیاز کمتری به این هورمون برای کنترل قند خون پیدا می‌کند. تحقیقات بر حیوانات نشان می‌دهد که ادویه مریم گلی اثر انسولین را دو برابر می‌کند. زردچوبه و میخک این اثر را سه برابر کرده ولی دارچین حتی اثر بیشتری از ادویه‌های ذکر شده را بر انسولین خون دارا است. بسیاری از افراد مبتلا به دیابت گزارش داده‌اند که مصرف یک قاشق چایخوری دارچین روزانه تأثیر بسیار مثبتی بر قند خونشان داشته است.

همچنین برخی تحقیقات نشان دهنده تأثیر مثبت دارچین در کاهش فشار خون بوده است

دارچین و تغذیه

آیا شما می دانید یک قاشق چای خوری دارچین، حاوی ۲۸ گرم کلسیم، ۱ گرم آهن و بیشتر از ۱ گرم فیبر و مقدار زیادی ویتامین های C و K و منگنز است.

همچنین مقدار ۲/۱ گرم کربوهیدرات دارد.

فواید دارچین

دارچین جزو آن دسته از داروهایی است که در قدیم استفاده می شد. این داروی قدیمی برای اختلالات گوارشی از قبیل سوء هاضمه، نفخ معده، دردهای معده و اسهال به کار می رفت.

امروزه مشخص شده که دارچین، غیر از درمان اختلالات گوارشی، برای آرامش و جلوگیری از عصبانیت و رفتارهای ناخوشایند و همینطور برای استشمام بهتر به کار می رود. همچنین برای جلوگیری از فساد غذا و فساد میکروبی استفاده می شود.

یکی دیگر از فواید دارچین که نیاز به توجه بیشتر دارد، اثر این چاشنی بر قند و کلسترول خون می باشد.

اثر دارچین در بهبودی بیماری دیابت نوع ۲ و همینطور عدم تحمل انسولین :

تحقیقات حاکی از آن است که افرادی که روزانه ۲/۱ قاشق چای خوری دارچین استفاده می کنند، قند خونشان کنترل می شود، عدم تحمل به انسولین در آنها بهبود می یابد، از اضافه وزن مصون می مانند و همینطور احتمال پیدایش بیماری قلبی در این افراد پایین می آید.

متخصصان به این نتیجه رسیده اند که دارچین همانگونه که بیماری دیابت را کنترل می کند، به همان اندازه بر روی کلسترول خوب و LDL (کلسترول بد) اثر می گذارد.

دارچین رمز جوانی است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه می دارد .

دارچین برای زیاد شدن و بازیافتن نیروی جنسی نیز بکار می رود کلیه را گرم می کند و ضعف کمر و پاها راازبین می برد و کم خونی را درمان می کند .

دارچین بهترین دارو برای دردهای عضلانی است و جدیدا در آمریکای شمالی و کانادا کرم هایی ببازار آمده که دارای دارچین است و برای رفع درد بکار می رود .

حتما تا بحال متوجه شده اید که بعد زا خوردن یک دونات دارچین در همه چیز را زیبا می بینید و چقدر آرام هستید . این خاصیت دارچین است زیرا دارچین اثر آرام کنده وشاد کننده درد و از بسیاری از داروهای آرام بخش بهتر است . و در حقیقت می توان گفت دارچین والیوم گیاهی است زیرا در دارچین ماده ای است بنام Cinnamodehyde که روی حیوانات و انسان اثر آرام بخش درد .

اثر مهم دیگر دارچین پائین آوردن تب می باشد و حتی امروزه دارچین را بصورت قرص و کپسول درآورده اندکه بعنوان تب بر بکار می رود . دارچین رگها را باز می کند و اثر خوبی در گردش خون دارد .

دارچین خاصیت عجیب دیگری دارد و آن قوی کردن مصونیت بدن در مقابل امراض است و حتی می توان گفت که اثر پنی سیلین و آنتی بیوتیک را به مقدر زیادی دارا است . اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید چای دارچین را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید دارید چای دارچین بهترین دارو است .

یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می کند . بنابراین اگر ناراحتی معده دارید حتما از دارچین استفاده کنید دارچین با این همه خواص طعم بسیار خوبی درد . حتی اگر چای معمولی می نوشید آنرابا یک قطعه پوست دارچین بهم بزنید که طعم آنرا بهتر کند و میتوانید برای اینکه بیشتر از طعم و خاصیت داروئی دارچین بهره ببرید مقداری از پوست آن را در داخل قوری بریزید تا همراه با چای دم بکشد.

بی دلیل نیست که در گذشته سلمانی ها که در حقیقت دکترهای طب قدیم بودند به مشتریهای خود چای دارچین می دادند!

همچنین برخی تحقیقات نشان دهنده تاثیر مثبت دارچین در کاهش فشار خون بوده است.

دارچین خاصیت عجیب دیگری دارد و آن تقویت سیستم ایمنی بدن در مقابل بیماری هاست و حتی می توان گفت که اثری مشابه پنی سیلین و آنتی بیوتیک دارد.

اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید، چای دارچینی را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید دارید، چای دارچین بهترین داروست.

دارچین به علت داشتن اسانس و تانن، محرک و قابض است و به عنوان تقویت کننده ی عمل هضم غذا و جریان گردش خون به کار می رود و از آن برای رفع سوءهاضمه، به ویژه در مواردی که با نفخ همراه باشد، به عنوان بادشکن استفاده می شود.

همچنین به علت داشتن تانن در رفع اسهال ، ضعف عمومی بدن و انعقاد خون مصرف می شود و به صورت دارو، مانند گرد و تنتور به کار می رود.

یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می کند . بنابراین اگر ناراحتی معده دارید حتما از دارچین استفاده کنید.

دارچین علاوه براین همه خواص، طعم بسیار خوبی نیز دارد. برای اینکه بیشتر از طعم و خاصیت درمانی دارچین بهره ببرید، می توانید موقع دم کردن چای، مقداری از پوست آن را در داخل قوری بریزید تا همراه با چای دم بکشد.

دارچین و عسل و خواص آن

۱. دارچین و عسل را باهم بخورید

۲. مخلوط عسل و دارچین درمان کننده بسیاری از بیماری ها در زمان قدیم و حال می باشد.

۳. امروزه دانشمندان بر این عقیده هستند که عسل با وجودی که شیرین است، اما اگر در مقدار معین مصرف شود حتی برای بیماران دیابتی هم مضر نمی باشد.

۴. مجله معروفی در کانادا به نام Weekly World تعداد ۹۵ نوع بیماری که توسط عسل و دارچین درمان شده اند را نام برده

است.

۵. در این مقاله با عسل و دارچین، درمان کننده بسیاری از بیماری ها آشنا می شویم.

۶. ورم مفاصل

– یک قسمت عسل را در ۲ قسمت آب گرم حل کرده و به آن ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین بیافزایید. خمیر حاصله را روی محل درد به آرامی بمالید. درد بعد از ۱۵ دقیقه از بین خواهد رفت.

– همچنین بیماران دچار ورم مفاصل می توانند، ۱ فنجان آب داغ را با ۲ قاشق عسل و ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین مخلوط کرده و بنوشند. این عمل را هر روز باید انجام دهند تا بیماری شان معالجه شود.

– مطالعات انجام شده روی این بیماران نشان داده است که، اگر این بیماران قبل از صبحانه مخلوط ۱ قاشق غذاخوری عسل با ۴/۱ قاشق چای خوری پودر دارچین را میل کنند، درد آنها بعد از ۱ ماه از بین خواهد رفت. بیماران مورد مطالعه نمی توانستد راه بروند اما بعد از استفاده از این روش، توانستند به راحتی شروع به راه رفتن بدون درد کنند.

۷. جلوگیری از ریزش مو

– قبل از حمام کردن، ۱ قاشق غذاخوری عسل به همراه با ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین مخلوط کرده و روی سر خود بمالید و ۵–۱۵ دقیقه صبر کنید و سپس موهای خود را بشوئید.

۸. عفونت مثانه

– ۲ قاشق غذاخوری عسل به همراه با ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین را در ۱ لیوان آب گرم حل کرده و آن را بنوشید. این روش باعث می شود که میکروب های مثانه را از بین برود.

۹. درد دندان

– ۵ قاشق چایخوری عسل به همراه با ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین مخلوط کرده و خمیر حاصله را روی دندان خراب بمالید. این عمل را ۳ بار در روز انجام دهید تا دندان خراب و دردناك درمان شود.

۱۰. کلسترول

– ۲ قاشق غذاخوری عسل به همراه با ۳ قاشق چای خوری پودر دارچین را در مقداری برابر ۲ لیوان چای حل کرده و آن را بنوشید. بدین وسیله بعد از ۲ ساعت کلسترول خون به اندازه ۱۰درصد پایین می آید.

– تحقیقات اخیر نشان داده است که مصرف عسل خالص در درمان بیماران مبتلا به کلسترول بسیار مفید است.

۱۱. سرماخوردگی

– به مدت ۳ روز از مخلوط ۱ قاشق غذاخوری عسل گرم با ۴/۱ قاشق چایخوری پودر دارچین استفاده کنید. این روش برای درمان سرفه مزمن، سرماخوردگی و سینوزیت به کار می رود.

۱۲. ناباروری

– مردان ۲ قاشق غذاخوری عسل را قبل از خواب میل کنند تا این مشکل برطرف شود.

– زنان می توانند از پودر دارچین برای باردار شدن استفاده کنند.

– زنان نابارور مقداری پودر دارچین را با ۲/۱قاشق چای خوری عسل مخلوط کرده و آن را به طور مرتب در روز روی لثه یا دهان خود قرار دهند. این کار باعث می شود که مخلوط حاصل از طریق بزاق وارد بدن شود.

– در مریلند (شهری در آمریکا) برای مدت ۱۴ سال هیچ نوزادی متولد نمی شد. تا اینکه زنان و مردان شروع به خوردن عسل و دارچین کردند و بعد از مدت کوتاهی زنان باردار شدند.

۱۳. معده درد

– مخلوط عسل و پودر دارچین ، درمان کننده درد معده، زخم معده و نفخ می باشد.

۱۴. بیماری قلبی

– خمیر عسل و پودر دارچین را تهیه کنید و آن را بر روی نان به جای مربا قرار دهید. این روش را به طور مرتب به عنوان صبحانه میل کنید.

– این روش باعث پایین آوردن کلسترول، کاهش ضربان قلب، به راحتی نفس کشیدن، بهتر شدن جریان خون و جلوگیری از بیماری قلبی می شود.

۱۵. بهبود سیستم ایمنی

– استفاده روزانه از عسل و دارچین باعث حفاظت بدن از باکتری و ویروس می شود.

– عسل، محتوی مقدار زیادی ویتامین و آهن می باشد و بدن را مقاوم می کند.

– استفاده روزانه از عسل، باعث عملکرد بهتر گلبول های سفید خون می شود و درنتیجه بهتر با ویروس ها و باکتری های وارد شده به بدن می جنگد.

۱۶. سوء هاضمه

– قبل از هر وعده غذا، پودر دارچین را روی ۲ قاشق غذاخوری عسل بریزید. این کار باعث می شود که اسید معده ترشح شود و غذای وارده به معده را هضم کند و از سوء هاضمه جلوگیری کند.

۱۷. آنفلوآنزا

– عسل محتوی مواد مفید طبیعی است و به این ترتیب از آنفلوآنزا و سرماخوردگی جلوگیری می کند.

۱۸. افزایش طول عمر

– نوشیدن چای با عسل و پودر دارچین از بین برنده پیری زودرس می شود.

– ۴ قاشق غذاخوری عسل و ۱ قاشق پودر دارچین را در ۳ فنجان آب حل کرده و بجوشانید و مانند چای میل کنید. ۴-۳ بار در روز به مقدار ۴/۱ فنجان بنوشید تا پوستی لطیف و نرم داشته باشید.

۱۹. تاول

– ۳ قاشق غذاخوری عسل با ۱ قاشق غذاخوری پودر دارچین مخلوط کرده و قبل از خواب، روی تاول بگذارید و صبح مخلوط مالیده شده بر روی تاول را با آب گرم بشویید. اگر این کار را به مدت ۲ هفته هر روز انجام دهید، تاول را از ریشه از بین خواهید برد.

۲۰. عفونت پوستی

– تمام عفونت های پوستی و اگزما با استفاده از عسل و پودر دارچین درمان می شوند.

۲۱. کاهش وزن

– ۱ فنجان آب،عسل و پودر دارچین را هر روز و قبل از صبحانه با معده خالی بنوشید.

– اگر مخلوط گفته شده را هر روز بنوشید، از تجمع چربی در بدن جلوگیری کرده و باعث کاهش وزن می گردد.

۲۲. سرطان

– عسل و دارچین، درمان کننده سرطان های معده و استخوان شناخته شده است.

– برای ۱ ماه و ۳ بار در روز، ۱ قاشق غذاخوری عسل با ۱ قاشق چای خوری پودر دارچین را برای جلوگیری از سرطان مصرف

کنید.

۲۳. گرسنگی

– مطالعات اخیر نشان دهنده این است که شکر عسل نه تنها مضر نیست، بلکه بسیار مفید می باشد.

– مقدار مساوی از عسل و دارچین جلوی گرسنگی را می گیرد.

– ۲/۱ قاشق غذاخوری عسل در ۱ لیوان آب و مقدار کمی پودر دارچین، باعث می شود که سرزنده تر و دارای انرژی بیشتر باشید.

۲۴. تنفس بد

– صبح ها ۱ قاشق چای خوری عسل و دارچین را با آب گرم مخلوط کرده و بنوشید. این روش باعث راحت نفس کشیدن می شود.

۲۵. کم شنوایی

– مصرف مقدار مساوی، عسل و دارچین باعث بهبود شنوایی می شود.

۲۶. این مطالب خواص بسیار کمی از دو ماده غذایی طبیعی، عسل و دارچین بود. با توجه به اینکه این دو غذای طبیعی در سرتاسر دنیا یافت می شود، پس بهتر است از آنها استفاده کنیم تا سلامتی خود را تضمین نماییم

خطرات استفاده زیاد دارچین

افرادی که آلرژی دارند، نباید از مصرف دارچین در غذاهای خود پرهیز کنند، زیرا دارچین موجب تشدید آلرژی نمی شود. اما این نکته را فراموش نکنید که اگر شما بسیار زیاد از دارچین استفاده کنید، باید اثرات بد آن را بپذیرید.

اثرات مضر مصرف زیاد دارچین عبارت است از: التهاب یا ورم کردن پوست، زخم ها و ترک های گوشه دهان و همینطور سوزش معده.

دارچین از لخته شدن خون جلوگیری می کند، اما زیادی آن در خون باعث بروز مشکلات خونی و گردش خون می شود، به خصوص اگر با داروهایی که موجب رقیق شدن خون می شود(مانند آسپیرین) مصرف شود، مشکلات را دو برابر می کند.

شما خواننده محترم می توانید دارچین را در چای یا قهوه خود بریزید یا روی ماست بپاشید و یا با پنیر نوش جان کنید و به طور کلی می توان صدها ماده غذایی را با دارچین طعم دار کرد،مثل حلیم ، شله زرد ، خورش قیمه و... .

امیدوارم شما از همین امروز برای سلامتی خود قدم بردارید و از نعمات بی شمار خداوند بهترین استفاده را کنید.

مضرات :

مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

منابع :

دارچین http://www.centralclubs.com

دارچین http://www.parsiteb.com

خواص دارچین http://aftab.ir

خواص دارچین چیست؟ http://gigapars.com

دارچین http://www.iranmania.com

خواص دارچین و عسل http://farhan.forumb.biz

دارچین Cinnamon http://www.money۵۸.netfirms.com

زردآلو و خواص آن

درخت زردآلو بومی نواحی چین است و هنوز هم به صورت وحشـی در این مناطق می رویـد. این درخت در اوایل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت. ارتفاع درخت زردآلو تا ۶ متر هم می رسد . برگ های آن مانند قلب نوک تیز و به رنگ سبز روشن مایل به زرد می باشـد . گل های زردآلو درشت و به رنگ سـفید متمایل به قرمز است . میوه آن گوشتی و زرد رنگ ، با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابسـتان می رسد. هسته زردآلو صاف ، قهوه ای و بیضی شکل است. در داخل هسته مغز آن قرار درد که طعم آن گاهی شیرین و گاهی تلخ می باشد.

ارقام زردآلو نیازهای آب و هوایی خاصـی داشـته و نسبت به تغییرات محیطی سازگاری کمی دارند. زردآلو در محل رویش طبیعی اش که در شـمال غربی چین قرار دارد به خوبی رشد می کند. این ناحیه بین ۳۵و۴۳ درجه عرض شمالی و ارتفاع ۷۰۰ تا ۱۵۰۰ متر قرار دارد. مقـدار بارندگی سالیانه آن حدود ۵۰۰ میلی متر بوده و حـداقل مطلق دما در زمسـتان ۳۳- درجه سانتیگراد است. بهترین اقلیم برای زردآلو، آب و هوایی است که در آن تغییرات دمای زمستان کم بوده و تابستانی گرم داشته باشد.

از آنجایی که دما مسـتقیماً در مقاومت به سـرما، خواب، صـدمه یخبنـدان و رشـد و تکامل میوه دخالت دارد اثر آن بر روی زردآلو خیلی پیچیـده است. خواب عمیق از نیمه دوم آبـان مـاه شـروع شـده و در اواسـط بهمن تا اوایل اسـفند ماه به پایان می رسـد. خواب عمیق بوسیله افزایش سـریع وزن جوانه های گـل نیز مشخص می شود. حداقل درجه

حرارت مورد نیـاز برای مرحله تمام گل کلیه ارقام از ۵ تا ۶ درجه سانتیگراد و برای رسیدن از ۱۵ تا ۱۹ درجه سانتیگراد متغیر است. مجموع درجه حرارتهـای روزانه مورد نیـاز برای رسـیدن میوه (بالاـتر از ۱۰ C) در ارقـام زودرس حـدود ۱۱۵۵ تا ۱۲۴۵ و در ارقـام دیررس ۱۷۲۵ تا ۲۱۸۶ درجه سانتیگراد است . برای باردهی زردآلو، زمسـتان سـرد طولانی و بـدنبال آن بهار گرم و بـدون سـرمای بهاره مطلوب است. اگر در مـدت خواب زمسـتانی دما به مـدت طولانی بالا باشد ممکن است جوانه های گل بریزد که این موضوع در مناطق گرم یک مشکل جدی است. بعلاوه زمانی که جوانه گل در پایان خواب زمستانه شروع به رشد کرد بروز سرما و یخبندان به آن صدمه می زند. بنابراین در پایان فصل خواب مقاومت به سـرما موجب زنده شدن و بقای گل می شود. قابلیت تحمل به سـرما در دوره خواب در ارقـام مختلف متفـاوت است و این به دو مرحله رشـد و تکامـل گـل بسـتگی دارد. درختان زردآلو تحت شـرایط رطـوبت کم هـوا بهـتر رشـد می کننـد. به علت زود گلـدهی جهت شـمال غربی برای کـاشت زردآلـو بهـتر است. زردآلـو در اکـثر خاکهای عمیق که به خوبی زهکش شده باشـند قادر به رشد می باشد خاک محل زردآلو باید ۳ متر عمق داشته باشد. در صورتیکه خاک زهکش خوبی داشـته باشـد مقدار زیاد آهک در خاک تأثیری بر روی رشد درخت نخواهد داشت. درخت زردآلو در سن ۴ تا ۵ سالگی شروع به باردهی می کند و در سن ۸ تا ۱۰ سالگی به حداکثر باردهی می رسد در این موقع هر درخت حدود ۵۰ تا ۸۰ کیلوگرم میوه تولید می کند. عمر باردهی درخت زردآلو ۳۰ تا ۴۰ سال است.

مواد مغذی موجود در زردآلو و اثرات مفید آنها :

این میوه سـرشار از ویتـامین های A و C و آهن است. مـواد مغـذی موجود در زردآلو ازچشم هـا و قلب حفـاظت می کننـد و فیـبر موجود در آن بر علیه بیمـاری هـا مبارزه می کنـد. زردآلو منبع غنی بتاکاروتن (پیش ساز ویتامین A) است. زردآلوهـایی که رنگ نارنجی تیره دارند، حاوی بتاکاروتن بیشتری هسـتند. مواد غذایی حاوی بتاکاروتن باعث کاهش خطر بروز بیماری های قلبی، سکته ، آب مروارید و بعضی سرطان ها می شوند.

مقـادیر بالاـی بتاکاروتن و لیکوپن موجود زردآلو باعث می شود غـذای مفیـدی برای حفظ سـلامتی قلب باشـد. این دو ماده بعنوان آنتی اکسیدان، از اکسیداسیون LDL- کلسترول و بروز بیماری قلبی جلوگیری می کنند.

بتاکاروتن در بـدن ، به ویتامین A تبـدیل می شود . پس می توان گفت زردآلو منبع غنی ویتـامین A است که در حفظ بینایی چشم

موثر است و بعنوان یک آنتی اکسیدان قوی جلوی تخریب سلول ها توسط رادیکال های آزاد را می گیرد. رادیکال های آزاد، عدسی چشم را تخریب می کنند و باعث بروز آب مروارید می شوند یا اینکه ذخیره ی خونی چشم ها را از بین برده و باعث تخریب بافت چشم می شوند.

زردآلو حاوی فیبرهای محلول در آب است. مطالعات نشان می دهد مصرف فیبرهای محلول باعث حفظ قند خون در مقدار طبیعی و کاهش کلسترول خون می شود. فیبر موجود در زردآلو از بروز یبوست و بیماری های روده ای جلوگیری می کند.

برگه زردآلو سرشار از پتاسیم است. مصرف مواد غنی از پتاسیم باعث تنظیم فشارخون می شود. زردآلوی رسیده به علت دارا بودن ویتامین های گروه B برای درمان بیماری های عصبی و روحی ، بی خوابی، خستگی شدید، گیجی، فراموشی و ... مفید است.

میوه و هسته شیرین زردآلو به علت دارا بودن ویتامین C برای تقویت بدن، رفع اختلال در رشد کودکان، جلوگیری از خونریزی لثه موثر است. به علت داشتن آهن در خون سازی موثر است.

خواص داروئی:

خواص درمانی زردآلو

زردآلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است

۱)تصفیه کننده خون است

۲)عروق را باز می کند

۳)ملین است

۴)بوی بد دهان را رفع می کند

۵)تب بر است

۶)بعلت داشتن کبالت برای کم خونی مفید است

۷) روم مفاصل را برطرف می کند

۸) ضد نرمی استخوان است

۹)برای قلیایی کردن بدن مفید است

خواص درمانی هسته وبرگ زردآلو

مغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است .

۱- مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است

۲-وغن مغز هسته را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می کند .

۳-روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است

۴-روغن مغز هسته اگر تلخ باشد کشنده کرم معده و روده است

۵-روغن تلخ هسته ورم معقد را از بین برده و سنگ مثانه را خرد می کند.

۶-دم کرده برگ زردآلو برای قطع اسهال مفید است

۷-برای تسکین گوش درد چند قطره از دم کرده برگ زردآلو را در گوش بچکانید .

زردآلو منبع بتا کاروتن

دربین سبزیجات، هویج بیشترین مقدار بتا کاروتن را دارد ودربین میوه ها ، زردآلو اینگونه است. هیچ میوه دیگری به این اندازه دارای بتا کاروتن نیست. بتا کاروتن از دسته کاروتنوئیدها و پیش ساز ویتامین A دربدن است . همچنین به عنوان یک آنتی

اکسیدان، بدن را از صدمات رادیکال های آزاد حفظ می کند.

اخیراً ثابت شده است که تعداد زیادی کاروتنوئیدهای دیگر مثل کورستین ومقادیر زیادی اسید سالیسیلیک در زردآلو وجود دارد . این مواد متعلق به گروه بزرگی از مواد بیواکتیو هستند ومی توانند از مواد غذایی ، مواد درمانی بسازند و غشاء مخاطی را نوسازی بکنند.

جوان کردن پوست با خوردن زردآلو

بتا کاروتن موجود در زرد آلو مانع پینه بستن وخشک شدن پوست می شود. وقتی پوست بدن ، پوسته پوسته شده وسفید یا خاکستری رنگ می شود نشانه کمبود بتا کاروتن است. بتا کاروتن مثل یک پوست طبیعی از داخل اثر می کند.

زرد آلو محافظی درمقابل صدمات ناشی از اشعه ما وراء بنفش خورشید

درتابستان مقدار کاروتن محافظ موجود درپوست کم می شود و هر قدر اشعه ماوراء بنفش شدیدترباشد، به همان نسبت کاروتن بیشتری در بدن مصرف می شود. بتا کاروتن دربدن یک پوشش محافظ در مقابل رادیکال های آزاد به وجود می آورد .

نور آفتاب ، نیکوتین سیگار، استرس ومواد مضر ، سبب تولید رادیکال های آزاد خطرناک دربدن می شوند. بتا کاروتن این توانایی را دارد که به مقابله با این رادیکال ها برخیزد وانرژی تخریبی آنها راکم کند.

کاروتن موجود در پوست به عنوان یک محافظ درمقابل اشعه ماوراء بنفش عمل می کند. اگر از کرمهای ضد آفتاب هم استفاده نشده باشد، قهوه ای شدن پوست راتسهیل واز سرخ وسوختن پوست جلوگیری می کند.

روغن مغز هسته شیرین زرد آلو

ملین معده و نرم کننده مفید است وروغن مغز هسته تلخ زردالو اماس است وخوردن ومالیدن ان برای مبتلایان به بواسیر مفید است وریختن چند قطره از ان در گوش باعث تسکین درد می شود.

جوشانده برگ درخت خشک زرد الو کرم معده (یک نوع انگل) را از بین می برد و ادرار را زیاد می کند . شکوفه درخت ان ضد خونریزی است واگر جوشانده ای از ان تهیه کرده و چند قطر در بینی مبتلایان به خون دماغ بچکانید اثر معجزه اسای ان را بسیار سریع مشاهده می شود

.

منابع :

WWW.IRTEB.COM

زردآلو http://www.esfahan.agri-jahad.ir

زردآلو http://www.iranmania.com

زردآلو Apricot http://www.money۵۸.netfirms.com

گیاه شگفت انگیز ریحان Tulsi

ریحان گیاهی است علفی یکساله و معطر که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد. برگهای آن بصورت متقابل بیضوی و نوک تیز با کناره های دندانهدر می باشد . گلهای آن معطر و کوچک به رنگهای سفید، قرمز و گاهی بنفش مشاهده می شود . تخم آن سیاه و ریز است . برگ ریحان و سرشاخه های جوان آن بمصرف تغذیه می رسد ریحان در ایران و افغانستان بطور خودرو می روید در اکثر نقاط دنیا کاشته می شود .

برگهای این گیاه به صورت متقابل بیضوی، نوک تیز با کناره های دندانه دار است و گلهای آن معطر و کوچک به رنگ سفید،

قرمز و گاهی بنفش مشاهده می شود.

ریحان گیاه مقدسی است که دارای خواص چندگانه می باشد و در بسیاری از بیماریها استفاده می شود. از زمانهای قدیم، پیشینان و اجداد ما اعتقاد به قدست و خواص دارویی آن داشته اند.

ریحان در ایران و افغانستان به صورت خودرو می روید و در اکثر نقاط دنیا کاشته می شود.

از این گیاه اسانسی بنام بازیلیک یا روغن ریحان که بسیار معروف است تهیه می شود. ریحان از لحاظ مردم قدیم ایران کمی گرم و خشک است و چون بسیار معطر است برای معطر ساختن غذا از آن استفاده می شود.

گفته می شود مصرف ریحان طی مدت معینی ، باعث درمان بیماریهایی مانند سرما خوردگی، سرفه، سردرد، خستگی چشم، ضعف، اسهال، فشار خون بالا یا پایین، مشکلات قلبی، چاقی، ترشی معده، یبوست، مشکلات کلیوی، سنگهای مثانه و دردهای نقرسی می شود.

این گیاه برای افزایش مقاومت و استحکام بدن در برابر بیماریها که در نتیجه کمبود ویتامین های Aو C هستند، نقش عمده ای دارد.

مصرف ریحان می تواند باعث بهبود چین و چروکهای دست و صورت شود. هم چنین در بیماریهای زنان، مشکلات پوستی و تب نیز کاربرد دارد. برای بیماران مبتلا به سرطان نیز مصرف این گیاه توصیه می شود.

دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است و اثر ضدتشنج دارد.

برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است.

تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است و اگر آن را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است.

برگ ریحان اثر زیادکننده شیر دارد و خوردن آن به همراه غذا به هضم کمک می کند.

نیاز اکولوژیکی

ریحان در طول رویش به هوای گرم تابش نور کافی نیاز دارد. درجه حرارت مطلوب برای جوانه زنی بذر ۱۸ تا ۲۰ درجه سانتی گراد است. این گیاه به سرما بسیار حساس است. در طول رویش به آب کافی نیاز دارد. خاك مناسب برای کاشت ریحان خاکهای با بافت متوسط یا خاکهای لوم شنی یا مقادیر فراوان ترکیبات موهوسی است. نیاز ریحان به پتاس بسیار زیاد است پتاس نقش عمده ای در افزایش عملکرد پیکر رویشی و همچنین افزایش عملکرد اسانس دارد.

ترکیبات شیمیایی:

از ریحان اسانسی تهیه می شود بنام اسانس بازیلیک یا روغن ریحان که معروف است و مصارف درمانی مختلفی درد . اسانس ریحان شامل موادی مانند استراگول واوس من درد . دانه ریحان دارای ماده ر وغنی است که حالتی روان درد .

خواص داروئی:

چون ریحان بسیار معطر است بنبراین برای معطر ساختن غذاها از آن استفاده می شود ریحان از لحاظ قدیم ایران کمی گرم و خشک است .

۱)دم کرده برگ ریحان اثر ضد تشنج درد مقوی و مدر است .

۲)دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است .

۳)خوردن ریحان دستگاه هاضمه راتقویت می کند .

۴)نوشیدن یک فنجان دم کرده ریحان نفخ و گاز معده را از بین میبرد .

۵)برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است کافی است که محل گزش حشرات را با برگ ریحان ماساژ

دهید خارش و درد را برطرف می کند.

۶)جویدن برگ ریحان برای زخم های دهان مفید است .

۷)جوشانده ریحان تب بر است .

۸)دم کرده تخم ریحان مسکن است .

۹)اگر تخم ریحان را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است .

۱۰)تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است .

۱۱)برگ ریحان اثر زیا کننده شیر دردو مادران شیر ده حتما باید از این گیاه استفاده کنند .

۱۲)دم کرده دانه ریحان برای درمان ورم کلیه و ترشحات زنانه بکار می رود .

۱۳)دم کرده برگ ریحان درمان کننده سرگیجه است .

۱۴)برگ ریحان را همراه غذا بخورید در هضم غذا موثر است .

۱۵)اگر گلدان ریحان را جلوی پنجره بگذارید حشرات و مگس را فراری می دهد و آنها وارد خانه نخواهند شد .

نظر بزرگان در مورد ریحان

در حدیث است که امام صادق (ع) فرمود: ریحان سبزی پیامبران است و بدانید که هشت خاصیت در آن وجود دارد:

۱- غذا را گوارا می کند.

۲- منفذها را باز می کند.

۳ و ۴- دهان و باد گلو را خوشبو می سازد.

۵- اشتها را به غذا افزایش می دهد.

۶- مرض را از بین می برد.

۷- شخص را از بیماری

جذام ایمن می گرداند.

۸- وقتی ریحان در شکم آدمی قرار گیرد، همه ی امراض را ریشه کن می سازد.

در حدیث دیگر، امام کاظم (ع) فرمود : ریحان مرض سل را از بین می برد.

طرز استفاده:

اسانس ریحان را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا Helath Food خریدری کنید این اسانس بنام Essential Oil Basil معروف است لطفا دقت کنید که این اسانس بسیار قوی است و نباید بیش از ۲ تا ۳ قطره آنرا مصرف کنید و همیشه هم باید آنرا با آب رقیق کنید .

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

خواص گیاه ریحان http://www.hemheme.com

گیاه شگفت انگیز ریحان Tulsi http://aftab.ir

ریحان http://www.iranmania.com

گیاه ریحان http://daneshnameh.roshd.ir

ریحان Basil http://www.irteb.com

ریحان http://www.money۵۸.netfirms.com

مارچوبه

مارچوبه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا چند متر می رسد و دارای شاخه های نسبتا چوبی و صاف می باشد . مارچوبه بصورت وحشی در اکثر نقاط دنیا می روید برگهای آن فلسی شکل بوده که از کنار آنها شاخه هایی باریک و دراز و سبز رنگ بصورت دسته های ۳ تا ۸ تائی خارج می شود . بعلت زیبا بودن این گیاه را بصورت تزئینی در باغچه ها می کارند مار چوبه را در اوائل پائیز می چینند .این گیاه از قدیم الایام مورد استفاده بشر بوده است و حتی در اهرام ثلاثه مصر نقاشی هایی وجود دارد که مارچوبه را نشان می دهد .مارچوبه را می توان بصورت مختلف مصرف کرد . باید مارچوبه را با کمی آب و حرارات کم در ظرف های ضد زنگ پخت و تقریبا نیمه خام آنرا برداشت . آب مارچوبه را دور نریزید و از آن برای سوپ استفاده کنید زیرا دارای ویتامین و املاح می باشد . وقتیکه مارچوبه می خرید دقت کنید تازه باشد . شاخه های مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوک آن نباید باز شده باشد و اگر فلسهای نوک آن باز باشد نشانه این است که گیاه مدت زیادی مانده و کهنه شده است .

شناسنامه

لاله Liliaceae :تیره

Asparagus officinalis L. :نام لاتین

Asparagus – Sparrow grass :نام انگلیسی

مارچوبه :نام فارسی

هلیون – کشک المار :نام عربی

شرح گیاه

مارچوبه گیاهی علفی چند ساله، دو پایه است و گلهای بسیار کوچک آن در روی پایه های نر و ماده قرار دارند گلهای آن دارای ۶ کاسبرگ و ۶ گلبرگ و ۶ پرچم و یک مادگی سه برچه ای است گلهای نر به رنگ زرد مایل به سبز بوده، کاملاً از گلهای ماده که معمولاً به رنگ قرمز در می آیند قابل تشخیص می باشند میوه مارچوبه که به رنگ قرمز در می آید در پائیز ظاهر می شود و به صورت سته کوچک سه حجره ای است که دارای یک یا چند بذر می باشد. گلهای آن به صورت چند تایی است که شاید تا به ۴ عدد نیز برسند، که آنها در یک محل ظاهر میشوند حشرات بخصوص زنبور عسل در انتقال دانه گرده آن از پایه های نرم پایه های ماده نقش عمده‌ای دارند مارچوبه دارای دو نوع ریشه است یکی ریشه های معمولی که جذب آب و مواد غذایی را بعهده دارند و دیگری ریشه های متورم و گوشتی که پر از ذخیره مواد غذایی هستند و در آنها سوکروز ذخیره می شود قطر ریشه های گوشتی ممکن است به اندازه یک مداد یا کمی ضخیم تر باشند. ریشه های معمولی از قسمتهای جوان ریشه های ذخیره ای بوجود می آیند ریشه های مارچوبه می تواند تا عمق ۵/۱ متر در خاک رشد کنند. سیستم ریشه بندی مارچوبه را تاج مارچوبه (Asparagus Crown) می گویند. تاج مارچوبه برای تکثیر غیر جنسی مورد استفاده قرار می گیرد. مارچوبه دارای دو نوع ساقه است اول ساقه هوایی نازک به رنگ سبز که بعد از برداشت ساقه های جوان بوجود می آید و ارتفاع آن گاهی اوقات به ۵ متر نیز می رسد. دیگری ساقه‌های جوان است که قسمتهای قابل استفاده مارچوبه ها را تشکیل می دهد این ساقه ها از روی ریزوم ظاهر می شوند و قبل از اینکه از خاک خارج شوند باید قطع گردند طول این ساقه ها بین ۱۵ تا ۲۵ سانتیمتر متغیر است.ساقه های هوایی و برگها در اثر سرمای زمستان خشک می شوند.

ترکیبات شیمیایی:

مارچوبه دارای آسپاراژین ف کونی فرین ، اینوزیت ، تانن ، اسدی گالیک ، آسپاراگوز، و اسید سوکسی نیک می باشد دانه آن دارای ۱۵ درصد مواد روغنی می باشد این روغن زرد مایل به قرمز است .

درصد مواد موجود در مارچوبه بصورت زیر است :

آب: ۹۰ گرم

پروتئین: ۲/۵ گرم

چربی: ۰/۲ گرم

مواد نشاسته ای: ۴/۲ گرم

کلسیم: ۲۲ میلی گرم

فسفر: ۶۰ میلی گرم

آهن: ۱/۱ میلی گرم

سدیم: ۲ میلی گرم

پتاسیم: ۲۷۵ میلی گرم

ویتامین آ: ۹۰۰ واحد

ویتامین ب ۱: ۰/۲ میلی گرم

ویتامین ب ۲: ۰/۲ میلی گرم

ویتامین ب ۳: ۱/۵ میلی گرم

ویتامین ث: ۳۵ میلی گرم

خواص داروئی:

از نظرطب قدیم ایران مارچوبه گرم و خشک است بنابراین آنهایی که سرد مزاج هستند باید آنرا با عسل بخورند و آنهایی که گرم مزاج هستند باید آنرا با سرکه بخورند .مارچوبه گیاهی است ادرار آور و دارای خواص زیادی است.

۱. خوردن آن دید چشم را تقویت می کند.

۲. برای تقویت نیروی جنسی مفید است.

۳. ضعف مثانه را برطرف می کند.

۴. برای تقویت قلب مفید است.

۵. ملین است و یبوست را برطرف می کند.

۶. تب بر است.

۷. مارچوبه بعلت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانیکه کم خون هستند باید از آن استفاده کنند .

۸. مارچوبه به ساختن گلبولهای قرمز خون کمک می کند.

نیاز اکولوژیکی

مارچوبه یک سبزی فصل خنک می باشد. مارچوبه بهترین رشد و بالاترین محصول را از نظر کیفیت خوب در آب و هوایی تولید می کند که زمین حاوی مارچوبه کمی یخ بزند در مناطقی که در طول فصل رشد (تابستان) هوا گرم می شود محصول از کیفیت خوبی برخوردار نیست چون مواد غذایی در ریشه های ذخیره ای آن اندوخته نمی گردند در زمستان بهتراست.هوا آنقدر سرد و شو

دکه قسمتهای هوایی (ساقه و برگها) خزان کنند. در مناطقی مانند دزفول در استان خوزستان که زمستان یخبندان ندارند و دارای سرمای ملایم هستند توصیه می شود که قسمتهای هوایی قبل از فرا رسیدن فصل زمستان از فاصله ۱۰ تا ۲۰ سانتی متری سطح خاک قطع گردند. بهترین دما در طول مدت رشد بوته برای مارچوبه بین ۱۶ تا ۲۴ درجه سانتی گراد می باشد. مناسب ترین pH برای رشد مارچوبه بین ۶ تا ۷/۶ می باشد. تذکر :از ارقام مارچوبه عبارتند از : مری واشنگتن ، ردینگ ژآلت مارتا واشینگتن و آلت هام واشینگتن و ویکینگ می باشد. ارقام مارچوبه براساس رنگ جوانه های خوراکی به دو دسته تقسیم می شوند دسته اول دارای رنگ سبز و دسته دوم سبز روشن یا مایل به سفید است.

آماده سازی خاک

مارچوبه بهترین محصول را در خاک عمیق ، حاصلخیز ، خنک ، آفتابگیر ، قوی و با زهکشی خوب می دهد مارچوبه در خاکهای مختلف که از حیث مواد آلی غنی باشند رشد می کند و محصول می دهد ولی بطور اختصاص خاکهای شتی و شنی لومی و لومی سیلتی که با مواد آلی و هوموس تقویت شوند بسیار مناسب هستند مارچوبه در خاکهای اسیدی نمی تواند رشد کند مگر آنکه خاکها به وسیله آهک اصلاح شوند مناسب ترین pH برای رشد مارچوبه بین ۶ تا ۷/۶ می باشد. در خاکهایی که کمی قلیایی باشند کشت با موفقیت انجام می شود و محصول می دهد مارچوبه یک سبزی چند ساله است و می تواند ۱۰ تا ۲۰ سال در زمین باقی بماند لذا در تهیه زمین باید دقت کافی مبذول گردد. بخصوص چنانچه هدف آن باشد که این گیاه به وسیله بذر تکثیر شود باید زمین صاف، نرم بدون کلوخ و کاه باشد. شخم عمیق زده شود و بعد از آن کلوخ ها به وسیله دیسک یا دندانه نرم شوند و زمین تسطیح گردد. مارچوبه به هوموس و مواد آلی زیاد نیاز دارد و نسبت به کودهای حیوانی واکنش مثبت نشان می دهد لذا قبل از کاشت مارچوبه میتوان کودهای حیوانی را به زمین داد. مقدار کود های شیمیایی نیز با توجه به مقدار مواد غذایی موجود در خاک حدود ۲۰۰ کیلو ازت ، ۸۰ کیلوگرم ۳۰۰ ، P_2O_5 کیلوگرم K_2O برای هر هکتار در نظر گرفته می شود کود ازته را به مقدار ۵۰ درصد در هنگام احداث پشته ها (حدود ۱۰ روز قبل از پایان برداشت محصول) و ۵۰ درصد بقیه را در تابستان به زمین می دهند کودهای فسفاته پتاسه را قبل از احداث پشته ها می دهند.

تاریخ و فواصل کاشت

موقع انتقال نشاء اوایل بهار می باشد عمق شیار در خزانه ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر فاصله دو شیار ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر می باشد در زمین اصلی بوته ها به فاصله ۴۰ تا ۵۰ سانتی متر در ردیفهایی بین ۹۰ تا ۱۵۰ سانتی متر از یکدیگر کاشته میشوند

کاشت

ازدیاد مارچوبه به دو روش رویشی و جنسی صورت می گیرد. در کشت مستقیم بعد از آماده کردن زمین ، زمین به جوی و پشته تبدیل می گردد عرض پشته بین یک تا یک و نیم در نظر گرفته می شود سپس بذور در ته جوی کاشته می شوند. بهتر است به منظور سرعت بخشیدن به سبز شدن بذر، بذور قبل از کاشت به مدت ۲۴ ساعت در آب خیسانده شوند آنگاه شیارهایی به عمق یک سانتی کمتر در کف جویها ایجاد می کنیم و بذور را در شیارهای آنها می‌کاریم و به وسیله خاک سبک و مرطوب آنها را می پوشانیم. تا سبز شدن بذر و چوبها مرطوب نگه داشته می شوند آبیاری باید به روش بارانی صورت گیرد. مدت جوانه زدن بذر طولانی می باشد و به عواملی مثل دما و رطوبت خاک بستگی دارد و شاید بین ۱۵ تا ۴۰ روز متغیر باشد. بوته ها در فاصله ۱۰ سانتی متری تنک می شوند بتدریج که گیاه رشد میکند روی بوته و اطراف آن خاک نرم همراه با کود حیوانی پوسیده داده می شود بدین ترتیب در سال اول بوته رشد کامل می نماید و محصولی برداشت نخواهد شد. میزان بذور مورد نیاز در کشت مستقیم بین یک تا دو کیلو گرم در هکتار می باشد. روش مرسوم و متداول کشت مارچوبه تهیه خزانه و انتقال بوته های یکساله به محل اصلی می باشد. در این روش باید سعی شود که در هنگام انتقال بوته ها به محل اصلی به ریشه ها صدمه نرسد.در هنگام تهیه خزانه

باید دقت شود که زمین کاملاً آماده و با کودهای حیوانی و شیمیایی تقویت شده باشد زمین به شیار تبدیل می شود عمق شیار ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر و فاصله دو شیار ۴۰ تا ۶۰ سانتی متر در نظر گرفته میشود، بذور در ته شیار کاشته می شوند با رشد بوته ها روی آنها خاک داده می شود. بدین ترتیب بوته ها در سال دوم آماده انتقال به محلی اصلی می گردند موقع انتقال نشاء اوایل بهار می باشد. در هنگام انتقال ابتدا زمین اصلی به جوی و پشته تبدیل می شود. سپس بوته ها به فاصله ۴۰ تا ۵۰ سانتی متر از یکدیگر درروی ردیف هایی که ۹۰ تا ۱۵۰ سانتی متر از یکدیگر فاصله دارند کاشته می شوند بوته های آماده شده در خزانه را تاج (Crown) می گویند. نحوه انتقال تاج به محلی اصلی بدین ترتیب میباشد که در اوایل بهار در ته جویها کود حیوانی پوسیده همراه با ماسه و خاک نرم به عمق ۵ تا ۷ سانتی ریخته می شود. سپس تاجهای یکساله درته جویها روی کود پوسیده طوری قرار داده می شوند که فاصله آنها از یکدیگر حدود ۳۰ تا ۵۰ سانتی متر باشد. ریشه های بوته روی خاک نرم پخش می گردند سپس روی ریشه ها به وسیله خاک و کود پوشیده میشود. بتدریج که تاج شروع به رشد میکند اطراف بوته ها و روی آنها خاک و کود قرار داده می شود بنابراین تا آخر فصل رشد جویها از خاک و کود پر می گردند بدین ترتیب بوته. مارچوبه در سال اول، رشد کافی کرده هیچ گونه برداشت محصول صورت نمی گیرد. شاید در سال دوم تعداد کمی اسپی یر (Spear ساقه های هوایی که نسبتاً ضخیم بوده و قابل خوردن می باشند) تولید و برداشت شود. برداشت اصلی از سال سوم شروع می گردد. معمولاً مقدار تاج آماده شده از یک هکتار خزانه برای کاشت حدود ۱۰ هکتار زمین اصلی کفایت می کند. در هنگام انتقال تاج های یکساله باید دقت شود که تاجهای ضعیف حذف شود زیرا محصول کمتری می دهند تاجهای دو ساله و یا سه ساله برای انتقال مناسب نیستند.

داشت

چون مارچوبه یک سبزی چند ساله است بنابراین مراقبتهای ویژه لازم دارد. با علفهای هرز بشدت باید مبارزه شود. این مطلب در مورد علفهای هرز چند ساله جدی تر است در غیر این صورت علفهای هرز به طرق مختلف ریشه، ریزوم ، غده و بذر ، ایجاد مزاحمت می کنند و مبارزه با آنها مستلزم هزینه سنگین می باشد لذا هنگام آماده کردن زمین، استفاده از انواع علف کشها توصیه می شود نرم کردن زمین در اوایل بهار یکی دیگر از کارهایی است که در مورد مزرعه مارچوبه باید انجام گیرد. بدین جهت در اوایل بهار به منظور مبارزه با علفهای هرز و نرم کردن سطح خاک با دیسک سبک، زمین دیسک زده می شود. بدین ترتیب چنانچه قسمتهای هوایی بوته ها از سال قبل باقی مانده باشند، از بین خواهند رفت. چنانچه می خواهیم کود شیمیایی به زمین بدهیم باید این کار در هنگام دیسک زدن صورت گیرد. برای این منظور مقدار ۲۰۰ کیلوگرم در هکتار از کودهای کامل توصیه میشود. به منظور سفید کردن ساقه های مارچوبه در اوایل بهار پای بوته و روی آن با کود پوسیده و خاک نرم پوشیده می شود. این کار در سطح وسیع با ماشین آلات انجام می گیرد. اگر در آخر فصل به زمین کو شیمیایی داده می شود بهتر است آنرا با خاک مخلوط و بین ردیفها پخش کرد. مزرعه مارچوبه باید مرطوب و نم دار باشد از این رو آبیاری باید مرتب صورت گیرد این مسئله در مناطق خشک اهمیت بیشتری دارد. بوته مارچوبه مورد حمله حشرات زیادی قرار می گیرد از مهمترین آنها سوسک مخصوص بوته مارچوبه می باشد از بیماریهای مارچوبه بیماری زنگ مارچوبه است که برای مبارزه باید از ارقام مقاوم استفاده نمود جمع آوری بوته های آلوده و سوزاندن راه دیگر برای مبارزه با آن است.

برداشت

معمولاًـ برداشت مارچوبه از سال سوم شروع می شود یعنی دو سال بعد از انتقال تاج آن به محل اصلی اگر کاشت، داشت و نگهداری مزرعه بخوبی انجام گیرد، شاید در سال دوم تعداد کمی از اسپی یرهان قابل برداشت باشند ولی بهتر است در سال دوم محصول برداشت نشود.در اینصورت بوته ها قوی شده و مواد غذایی در اندام های زیر زمینی تاج ذخیره می گردد و در طی این مدت به بوته فرصت داده می شودکه رشد ریشه هایش کامل گردد و به این ترتیب بوته برای سال سوم آماده بهره برداری می شود.

قاعدتاً برداشت از بهار سال سوم آغاز می گردد برداشت وقتی شروع می شود که طول اسپی یر ها بین ۱۵ تا ۲۵ سانتی متر باشد. اسپی یر ها را می توان از روی سطح خاک و یا از ۲ تا ۵ سانتی متری زیر خاک قطع نمود. این کار بایـد با دقت انجام شوده که به ساقه هایی که هنوز از خاک خارج نشده انـد، صدمه ای وارد نشود برداشت مارچوبه از اوایل بهار شروع ۶ الی ۸ هفته به طول می انجامـد چنانچه عمل برداشت بیشتر ادامه یابد مواد غذایی در ریشه های متورم ذخیره نمی شود و بوته برای سال آینده ضعیف باقی مانـد. و به منظور سفید کردن اسپی یر ها بایـد در اوایل بهار روی ساقه به وسیله خاک پوشانده شود. هنگام برداشت می توان خاکهای اطراف اسپی یر را عقب زد سپس به برداشت اقدام کرد. بهتر است بعد از برداشت مارچوبه بلافاصله مورد استفاده قرار گیرد. برای این کار آنها را شسته، دو طرف ساقه را به اندازه کمتر از یک سانتی متر قطع می کنند و به صورت آب پز یا پخته شده به مصرف می رسانند. در شرایط مناسب دمای ۳ تا ۴ درجه سانتی گراد و با رطوبت نسبی ۷۰ تا ۸۰ درصد می توان مارچوبه را برای چند ماه نگهداری کرد.

طرز استفاده:

برای نگاهدری مارچوبه آنرا در پارچه های مرطوب ببندید و در یخچال قرار دهید زیرا گرما و خشکی آنرا از بین میبرد .

مارچوبه را نیز می توان در سالاد ریخت و یا از آن سوپ تهیه کرد .

مورد دیگر استفاده از مارچوبه غیر از پختن آن بصورت دم کرده آن است .

دم کرده مارچوبه را به این صورت تهیه کنید :

چنـد شاخه مارچوبه را در داخل یک لیتر آبجوش بریزیـد و مقـدری هم رازیانه و جعفری به آن اضافه کنیـد و بگذاریـد مـدت پنج دقیقه دم بکشد . از این دم کرده بمقدر دو تا سه فنجان در روز برای تسکین و آرامش قلب استفاده کنید .

مضرات : مارچوبه را نباید آنهایی که مبتلا به ورم مجاری ادرار هستند و یا اشخاص عصبی مصرف کنند . مارچوبه همچنین برای مبتلایان به رماتیسم و سنگ کلیه خوب نیست .

منابع :

مارچوبه http://www.iranmania.com

گیاه مارچوبه http://daneshnameh.roshd.ir

از مارچوبه چه می‌دانید؟ http://www.sabziran.ir

مارچوبه «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

میخک

درخت میخک بومی جزائر انـدونزی و اقیانوسیه است و بعلت زیبایی خاصـی که درد امروز در بیشتر نقاط دینا بعنوان درخت زینتی پرورش داده می شود . البته در مناطق سردسیر این گیاه در گلخانه و گرم خانه نگهـدری می شود .در قـدیم الایام میخک ادویه ای گران قیمت بوده که تنها پادشاهان و ثروتمندان مکی توانستند از آن استفاده کنند

میخک درختی است کوچک و مخروطی شکل که برگهای آن هیچ وقت زرد نمی شود ودر تمام طول سال سبز است . ارتفاع این درخت تا ۱۰ متر می رسـد . برگهـای آن نوک تیز و بیضوی و دم برگهـای آن قرمز رنگ است و به درخت زیبایی مخصوصـی می دهد

گلهای میخک کوچک و مجتمع بصورت خوشه هایی شامل ۱۰ تا ۲۵ گل می باشد .

وجه تسمیه این درخت بـدین دلیـل است که غنچه هـای خشـک شـده آن که کوچـک و بطول یـک سـانتی متر است بشـکل میخ

کوچک می باشد .

ترکیبات شیمیایی

غنچه های درخت میخک پس از باز شدن یعنی قبل از اینکه رنگ خاکستری و ارغوانی آن تبدیل به قرمز شود باید چیده و خشک نمود . میخک که بعنوان ادویه و دارو بکار می رود پودر این غنچه ها می باشد .

میخک دارای ۱۶ درصد و ساقه های درخت در حدود ۵ درصد و برگهای آن دارای ۲ درصد اسانس روغنی می باشد که از تقطیر این قسمت ها بدست می آید .

اسانس میخک دارای بوئی قوی وطعمی سوزاننـده می باشد .این اسانس سـفید رنگ بوده که اگر در مجاورت هوا قرار گیرد رنگ آن تیره و غلیظ می شود .

اسانس میخک دارای اوژنول کاربو فیلین ، الکل بنزیلیک ، بنزوات دو متیل ، فورفوول و اتیلن می باشد .

اوژنول که ماده اصـلی میخک می باشـد آرام کننده و ضد عفونی کننده است و از آن در دندانپزشـکی برای آرام کردن درد دندان استفاده می شود .

خواص درمانی میخک

در اسـناد و مدارک طب سـنتی چین اولین نشانه‌های شـناخت درخت میخک به دوران امپراطوری هان در چین برمی‌گردد ?? (سال قبل از میلاد مسیح) و یا نام ادویه زبان جوجه نام برده شده استاسـناس میخک در صـنعت عطرسازی استفاده می‌شود. طبق تحقیقات انجام شده روغن میخک با مهار مسیرهای سیکلواکسژناز در بیماری‌های التهابی موثر است.

اوژنول که ماده موثره اصلی میخک می‌باشد خواص ضد دردی مناسبی دارد به همین دلیل در ترکیبات ضد درد دندانپزشکی از آن استفاده می‌کنند که مزه خاص این فرآورده که همگی ما آن را تجربه کردیم ناشی از اوژنول می‌باشد.

عصاره‌های آبی و اتانولی میخک دارای اثرات ضـد میکروبی بر علیه اسـتافیلوکوک طلائی مقام پنی‌سـیلین دارد و رشد باکتری‌های ایجادکننده پوسیدگی دندان نیز جلوگیری می‌کند.

از خواص جـالب میخـک اثرات ضدویروسـی عصـاره آبی آن در زخم‌هـای پوستی ناشـی از ویروس هرپس می‌باشـد از نکات بارز درمـانی اوژنول اثر حفـاظت کبـدی آن می‌باشـد در تحقیقـات بـالینی انجـام شـده خواص درمـانی میخـک در درمان درد و التهاب بیماری‌های دهان و دندان و نیز کاهش سردرد بیماران ثابت شده است.

مرجع علمی گیاه درمانی آلمان (کمیسیون E) نیز اثرات ضددردی آن در دندان درد و رفع التهاب دهان و حلق را تأیید کرده است در طب سـنتی هند نیز میخک را برای رفع بدبوئی دهان، نفخ، دردهای شـکمی و مشکلات معده و حتی بیماری‌های چشم نیز به‌کار می‌بردند.

?میخک در طب سنتی ایران

در طب سـنتی ایران میخـک را به‌عنوان قرنفل یاد می‌کردنـد طبیعت آن را در سوم گرم و خشک می‌دانسـته، خاص پادزهر برای آن قائل بودند. میخک مقوی ارواح و اعضاء رئیسه می‌باشد و جهت تقویت ذهن فکر و رفع صدا، (سردرد) بلغمی و فالج (سکته مغزی) از? ن بهره می‌بردنـد. در طب سـنتی ایران در جهت تقویت لثه و درد دنـدان بارد و رفع بدبوی دهان کاربرد داشـته است. از میخک در بیماری‌های گوارشی مانند فواق (سکسکه) وجشاء (آروغ) و بیماری‌های رحم و بیماری‌های تنفسی مانند سرفه استعمال می‌شود.

خواص طبیعی گل میخک:

خشـک شـده غنچه درخت از دو هزار سـال بیش به عنوان ادویه به کـار می رفته است. از نظر طب قـدیم ایران میخک خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است.

ـ برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آن را روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید.

ـ میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانی که حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند.

ـ میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد.

ـ حالت تهوع و استفراغ را برطرف می کند، بدین منظور می توان ۲ قطره از اسانس میخک را در یک لیوان ریخت و نوشید و یا از یک فنجان دم کرده میخک استفاده کرد.

خواص داروئی:

میخک یعنی خشک شده غنچه درخت میخک از دو هزار سال پیش بعوان ادویه بکار می رفته است . میخک از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است .

۱)برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطره از اسانس میخک و یا روغن آنرا روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید .

۲)میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانیکه حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند.

۳)میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد .

۴)برای رفع سردرد مفید است

۵)در برطرف کردن فلج و لقوه موثر است

۶)ضعف اعصاب را درمان می کند

۷)برای رفع تنگی نفس مفید است

۸)کسانیکه مبتلا به بیماری وسواس هستند برای درمان آن باید میخک بخورند

۹)مقوی معده و جهاز هاضمه است

۱۰)کبد و کلیه را تقویت می کند

۱۱)سکسکه را برطرف می کند

۱۲)برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان مفید است بدین منظور باید ۲ گرم از پودر میخک را با شیر مخلوط کرده و هر روز بمدت یک هفته از آن استفاده کرد

۱۳)کسانیکه قطره قطره ادرار می کنند برای درمان آن باید چای میخک بنوشند

۱۴)میخک اشتهاآرو است

۱۵)بدن را تقویت می کند

۱۶)برای ترمیم قرنیه چشم و برطرف کردن لکه در چشم ، می توان چند قطره از محلول آبی میخک در چشم بچکانید .

۱۷)میخک تب بر است

۱۸)میخک کرم کش است و داروهای کرم کش دارای میخک می باشند

۱۹)برای گردش خون و قلب مفید است

۲۰)اسهال و دل درد را تقویت می کند

۲۱)برای درمان کمردرد ، چای میخک و یا دو قطره اسانس میخک را با آب گرم و یا چای مخلوط کرده و بنوشید .

۲۲)نوشیدن یک فنجان چای میخک بعد از غذا گاز و درد معده را از بین می برد

۲۳)استفاده از میخک گرفتگی عضله را از بین می برد

طرز استفاده :

برای تهیه چایی یا دم کرده میخک مقدر ۱۰ گرم میخک را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و بمدت ۵ دقیقه دم کنید.

مضرات میخک:

همـانطور که گفته شـد میخک بسـیار گرم است، بنابراین برای گرم مزاجان مناسب نیست و ممکن است باعث ناراحتی کلیه و روده ها شود. این گونه افراد باید میخک را با صمغ عربی مخلوط کرده و بخورند.

منابع :

میخک http://www.parsiteb.com

خواص دارویی گل میخک http://www.persianv.com

نگاهی به خواص میخک http://aftab.ir

میخک «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

خواص دارویی گل میخک http://www.aghlam.com

خواص میخک http://www.aghlam.com

میخک Clove http://www.money۵۸.netfirms.com

خواص موز

میوه ی موز مخصوص منـاطق اسـتوایی و گرمسیری است که اخیراً با تلاش مسـتمر کشاورزان , در ایران نیز پرورش داده می شود . درخت موز بـا تنه ای بزرگ که گاهی قامت آن به سه متر و عرض آن ?? سانتی متر می شود جزو گیاهان علفی به حساب می آید موز دارای انواع و اقسامی می باشد و یک نوع نا مرغوب آن دارای هسـته است . موز در صورت رسـیده بودن عطری مطبوع دارد – خوش طعم و شـیرین است و دارای ویتامین آ , ب و ث و هشـتاد درصـد قند می باشد و نیز دارای آهن و فسـفر و پتاس و سدیم می باشد ولی قند آن خوب نیست و مبتلایان به یبوست نیز نباید آن را مصرف کنند– موز یک میوه خون ساز است برای چاق شدن می توانیـد از موز اسـتفاده کنیـد و اگر مبتلا به شوره ی سـر هستید می توانید موز را انتخاب کنید . در پوست آن خواص بسـیاری نهفته است . خاکستر آن برای بند آوردن خونریزی مفید است . میوه آن نرم و بسـیار مغزی است و قدرت غذای آن از غذای سیب زمینی بیشتر است . موزدارای فلزاتی مانند آهن , فسـفر , منیزی , پتاسـیم , سدیم و روی است ولی از نظر چربی چون کلسیم , سلولز و . . . فقیر است .

افرادی که مبتلاـ به بیمـاری آلبـومین هسـتند می تواننـد مـوز را همراه غـذای منـاسب دیگر میـل نماینـد . و چـون فاقـد مـواد سـفیده ای(آلبومین) است برای آن ها مفیـد می باشد و افرادی که مبتلا به بیماری مرض قند هسـتند بهتر است از موز اسـتفاده نکنند . بیشتر افراد از خوردن موز حساسـیت دارنـد . و زبان آن ها ورم و جوش می زنـد به این اشـخاص توصـیه می شود که پس از خوردن موز بلافاصله یک میوه ی ترش , آب میوه میل نمایند . موز یکی از میوه های مفید و خون ساز است و باعث زیبایی چهره می شود ..

کسی که بخواهد چاق شود موز بخورد .

موز گیـاهی است علفی کهماننـد درختچه است . برگهای آن بسـیار بزرگ و پهن و گاهی تا ۲ متر می رسـد . گلهای آن مجتمع و بصورت سنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می آید .

موز از چهـار هزار سـال قبل در هندوسـتان کشت می شـده است . در سال ۱۴۸۲ پرتغالیهـا موز را در سواحل گینه پیـدا کردنـد و به جزائر قناری بردند و سـپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی قاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود .

موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند .

موز انواع مختلف دارد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی دارد .

در کشورهای استوایی معمولا ـ موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه کرده و در آفتاب خشک می کنند

هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده است . موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است .

در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نوروپی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد .

ترکیبات شیمیایی:

قندی که در موز وجود دارد بسرعت قابل جذب استدر صد گرم موز مواد زیر موجود است .

انرژی ۱۰۰ کالری

آب ۷۰ گرم

پروتئین ۰/۸ گرم

چربی ۰/۲ گرم

قند ۶/۵ گرم

کلسیم ۸ میلی گرم

فسفر ۲۵ میلی گرم

آهن ۰/۷ میلی گرم

سدیم ۱ میلی گرم

پتاسیم ۳۷۰ میلی گرم

ویتامین آ ۱۹۰ واحد

ویتامین ب۱ ۰/۰۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲ ۰/۰۶ میلی گرم

ویتامین ب ۳ ۰/۰۷ میلی گرم

ویتامین ث ۱۰ میلی گرم

در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نوروپی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد .

خواص داروئی:

موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تر است و خون را غلیظ می کند . موز انرژی زیادی درد و چون نرم هست غذای خوبی برای کودکان و اشخاص مسن می باشد.

بدلیل داشتن پتاسیم زیاد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد.

موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است.

موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند.

موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است.

موز درمان زخم معده و روده می باشد.

گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است.

شیره گلهای موز درمان کننده اسهال خونی است.

جوشانده موز اثر قطع خونریزی دارد.

ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است.

ریشه موز دفع کننده کرم معده است.

موز نفاخ است و زیادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی نمک خورد.

موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب دارد.

برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید.

موز مدر است.

موز بعلت درا بودن قند زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند.

موز به افرادی که دارای فشار خون بالایی هستند کمک می کند همچنین خطر حملات قلبی را کاهش می دهد. موز بهبود دهنده زخم مزمن معده و کاهش دهنده کلسترول می باشد. ماده معجزه آسا موجود که در موز سیستم گردش خون را تنظیم می کند پتاسیم است. به عنوان مثال در مطالعه ۸۵۹ نفر مرد و زن که به وسیله دانشگاه Sandiago کالیفرنیا و دانشگاه کمبریج انگلستان انجام شد تحقیقات نشان داد که افرادی که روزانه از غذایی که دارای پتاسیم بالایی هستند استفده می کنند مثل موز ۴۰٪ کمتر خطر ابتلا به حمله قلبی را دارند .

تحقیق دیگری نشان داد که کسانی که به طور روزانه به جیره غذایی خود پتاسیم اضافه می کنند ضمن اینکه از حملات قلبی جلوگیری می شود. بلکه باعث کاهش خون نیز می گردد.

اثر پتاسیم خیلی قوی است دانشمندان می گویند افزودن پتاسیم به غذای روزانه افراد باعث پایین آمدن فشار خون می شود و وقتی که پتاسیم را از جیره غذایی حذف می نمایند فشار خون بالا می رود.

تحقیقاتی که در دانشگاه Temple فیلا دلفیا انجام شد نشان می دهد که حذف پتاسیم از غذای ۱۲ نفر که فشار خون بالاتر داشتند بعد از ۱۰ روز فشار خونشان بالاتر رفته است. چه مقدار پتاسیم باید به غذا افزود ؟ بررسی که در دانشگاه Naples ایتالیا انجام شده نشان می دهد که ۸۱ ٪ افرادی که فشار خون بالایی دارند اگر از ۳ الی ۶ جیره غذایی که پتاسیم بالا دارند مثل موز استفاده کنند میزان دارو درمانی آنها به نصف و در بعضی ها کاملا قطع گردیده است.

درمان طبیعی زخم معده

تحقیقات نشان می دهد که اثر موز بر روی زخم بیشتر از داروهای گران قیمت است که به وسیله پزشک تجویز می شود.بررسی های آزمایشگاهی و بررسی روی حیوانات نشان می دهد که موز یک ماده حفاظت کننده می باشد. هر چند تحقیقات کاملتری لازم می باشد تا به عمل یک تکه موز در سیستم هاضمه پی برد. تحقیقات انجام شده در کالج Kastuba هند نشان می دهد که عامل شیمیایی موجود در موز به نام Protease Inhibitor واقعا باکتری عامل اولسر را متوقف می کند. محققین دیگر در دانشگاه New England در استرالیا نشان می دهد که موز از برگشت اولسر جلوگیری می نماید همان طوری که داروهای گران قیمت این کار را انجام می دهد عوارض جانبی نیز ندارد.

رمز این تحقیقات این بود که این موزها کاملا رسیده و قهوه ای بودند در این مرحله موز ماده ای تولید می کند که همان لایه پوششی تولید شده در معده است که بر اثر اسید معده کاهش پیدا می کند.

در طول این مدت محققین اثرات درمانی دیگر موز را نیز دنبال نموده اند. در تحقیقی که بر روی حیوانات در دانشگاه Kerala در هند انجام شد معلوم گردید که موز نرسیده خشک شده سطح LDL کلستورل را کاهش می دهد که این نوع کلسترول نوع مضر کلسترول می باشد که باعث انسداد رگها می شود و از تغییرات شیمیایی بین عضلات قلب که خود می تواند عامل بیماری Cardio Vascular گردد جلوگیری کند. تحقیق دیگری در New Dehli نشان می دهد که پودر موز خشک شده می تواند درد را کاهش دهد.

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

موز «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

موز http://www.iranmania.com

موز Banana http://www.money۵۸.netfirms.com

موز http://www.parsiteb.com

خاصیت های موز http://aftab.ir

آووکادو

بر خلاف باور عام، آووکادو یک میوه نیست، بلکه یک سبزی سرشار از مواد مغذی و اسیدهای چرب مورد نیاز برای بدن است. در واقع آووکادو یک نوع سبزی چرب است (یک آووکادوی متوسط حاوی حدود ۳۰ گرم چربی است).

آووکادو دارای انواع مختلفی است، یک نوع آن سبز و براق است و چربی کمی دارد و وزنی در حد ۹۰۰گرم دارد.

انواع متوسط آن گلابی شکل هستند از نظر نوع روغن بسیار شبیه به زیتون است (یعنی دارنده اسید چرب ضروری مورد نیاز بدن که بدن قادر به ساخت آن نیست و باید از منابع غذایی دریافت شود).

این چربی از نوع مفید است که نه تنها تاثیری در افزایش کلسترول بدن ندارد، بلکه باعث کاهش میزان کلسترول خون نیز می شود.

تحقیقات بالینی نشانگر آن است که مصرف آووکادو در افراد با کاهش چشمگیری در میزان کلسترول خون آنها، همراه بوده است.

همچنین آووکادو حاوی میزان زیادی پتاسیم است که مصرف پتاسیم نقش بسیار ارزنده ای در کاهش فشار خون بازی می کند.

همچنین یکی از عوامل بسیار تاثیرگذار در بهبود خون مردگی های زیرپوست (کبودی ها) پس از جراحی هاست.

همچنین حاوی اسیدفولیک (عامل درمان گر انواعی از کم خونی) است و مصرف این سبزی می تواند جبران کننده کمبود این ماده مغذی باشد.

از سایر مواد مغذی موجود در آووکادو می توان به ویتامین های A، C، E و ویتامین های B۶ و B۵ اشاره کرد.

باید ذکر کنم ویتامین B۵ موجود در آن بر پوست و طراوت و شادابی آن اثر خاصی دارد، مانع خشکی بیش از اندازه و پوسته پوسته شدن پوست است و بهبودی زخم را مخصوصاً بعد از جراحی، تسریع می کند.

همچنین حاوی مس است که برای استحکام ناخن ها و مو و حفظ رنگ آنها ضرورت دارد.

میزان مصرف آووکادو در کشور ما بسیار پایین است، اما استفاده از آن به دلیل دارا بودن مواد مغذی بی شمار بسیار توصیه می شود.

آووکادو را باید خام مصرف کرد، زیرا پس از پختن مزه تلخی به خود می گیرد. به نظر می آید که اولین بار آووکادو در ایران

امروز و آمریکای جنوبی کشت داده می شده است و سپس به دیگر نقاط جهان برده شده است.
درختان آوکادو متعلق به نواحی استوایی و نیمه استوایی می‌باشند که با تعدادی استثنا ، در مناطقی که نسبتا فاقد سرما هستند سازگار می‌شوند. مکزیک بزرگترین تولید کننده آوکادو در جهان محسوب می‌شود. تولید تجاری این میوه در آمریکا که دومین تولید کننده عمده این میوه می‌باشد تقریبا به فلوریدا و کالیفرنیا محدود می‌شود. همچنین مقادر بسیاری کمی از این میوه در تگزاس و هاوایی تولید می‌شود. فصول متناوب رویش گونه‌های مختلف این میوه در فلوریدا و کالیفرنیا باعث شده تا تقریبا در تمام سال این میوه را داشته باشیم و قیمت آن در ماههای تابستان به پایین‌ترین حد خود می‌رسد .

گزینش و نگهداری

بیشتر آوکادویی که شما در بازار می‌بینید سفت و نرسیده هستند چون احتمال فساد و خرابی آنها کمتر است. زمانی که آوکادو خیلی سفت است برای رسیدن به چند روز زمان نیاز دارد اما آوکادویی که با کمی فشار فرو رود، پخته است . اگر فشردن این میوه گودالهای بزرگی در سطح آن ایجاد نماید نشان‌دهنده پخته بودن بیش از حد میوه است که در این صورت برای پورا مناسب می‌باشد. آوکادوی سفت و نپخته باید دردمای اتاق نگهداری شود و معمولاـ برای رسیدن به سه تا شش روز زمان نیاز است . آوکادو را به همراه یک عدد سیب ، موز ، گوجه فرنگی یا گلابی داخل پاکت کاغذی بگذارید این میوه‌ها تولید گاز اتیلن می کنند که فرآیند رسیده شدن آوکادو را تسریع می کند. هرگز آوکادو را داخل یخچال نگذارید زیرا با این کار هرگز رسیده نمی‌شوند. آوکادوی رسیده باید حداکثر مدت یک هفته در یخچال نگهداری شود. آوکادوی خوب درشت است و مقدار زیادی رطوبت دارد. اگر پوست آن شکسته نشوند خود میوه آسیب نخواهد دید .

گونه های آووکادو

در فلوریدا و کالیفرنیا گونه‌های مختلفی از آوکادو رشد می‌کند که دارای پوست سبز روشن تا سیاه هستند که بعضی از آنها دارای بافت صاف و بعضی دیگر زبر می‌باشند و اندازه آنها از چند اونس تا چندین پوند متفاوت است. مقدار چربی گونه‌های کالیفرنیا به میزان قابل ملاحظه‌ای بیشتر بوده و بنابراین خامه‌ای‌تر و خوش طعم‌تر از آوکادوهای درشت فلوریدا هستند که محتوی آب ، چربی کمتر و لذا طعم بی‌مزه‌تری می‌باشند .

گونه های کالیفرنیا

آوکادوهای Bacon : اندازه متوسط دارند شکل آنها بیضی و دارای پوستی نازک ، سبز و نرم و گوشتی سبز- زرد می‌باشند .
آوکادوهای Fuerte : پوستی نازک ، نرم و سبز تیره دارند و شکل آنها شبیه گلابی با گوشتی خامه‌ای به رنگ سبز روشن می‌باشد که تا وزن یک پوند دیده می‌شوند .
آوکادوهای Gwen : از نظر طعم ، ظاهر و بافت شبیه انواع Hass هستند فقط اندازه آنها بزرگتر است. رنگ پوست آنها در زمان رسیدن نیز سبز باقی می‌ماند. پوست سبز ، زبر و ضخیم است اما گوشتی خامه‌ای و قابل انعطاف به رنگ سبز – طلائی دارند .
آوکادوهای Hass : معروف‌ترین گونه کالیفرنیا محسوب می‌شود که در طول سال وجود دارند. پوست آنها در زمان رسیده سیاه و زبر است و یک پوند وزن دارند . شکل آنها بیضی و اندازه آنها از متوسط تا درشت است.
آوکادوهای Pinkerton : درشت هستند و شکل آنها مانند گلابی دراز است پوست آنها سبز رنگ با ضخامتی متوسط است که قدری زبر هستند . گوشت آن خامه مانند به رنگ سبز روشن است.
آوکادوهای Reed : درشت و گرد هستند و دارای پوستی به رنگ سبز تیره و تاحدی زبر می‌باشند . گوشت این گونه از آوکادو روغنی است.
آوکادوهای Zutano : درشت بوده و پوستی صیقلی به رنگ سبز- طلائی دارند و شکل آنها مانند گلابی است که گوشتی به

رنگ سبز کم‌رنگ و بافت نرم دارا می‌باشد .

گونه های فلوریدا

گونه‌هایی که در فلوریـدا کشت می شوند از انواع غرب هند یا پیوندی Guatemalan و غرب هند هستند . مهمترین آنها از نظر تجاری Hall, Lula, Monroe, Pollock ، Choquette ، Booth۸ و Simmonds می‌باشند . آوکادوهای Lula ریز تا متوسـط و شبیه گلابی هسـتند که گـاهی اوقات دارای یک گرده هسـتند . پوست آنها تقریبا نرم و گوشتی کم‌رنگ تا زرد مایل به سبز دارند .

ترکیبات شیمیایی

آووکادو چرب است و دارای اسیدهای آمینه مختلف مانند سیستین ، تریپتوفان ، و تیروزین می‌باشد. در تحقیقات جدیدی که انجام شده وجود چند نوع آنتی بیوتیک در آووکادو ثابت شده است. دانه گیاه دارای مقدار کمی روغن است. این روغن غلیظ و سفت و به رنگ زرد مایـل به سبز بوده که درای بو و طعمی مطبوع است. روغن دانه آووکادو دارای حـدود ۷ درصد روغنهای اشباع شده مانند اسید پالمتیک Palmitic و اسید استاریـک Steraric Acid اسید آراشیدیک Arachidic Acid ، اسید میریستیک Myristic Acid و در حـدود ۸۰ درصـد روغنهای اشـباع نشـده مانند اسـید اولئیک Oleic Acid و اسـید لینولئیک Linoleic Acid می‌باشد.

در یکصد گرم آووکادو مواد زیر موجود است :

آب ?? گرم

انرژی ??? کالری

پروتئین ?/? گرم

چربی ?? گرم

مواد نشاسته ای ? گرم

کلسیم ? میلی گرم

فسفر ?? میلی گرم

آهن ?/? میلی گرم

پتاسیم ??? میلی گرم

ویتامین آ ??? واحد

ویتامین ب ??/? ? میلی گرم

ویتامین ب ??/? ? میلی گرم

ویتامین ب ?/? ?میلی گرم

ویتامین ث ?? میلی گرم

خواص داروئی

- جوشانده برگهای آووکادو قاعده آور است.
- آووکادو تقویت کننده معده است.
- نفخ و گاز معده را از بین می‌برد.
- برای درمان یرقان مفید است.

●جوشانده برگهای آووکادو اسهال خونی را برطرف می کند.

●آووکادو تقویت کننده بدن است.

●آووکادو رشد بچه‌ها را جلو می‌اندازد زیرا دارای مواد معدنی بسیاری است.

●آووکادو خون ساز است و آنهایی که مبتلا به کم خونی هستند باید از آووکادو استفاده کنند.

●آووکادو بدن را قلیایی کرده و تمیز می کند.

●چون آووکادو شکر و مواد نشاسته‌ای کمی دارد برای آنهایی که بیماری قند دارند نیز مناسب است.

●برای دوره نقاهت به مریض آووکادو بدهید. ضعف عمومی را برطرف می کند.

●خستگی را برطرف می کند.

●ناراحتی روده و معده را معالجه می کند.

●بی‌خوابی را درمان می کند زیرا دارای تریپتوفان است. اگر به کم خونی دچار هستید حتما با شام خود آووکادو بخورید.

●برای درست کردن سس سالاد از آووکادو استفاده کنید.

●روغن آووکادو دارای ویتامینهای مختلف مانند A ، B ، D ،E ، H ، K ، C می‌باشد. بنابراین ارزش غذایی زیادی دارد.

●روغن آووکادو ضد رماتیسم است و اگر مفاصل شما درد می کند آنرا با روغن آووکادو ماساژ دهید.

●برای جلوگیری از ریزش مو ، هر شب مقداری از روغن آووکادو را به سر بمالید و صبح بشوئید.

●شوره سر را از بین می‌برد.

●برای براق شده موها ، بعد از شستشوی سر چند قطره آووکادو را به موها بمالید.

●روغن آووکادو بهترین کرم برای پوست است زیرا به آسانی در پوست نفوذ می کند و به پوست شادابی می‌دهد.

●آووکادو بهترین ماسک برای برطرف کرده چین و چروکهای صورت و جلوگیری از پیدایش آن است. برای این منظور آووکادو را پوست کنده و له کنید و به صورت ماسک بر روی صورت و گردن بگذارید و بعد از نیم ساعت بشوئید.

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

آووکادو http://www.mprn.ir

آووکادو «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

آووکادو Avocado http://www.irteb.com

آووکادو http://orkidekhademian.blogfa.com

آووکادو ، سبزی چرب ضد کلسترول http://omomi.mihanblog.com

آووکادو http://www.afghanpen.com

سنبل الطیب

سنبـل الطیب گیـاهی است علفی و چنـد سـاله که ساقه آن بطور عمودی تا ارتفاع دو متر بالا می رود . این گیاه بصورت وحشـی در جنگل های کم درخت ، در حاشیه جوببارها و گودال ها در بیشتر مناطق آسیا و ایران می روید .

سنبـل الطیب دارای بـویی مطبـوع است و گربه بـوی این گیـاه را از فاصـل دور تشـخیص داده بطرف آن یم رود و در اطراف آن به

جست و خیز می پردازد و از بوی آن مست می شود.

گلهای سنبل الطیب برنگ سفید یا صورتی و بصورت خوشه ای می باشد .

قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن است و معمولا از ریشه گیاهی که بیش از سه سال عمر دارد استفاده می شود .

سنبل الطیب پس از خشک شدن برنگ قهوه ای در می آید . طعم آن تلخ ولی خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشک شدن بیشتر می شود .

o نام فارسی : سنبل الطیب

o نام علمی : Valeriana officinalis

o نام نگلیسی : Valerian

o خانواده : Valerianaceae

o سیکل زندگی : چند ساله

o ماندگاری اقتصادی : ۲ سال

o روشهای تکثیر : بذر ، تقسیم بوته

o اندام مورد استفاده : ریشه

o تاریخ برداشت : پاییز

o فواصل کاشت : ۵۰×۲۵ سانتی‌متر

o تاریخ گلدهی : اوایل خرداد ماه

o ارتفاع تقریبی گیاه : ارتفاع ۱۵۰ ـ ۶۰ سانتی‌متر (برحسب منطقه)

o خواص عمده داروئی : آرام بخش ، ضد اضطراب

ترکیبات شیمیایی:

ریشه سنبل الطیب حاوی ۱٪ اسانس است . این اسانس درریشه تازه بیشتر است و به تدریج که ریشه خشک می شود مقدار اسانس آن کاهش یافته ولی بوی آن قوی تر می شود . اسانس تازه برنگ سبز مایل به زرد است ولی در اثر ماندن غلیظ میشود .

آثار دارویی ریشه تازه آن سه برابر خشک شده آن است . سنبل الطیب باید در حرارت کم خشک شود و در حرارت بالا تمام اثر دارویی آن از بین می رود .

خواص داروئی:

ریشه سنبل الطیب از نظرطب قدیم ایران گرم و خشک است خواص مهم آن به شرح زیر می باشد

۱)اثر ضد تشنج دارد

۲)در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است

۳)ضد اسپاسم و آرام بخش است

۴)تب بر است

۵)در معالجه صرع اثر مفید دارد

۶)بیخوابی را درمان می کند

۷)ضد کرم معده و روده است

۸)گاز معده را از بین می برد

۹)ضد هیجان است

۱۰)میگرن را برطرف می کند

۱۱)سردردهای ناشی از سیگار کشیدن و مصرف الکل را رفع می کند

۱۲)برای برطرف کردن دلهره ف تشویش و نگرانی مفید است

۱۳)در درمان بیماری مالیخولیا اثر مفید دارد

۱۴)در برطرف کردن درد سیاتیک موثر است

۱۵)درد معده را برطرف می کند

۱۶) سکسکه مداوم را از بین می برد

۱۷)تقویت کننده نیروی جنسی است

۱۸)ترشح ادرار را زیاد می کند

۱۹)درد سینه را برطرف می کند

۲۰)استفراغ را برطرف می کند

۲۱)دهان را خوشبو می کند

۲۲)در معالجه مرض قند موثر است

۲۳)گرد سنبل الطیب را روی زخم ها بپاشید ا التیام یابند

۲۴)برای اختلالات یائسگی و عادت ماهیانه مفید است

۲۵)داشتن منگنز که برای درمان سفیدی مو از آن استفاده می شود.

مقدار و زمان مصرف :

تعیین یک مقدار مشخص برای مصرف این گیاه، کار مشکلی است، اما در منابع مختلف علمی درباره گیاهان دارویی، چیزی حدود ۱ تا ۱۰ گرم است.

اگر از عصاره تغلیظ شده ریشه گیاه سنبل الطیب(آن چه به طور معمول در قرص ها و کپسول ها وجود دارد و دارای حداقل ۵/۰ درصد روغن های فرّار است) برای درمان بیماری بی خوابی استفاده می کنید، باید آن را حدود ۳۰ تا ۶۰ دقیقه قبل از خواب مصرف نمایید.

فرآورده های خشک شده ریشه این گیاه که به صورت ۵/۱ تا ۲ گرمی هستند، نیز باید ۳۰ تا ۶۰ دقیقه قبل از خواب مصرف شوند. برخی نیز این گیاه را با بادرنجبویه، رازک، گل ساعت و اسکالکَپ(در طب چینی کاربرد دارد) ترکیب کرده و مصرف می کنند. مصرف تازه این گیاه بهتر و موثرتر از مصرف ریشه خشک آن است.

اثرات جانبی :

تحقیقات مختلف نشان می دهد که این گیاه هیچ گونه اثر مخربی روی توانایی افراد برای رانندگی و کار با ماشین آلات مختلف ندارد. تنها مورد گزارش شده، حمله قلبی شدید در مردی بود که سالیان دراز از سنبل الطیب به میزان ۵ تا ۲۰ برابر مقدار توصیه شده مصرف می کرده است و آن را به طور ناگهانی کنار گذاشته بود.

به هر حال، هنگامی که سنبل الطیب بر اساس مقدار توصیه شده مصرف شود، منجر به اعتیاد و وابستگی به آن نخواهد شد.

در مورد دیگری که در یک دانشجوی ۱۸ ساله که قصد خودکشی داشت مشاهده شد، تنها علائم گزارش شده عبارت بودند از خستگی مفرط ، درد شکمی، رعشه و لرزش در دست ها و پاها. این فرد از ۰۰۰/۲۰ میلی گرم ریشه سنبل الطیب استفاده کرده بود

که چیزی در حدود ۴۰ تا ۵۰ برابر مقدار توصیه شده است.

به نظر نمی رسد که مصرف سنبل الطیب قبل از خواب موجب ایجاد مشکل در هوشیاری و تمرکز فرد در صبح شود.

با این که تا کنون دلایل شناخته شده ای برای منع مصرف این گیاه در بارداری و شیردهی گزارش نشده است، اما بی خطر بودن آن نیز به اثبات نرسیده است. بنابراین باید در مصرف آن احتیاط کرد.

تداخل دارویی :

هنوز تداخل دارویی شناخته شده ای برای مصرف معمولی این گیاه ذکر نشده است.

طرز استفاده:

۱)گرد سنبل الطیب : ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در حرارت ۴۰ درجه خشک کنید . سپس آنرا آسیاب کنید و از الک ریز در کنید . یان گرد بعنوان ضد تشنج بکار می رود . مقدار مصرف آن ۵-۱۰ گرم در ورز است .

۲) مخلوط سنبل الطیب : ۴ گرم گرد ریشه سنبل الطیب را با ۴ گرم رازیانه و ۴ گرم قند سائیده و مخلوط کنید این مخلوط را چهار قسمت کرده و در طول روز بفواصل مساوی بخورید .

۳)تنطور والریان : ۱۰۰ گرم ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در نیم لیتر الکل طبی ۶۰ درجه بریزید و بگذارید بماند . هر ورز چند بار انرا بهم بزنید و پس زا ۱۵ روز آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید .مقدار مصرف آن ۱۰-۳۰ قطره می باشد.

مضرات :

چون سنبل الطیب برای کلیه مضر است باید آنرا با کتیرا خورد .

در صورتی که تمایل به پرورش این گیاه دارید این بخش را مطالعهکنید :

نیاز اکولوزیکی

سنبل الطیب در طول رویش به هوای معتدل و آب نسبتا زیادی نیاز دارد. این گیاه را در مناطقی با بارندگی سالانه بین ۶۰۰ تا ۷۰۰ میلی متر می توان کشت کرد. بذر سنبل الطیب در دمای ۱۸ تا ۲۰ درجه سانتی گراد و در حضور نور و رطوبت کافی جوانه میزند. تاریکی مانع رویش بذر گیاه می شود. سنبل الطیب را در خاکهایی با بافت متوسط، حاصلخیز و غنی از ترکیبات و مواد هوموسی و بازه کشی مناسب باید کشت کرد. ضخامت زیاد سطح الارض سبب گسترش و توسعه ریشه و نیز سبب افزایش عملکرد آن می شود. آب ایستائی برای سنبل الطیب مناسب نیست و سبب کاهش عملکرد ریشه و مواد موثره آن می شود. خاکهای سنگین و بسیار مرطوب برای کشت گیاه مناسب نیست.

آماده سازی خاک

آماده سازی خاک به زمان و روش کشت سنبل الطیب بستگی دارد. چنانچه این گیاه در فصل پائیز کشت شود باید پس از برداشت محصول قبل هنگام آماده سازی خاک ۱۵ تا ۲۰ تن در هکتار کود حیوانی کاملاً پوسیده به زمین اضافه نموده، شخم متوسط زده شود. در صورت لزوم با اضافه کردن ۴۰ تا ۵۰ کیلوگرم در هکتار اکسید فسفر، ۲۰ تا ۳۰ کیلوگرم اکسید پتاس و ۳۰ تا ۴۰ کیلوگرم در هکتار ازت به خاک باید دیسک مناسبی به منظور شکستن کلوخه ها زده شود و سپس زمین تسطیح و برای کشت گیاه آماده گردد. چنانچه سنبل الطیب در فصل بهار کشت شود از انجام اعمالی که سبب کاهش رطوبت خاک شود باید خودداری نمود.

تاریخ و فواصل کاشت

سنبل الطیب را با هر گیاهی به تناوب می توان کشت نمود لیکن چنانچه در فصل پائیز به انتقال نشاء های سنبل الطیب به زمین اصلی اقدام شود، بهتر است با گیاهانی مانند غلات، خردل، نخود و سبزیجات به تناوب کشت گردد ولی اگر در فصل بهار به انتقال

نشاء اقدام شود بهتر است با گیاهان وجینی به تناوب کشت شود. سنبل الطیب نسبت به گشت مداوم در یک زمین بسیار حساس است و تکرار کشت آن در یک زمین پس از دو تا سه سال امکان پذیر است. تاریخ کشت گیاه به شرایط آب و هوائی محل رویش بستگی دارد. زمان مناسب برای کشت مستقیم اوایل بهار است در اینصورت بذرها مستقیماً در زمین اصلی و در ردیفهای به فاصله ۴۰ سانتی متر کشت میشود. برای کشت غیر مستقیم اواسط تابستان (نیمه دوم تیر) زمان مناسبی می باشد. در کشت غیر مستقیم بذرها در ردیفهایی به فاصله ۱۵ تا ۲۰ سانتی متر در خزانه کشت می شوند. و روی آنها را باید با خاک برگ به ضخامت ۱/۰ سانتی متر پوشاند. بمنظور ایجاد تراکم در بستر سطحی خاک غلتک مناسبی زده می شود. پس از دو تا دو و نیم ماه هنگامی که ارتفاع نشاء ها به ۱۵ تا ۱۷ سانتی متر رسید (اواخر شهریور – مهر) آنها را باید به زمین اصلی در ردیفهایی به فاصله ۴۰ تا ۵۰ سانتی متر و فاصله دو بوته در هر متر طولی ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر منتقل نمود. در اوایل بهار نیز می توان نشاء ها را به زمین اصلی منتقل کرد. فصل پائیز زمان مناسبی برای تکثیر رویشی سنبل الطیب است. چنانچه انتقال نشاء ها با ماشین انجام گیرد فاصله ردیف ها نباید از ۵۰ سانتی متر کمتر باشد.

کاشت

کاشت و تکثیر سنبل الطیب توسط بذر به دو روش مستقیم و غیر مستقیم صورت می گیرد. کاشت مستقیم : با استفاده از ردیف کار بذرها به صورت سطحی در ردیفهایی به فاصله ۴۰ سانتی متر کشت می شوند. پس از کشت انجام غلتک مناسب سبب تسریع و هماهنگی در جوانه زدن و رویش بذر میشود. کاشت غیر مستقیم : در اواسط تابستان (نیمه دوم تیر) بذرها را خزانه ای که آماده شده است کشت می کنند روی بذرها را حداکثر ۱/۰ سانتی متر با خاک برگ می پوشانند. سپس غلتک مناسبی زده می شود. چون نور و رطوبت سبب تسریع در جوانه زنی بذر می شود سطح خزانه را با پوششهای مناسبی می پوشانند پس از سبز شدن باید به برچیدن پوششهای مذکور اقدام نمود. برای هر هکتار زمین به ۵۰۰ تا ۷۰۰ متر مربع خزانه نیاز است در هر متر مربع به یک گرم و برای هر هکتار زمین به ۵۰۰ تا ۷۰۰ گرم بذر نیاز است و نشاء ها در اواخر شهریور تا اوایل مهر که ارتفاع آنها بین ۱۵ تا ۱۷ سانتی متر می رسد باید به زمین اصلی منتقل شوند. با آغاز فصل سرما از رشد و نمو گیاهان کاسته می شود و اندام هوائی گیاهان بر اثر سرما خشک می گردد ولی ریشه ها زنده و از فعالیت خفیفی برخوردارند اوایل بهار سال بعد گیاهان از رشد سریعی برخوردار گشته و ساقه گل دهنده ظاهر می‌شود. تذکر : اوایل بهار نیز نشاء ها را می توان به زمین اصلی منتقل کرد لیکن عملکرد ریشه کاهش پیدا می کند. تکثیر رویشی : تکثیر رویشی از طریق تقسیم بوته صورت می گیرد. درتکثیر رویشی گیاهان بسرعت به گل رفته و ریشه توسعه نمی یابد. از این رو بندرت از این روش استفاده می‌شود.

داشت

چنانچه نشاء ها در فصل پائیز به زمین اصلی منتقل شوند،ریشه آنها ممکن است به بیرون از خاک رشد کنند از اینرو اوایل بهار باید غلتک مناسبی بر روی گیاهان زده شود. در فصل بهار (اواسط بهار) باید ۴۰ تا ۵۰ کیلوگرم در هکتار ازت به صورت سرک به خاک اضافه شود. مبارزه با علفهای هرز در طول رویش گیاه نقش عمده ایس در افزایش عملکرد ریشه دارد. برگردان کردن خاک بین ردیف ها نه تنها سبب تهویه خاک و افزایش عملکرد ریشه می شود بلکه دراز بین بردن علفهای هرز بسیار موثر است. لذا همراه مبارزه شیمیایی با علف های هرز وجین مکانیکی آنهانیز ضرورت دارد. چنانچه نشاء ها در فصل بهار به زمین اصلی منتقل شده باشند از علف کش آرزین به مقدار ۵/۲ تا ۵/۳ کیلوگرم درهکتار و چنانچه نشاء ها در فصل پائیز منتقل شده باشند اوایل بهار قبل از رویش گیاه از همین علف کش به مقدار ۵/۳ تا ۵/۴ کیلوگرم در هکتار می توان استفاده نمود. در سال دوم رویش نیز از علف کش آرزین (Aresin) به مقدار ۴ تا ۵ کیلوگرم در هکتار می توان استفاده نمود. بیماریهای قارچی سنبل الطیب عبارتند از سفیدک سطحی که برای مبارزه با آن می توان از سموم گوگرد دار استفاده نمود. از دیگر بیماریهای قارچی سفیدک دروغی و

قارچ لکه برگی می باشد. لار و برخی حشرات می توانـد صـدمات زیادی به گیاهان وارد آورد. تناوب کشت مناسب، استفاده از آفت کشهایی مانند دی متوات (Dimethoate) نقش عمده ای در کنترل آنها دارد.

برداشت

ریشه سنبل الطیب مانند هر ریشه حاوی ماده موثره، در اواخر رویش (پائیز یا زمستان) از بیشتری مقدار ماده موثره برخوردار است. چنانچه نشاء ها در پائیز به زمین اصلی منتقل شده باشند باید در فصل پائیز (مهر – آبان) سال بعد برداشت شوند. اگر نشاء ها در فصل بهار به زمین اصلی منتقل شده باشند بندرت در فصل پائیز همان سال برداشت میشوند. در اینصورت نیز توصیه می شود ریشه ها در فصل پائیز بعد برداشت شوند برداشت ریشه در فصل پائیز سال سوم مناسب نیست قبل از برداشت ریشه ابتدا باید اندام های هوایی گیاهان را برداشت کرد. در سطوح کم کشت پس از آبیاری زمین، با بیل یا چهار شاخ اقدام به برداشت ریشه میشود. ولی در سطوح وسیع با استفاده از ماشین(مانند ماشینی برداشت سیب زمینی) محصول ریشه را باید برداشت کرد. پس از برداشت ریشه آنها را با آب جاری شسته و بلافاصله در دمای ۴۰ تا ۵۰ سانتی گراد خشک نمود. در سال دوم رویش عملکرد ریشه خشک ۵/۱ تا ۲ تن در هکتار و در سال سوم از عملکرد آن کاسته می‌شود. اگر هدف جمع‌آوری بذر باشد. بذرهای سنبل الطیب از اواخر اردیبهشت بتدریج می رسند. بذرهای رسیده از گیاه جدا و به کمک پاپوسها به سهولت به اطراف پراکنده می شوند. لذا در برداشت بذر باید دقت نمود تا هدر نرود. روشهای یک مرحله ای یا دو مرحله ای روشهای دیگری برای جمع آوری بذر در سطوح وسیع کشت هستند. در روش یک مرحله ای هنگامیکه قسمت اعظم بذرها می رسند ساقه های گل دهنده را باید جدا و سپس خشک کرد. پس از خشک کردن بذرها را بوجاری تمیز و جمع آوری کرده در مکان مناسب باید نگهداری نمود. در روش دو مرحله ای قبل از رسیدن کامل بذرها ساقه گل دهنده را جدا کرده و برای مدتی روی زمین قرار می دهنده تا کاملاً برسند در مرحله دوم به برداشت، خشک کردن ، تمیز کردن آن اقدام می شود.مقدار عملکرد بذر به روش برداشت آنها بستگی دارد و بین ۳۰ تا ۲۰۰ کیلوگرم در هکتار است.

دامنه انتشار

نواحی شمال غربی کشور مانند میشوداغ، اطراف اصفهان (مناطق کامو و دالان کوه)

منابع :

سنبل الطیب (علف گربه) http://www.parsiteb.com

سنبل الطیب (علف گربه) http://www.centralclubs.com

سنبل الطیب (علف گربه) http://forum.iranled.com

سنبل الطیب (علف گربه) Valerian http://www.maximumtechnic.com

سنبل الطیب (علف گربه) Valerian http://njavan.ir

گیاه سنبل الطیب http://daneshnameh.roshd.ir

سنبل الطیب (علف گربه) Valerian http://www.money۵۸.netfirms.com

صبر زرد (آلوئه ورا)

صبر زرد یکی از گیاهانی است که قبل از میلاد مورد مصرف مردم بوده است . کلئوپاترا ملکه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ می داد که از شر آتاب مصر در امان باشد وحتی مصریان آنرا برای مومیائی مدرگان خود بکار می بردند . در کتاب مقدس ام این گیاه بکرات آمده است . صبر زرد فاقد ساقه بوده و لی برگهای آن دراز و تا ارتفاع ۳۰ سانتیمتر می رسد . گلهای این گیاه

برنگ زرد می باشد که در انتهای ساقه ای که از وسط برگها خارج می شود می روید .

تاریخچه

نقاشی‌هایی از صبر زرد، بر روی کنده‌کاری‌های دیوارهای معابد مصری دیده شده است. این معابد در هزاره چهارم قبل از میلاد بنا شده است. صبر زرد را که" گیاه جاودانگی "نام گرفته بود، به هنگام خاک سپاری، برای فراعنه هدیه می‌آوردند.

کتاب" The Egyptian Book of Remedies" (۱۵۰۰ سال قبل از میلاد مسیح) از کاربرد صبر زرد در درمان عفونت‌ها، معالجه پوست و تهیه داروهای ملین سخن گفته است". دیسکورید("فیزیک‌دان یونانی)، در سال ۷۴ پس از میلاد، صبر زرد را جهت التیام زخم، جلوگیری از ریزش مو ، درمان زخم‌های دستگاه تناسلی، و معالجه هموروئید، مفید دانست.

بازرگانان عرب، در قرن ششم بعد از میلاد، این گیاه را به آسیا آوردند، و اسپانیایی‌ها آن را در قرن شانزدهم، از منطقه مدیترانه به برّ جدید (World New) بردند. در عصر جدید (۱۹۳۰) مصرف کلینیکی صبر زرد به منظور درمان التهاب پوست ناشی از اشعه ایکس آغاز شد.

ترکیبات مهم

گیاه، حاوی مشتقات هیدروکسی آنتراسن از جمله آلوئین‌های A۲وB به میزان ۴۰- ۲۵درصد کل ترکیبات و مشتقات کرومون از جمله آلوئه رزین B، A۲ وC است.

ترکیبات مهم دیگر آلوئه شامل قندها از جمله: گلوکز، مانوز و سلولز، آنزیم‌ها از جمله: اکسیداز، آمیلاز و کاتالاز، همچنین ویتامین‌هایی نظیر: B۱، B۲، B۶، C، E و اسید فولیک و مواد معدنی مانند: کلیسم، سدیم، منیزیم، روی، مس و کروم می‌باشند.

ژل Aloe حاوی گلیکوپروتئین است که از تورم و درد جلوگیری و روند بهبود را تسریع می کند و همچنین حاوی پلی ساکارید است که رشد و ترمیم پوست را تحریک می کند". آنتراکوئین "موجود در شیرهٔ Aloe به عنوان مسهل مؤثر عمل می کند. این مواد شیمیایی در مقادیر کم، می توانند از تشکیل سنگ کلیه جلوگیری کنند.

از ژل Aloe برای درمان زخمهای درونی و بیرونی نیز می تواند استفاده کرد. این ماده روند درمان بسیاری از جراحات پوستی از جمله زخمها، سوختگیها و یخ زدگی را تسریع می کند. شیرهٔ این گیاه مسهل مفیدی است، اما چون می تواند سبب گرفتگی دردناک عضلات شود، غالباً استفاده نمیشود. با میزان مصرف کمتر، شیرهٔ Aloe می تواند از سنگ کلیه پیشگیری یا اندازهٔ سنگ را کوچکتر کند. این ماده به عنوان تسهیل کننده دفع مدفوع به ویژه در افرادی که مبتلا به وبواسیر هستند ماده مفیدی است.

عصارهٔ Aloe شکل ژل این گیاه است که مصارف داخلی دارد و چون دارای خواص ضد میکروبی است، از آن برای درمان عفونتهای میکروبی مجاری معده ای-روده ای نیز می توان استفاه کرد. چون این ماده اسیدهای معده را که سبب تشدید زخمها میشود کاهش می دهد برای درمان زخمهای معده نیز مؤثر است.

تحقیقات اخیر نشان داده که" مانوز استیله "به عنوان یک ترکیب ضد ویروسی، دارای خواص درمانی ضد ویروس ایدز است. مانور استیله خود ویروس را مورد حمله قرار می دهد اما مهمتر اینکه، میزان تأثیر AZT را (یک داروی مؤثر در درمان عفونت ویروس HIV) تا حد زیادی بالا میبرد. اگر این ترکیب دارویی با Aloe مصرف شود، میزان AZT مورد استفاده برای HIV را می توان تا ۹۰٪ تقلیل داد که این امر از هزینه ها و عوارض جانبی AZT تا حد زیادی خواهد کاست.

اشکال موجود

ژل Aloe به شکل تازه که از گیاه Aloe گرفته شده باشد بهترین ماده است، اما این ماده به صورت تجاری در شکل ژله ثابت شده نیز موجود است. پودر شیرهٔ Aloe نیز به شکل کپسولهای ۵۰۰ میلی گرمی به عنوان داروی مسهل موجود است. عصاره Aloe در واقع شکل مایع ژل است.

ترکیبات شیمیایی:

صبر زرد موادی نظیر آلوئین فامودین ، آنترا کیون ،ایزوباربالوئین و مقدری در حدود ۱۲ درصد صمغ می باشد .

خواص داروئی:

صبر زرد از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است شیرابه آن به مصرف طبی می رسد .

۱)تقویت کننده بدن است

۲)یبوست را برطرف می کند و روده ها را تمیز می کند

۳)برای معالجه آسم مفید است

۴)سوء هاضمه را برطرف می کند

۵)در معالجه صرع مفید است

۶)اثر ضد کرم دارد

۷)خون را تصفیه می کند

۸)برای برطرف کردن خارش ناشی از گزیدگی حشرات شیرابه آنرا روی پوست بمالید

۹)اگزما را درمان می کند

۱۰)برای معالجه اسهال خونی مفید است

۱۱)برای رفع ریزش مو ، شیرابه آنرا به سر مالیده و موها را با آن ماساژ دهید

۱۲)گرفتگی کبدی را برطرف می کند

۱۳)برای التیام زخم ها شیرابه آنرا روی زخم بمالید

۱۴)صبر زرد بهترین کرم مرطوب کننده است برگها را بشکنید و ژله آنرا به پوست بمالید

۱۵)مبتلایان به بیماری قند می توانند با مصرف این گیاه قند خون خود را کنترل کنند اما باید توجه داشته باشید که این گیاه بسیار تلخ میباشد.

۱۶)برای شستن چشم و زخم ها شیرابه صبر زرد را با آب مخلوط کرده و استفاده کنید

نحوه مصرف

بهترین نوع ژل Aloe شکلی است که تازه از گیاه گرفته شده باشد. بسیاری از افراد این گیاه را برای درمان سوختگیها و بریدگیهای جزئی در آشپزخانه خود نگه می دارند. این گیاه برای درمان کهیر و پیچک سمی نیز می تواند مؤثر واقع شود.

به منظور استفاده از ژل Aloe، برگ آنرا به صورت طولی برش دهید و ژل داخل آنرا خارج سازید. سپس آنرا به صورت آزاد روی قسمت آسیب دیده بمالید.

شیره Aloe از قدیم به عنوان مسهل مورد استفاده بوده است، اما در ایالات متحده مصرف چندانی ندارد. چون این ماده سبب بروز گرفتگیهای دردناک عضلات می گردد، لذا ابتدا مصرف سایر مسهل های گیاهی نظیر" کاسکارا و فلوس "توصیه میشود.

برای درمان سنگهای کلیه و به عنوان مسهل شیرهٔ Aloe خشک را که در اندازه های ۰/۰۵ تا ۰/۲ گرم قابل دسترسی است، مصرف کنید. برای درمان HIV، روزانه به میزان ۸۰۰ الی ۱۶۰۰ میلی گرم مانوز استیله مصرف کنید. این میزان از مادهٔ مزبور، برابر با نیم تا یک لیتر آب Aloe است، هر چند میزان مانوز استیله می تواند در فرآورده های مختلف متفاوت باشد.

نکات احتیاطی

ژل Aloe برای استعمال خارجی مادهٔ بی خطری است، اما در موارد نادری سبب واکنش آلرژیک میشود. اگر پوست شما تحریک

می شود مصرف آنرا ادامه ندهید.
ژل Aloe برای درمان زخمهای عمیق مؤثر نیست. شیرهٔ آن می تواند سبب گرفتگی یا اسهال روده ای شدید گردد، زنان باردار یا شیرده نباید این ماده را مصرف کنند زیرا ممکن است سبب انقباضهای رحمی گردیده و سقط جنین را تحریک کند. مصرف مسهل Aloe برای درمان بیماریهای معده ای- روده ای، انسداد روده ای، آپاندیسیت یا درد معده مبهم تجویز میشود. این ماده ممکن است سبب تشدید اولسرها، بواسیر، دیورتیکولوز، التهاب دیورتیکول، کولیت یا سندرم روده تحریک پذیر (IBS) گردد.
مصرف طولانی مدت این ماده سبب وابستگی به آن میشود یا تعادل الکترولیتی را مختل می سازد. این ماده ممکن است سبب تغییر رنگ ادرار به رنگ قرمز بی ضرر گردد. کودکان زیر ۱۲ سال نباید گیاه Aloe مصرف کنند.
محصولات مختلف آلوئه که به بازار ارائه شده‌اند شامل:
۱- ژل آلوئه: محصول طبیعی(بدون تغییر غلظت ژل) از برگ‌هاست.
۲- کنسانتره‌آلوئه: ژل آلوئه است که آب آن را خارج کرده‌اند.
۳- عصاره آلوئه: حاوی دست کم ۵۰درصد ژل آلوئه است.
۴- لاتکس آلوئه: مایع تلخ زرد رنگی که از پوست لوله‌ای پرسیکل به دست می‌آید و حاوی آلوئین است.
- در نقاط مختلف جهان از گونه‌های دیگر صبر زرد مانند AB و AC استفاده‌های مشابهی با گونه Aloe Vera به عمل می‌آید. این گیاهان نیز با نام عمومی «Aloe» مشهور می‌باشند.
مضرات :
صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطری ندارد ولی مقدر زیاد آن باعث اسهال خونی می شود ضمنا زنان شیدره نباید از آن استفاده کنند زیرا صبر زرد از طریق شیر وارد بدن طفل می شود و ایجاد اسهال می کند . این گیاه نیز برای زنان حامله خوب نیست زیرا ممکن است باعث سقط جنین شود.
منابع :
خواص گیاه دارویی صبر زرد http://www.sabziran.ir
صبر زرد http://www.parsiteb.com
خواص گیاهان دارویی www.irteb.com
صبر زرد آلوئه ورا http://www.money۵۸.netfirms.com

هویج و خواص دارویی آن (Carrot)

هویج گیاهی است دو ساله از خانواده چتریان. دارای ریشه راست و ساقه بی کرک که نوع پرورش یافته آن در اکثر نقاط زمین کشت می شود . قسمت مورد استفاده گیاه هویج ریشه میوه و تخم آن است .
در سال اول تولید ریشه ضخیم و قابل استفاده غذایی کرده و در سال دوم از وسط برگهای آن که به شکل روزت و از روی طوقه ریشه می‌رویند شاخه گل دهنده ظاهر می‌شود. این شاخه تا ارتفاع ۶۰ تا ۹۰ سانتیمتر رشد می‌کند و پس از تلقیح که بوسیله حشرات انجام می‌گیرد تولید بذر می‌کند.
موطن اصلی هویج در اروپا و شمال آفریقا و آسیا می‌باشد و پاره‌ای از انواع آن در آمریکای شمالی و جنوبی یافت می‌شود.
گلهای این گیاه معمولا کامل هستند. یعنی در یک گل اندامهای نر و ماده هر دو موجود است ولی نژادهای نر عقیم که دانه گرده آنها قادر به تلقیح تخمک نیستند نیز مشاهده می‌شود. این نژادها از نظر تهیه بذر و اصلاح آن بسیار ارزنده می‌باشند.

هویج مانند اغلب سبزیهای ریشه‌ای طلب خاک عمیق و نرم لیمونی می‌باشد و از نظر تجارتی هویج را بیشتر در خاکهای لیمونی سبک و یا خاکهای هوموسی سبک می‌کارند. زیرا در این قبیل خاکها مقدار محصول زیاد و شکل ریشه که عامل مهم مرغوبیت آن می‌باشد صاف و منظم می‌شود. در صورتی که در زمینهای خیلی سنگین و یا در خاکهایی که دارای سنگهای درشت می‌باشند کاشته شود ریشه کج و اغلب دو یا چند شاخه می‌گردد.

برای رشد سریع هویج کود فراوان از جنس ازت ، فسفر و پتاس لازم است و علاوه بر آن خاک باید دارای مقدار کافی مواد آلی یعنی هوموس باشد. وجود کود دامی یا کود سبز در زمینهای سنگین برای پوک کردن این نوع اراضی حتما لازم است. در صورتی که ۲۰ تا ۳۰ تن کود دامی برای اصلاح و تا اندازه‌ای تقویت زمین به محصول داده شود برای ایجاد تعادل بین ازت و فسفر و پتاس مورد نیاز هویج باید مقداری کود شیمیایی نیز به زمین داد.

در نواحی نسبتا گرم که زمستان معتدل دارد مانند پاره‌ای از نقاط جنوب ایران ممکن است به کشت بذر هویج مبادرت کرد. ولی در این نواحی ریشه هویج کم رنگ و بنابراین نامرغوب می‌شود. این کم رنگ شدن ریشه هویج ممکن است علل مختلفی داشته باشد مانند کوتاهی روز در زمستان ، کمی درجه حرارت ، کمی شدت روشنایی و بالاخره رطوبت زیاد. ولی میزان گرمای هوا بیش از سایر عوامل در کمرنگی هویج موثر است.

ترکیبات شیمیایی :

٪ ?? ?آب ،

?/? ?مواد ازته ،

٪ ??/? ?چربی ،

٪ ? ?مواد گلوسیدی ،

?حدود٪ ?/? سلولز

?مقداری ماده رنگی کاروتن (ویتامین A) و دیاستازهای مختلف و ویتامین های A,B,C,D,E می باشد .

خواص دارویی :

در هویج یک نوع آنسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون را دارا می باشد بنابراین این عقیده قدیمی که هویج برای مبتلایان به بیماری قند خوب نیست کاملا غلط است وبیماران قند می توانند به مقدار کم از این گیاه استفاده کنند .

هویج با داشتن مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهمترین و مفیدترین برای بدن می باشد خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماریهای عفونی بالا می برد.

مصرف هویج در برطرف کردن بیماریهای آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحریک مجاری هضم و تنفسی ، سرفه های مقاوم ، آسم اخلاط خونی و دفع کرم اثر معجزه آسائی دارد

از هویج می توان در مورد زیر استفاده کرد

۱)برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقدری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا چند قاشق بخورید

۲)سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند : ابتدا ۲۰۰ گرم هویج رنده شده را در دیگ بریزید و روی آن یک لیتر آب اضافه کنید و بجوشانید تا کاملا هویج ها لهش ود . سپس آنرا صاف کرده و به نسبت مساوی باشیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید .

۳)تخم هویج را به مقدر یک قاشق غذا خوری در یک لیوان آب جوش ریخته و آنرا بمدت ۵ دقیقه دم کنید . این دم کرده اثر

نیروی دهنده، اشتها آور ف مدر ، زیاد کننده شیر خانم های شیر ده و اثر قاعده آور درد

۴)برگ هویج را با آب بجوشانید این جوشانده را غرغره کنید برای آبسه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه می توان برای رفع ترک و خراش پوست استفاده کرد

۵)هنگامیکه کودک شروع به دندان درآوردن می کند یک قطعه هویج باریک را برای دندان زدن به او بدهید .

۶)آب هویج را اگر روی صورت بکشید باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت می شود .

۷)اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید

۸)اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید

۹)هویج وپیاز را با هم بجوشانید و به آن آب لیمو اضافه کنید داروی موثری برای درمان بیماریهای عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست می باشد

۱۰)خوردن هویج برای بیماریهای بواسیر موثر است

۱۱)برای خارج کردن سنگ کیسه صفرا هویج اثر معجزه آسا درد

۱۲)خوردن هویچ جوشهای صورت را درمان می کند

۱۳)برای تقویت قوای جنسی و تحریک کبد و روده ها هویج داروی موثری است

۱۴)در فرانسه بیمارستان معروفی وجود دارد که برای درمان بیماریهای کبدی فقط از سوپ هویج استفاده می کنند و دستور تهیه این سوپ بشرح زیر است

حدود ۷۵۰گرم هویج را رنده کنید و آنرا در ظرفی که مقدری آب نمک درد بریزید سپس بان یک قاشق چایخوری جوش شیرین و یک قشلق سوپخوری کره اضافه کنید آنرا بجوش آورده و با آتش ملایم بپزید تا آب بخارشود و هر روز یک بشقاب از آن را میل کنید

۱۵)هویج اعمال روده ها را منظم می کند و کمبود الیاف غذاهای گوشتی را جبران می کند بنابراین آنهایی که گوشت زیاد مصرف می کنند حتما باید هویج بخورند تا مشکل یبوست نداشته باشند .

۱۶)برای برطرف کردن اسهال بچه ها بهترین دارو سوپ هویج است . برای این منظور باید ۵۰۰ گرم هویج را رنده کرده و آنرا در یک لیتر آب بجوشانید تا آنکه هویج کاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسیاب برقی ریخته تا آنکه بصورت شربت در آید بعد بآن آً اضافه کرده تا آنکه حجم آن یک لیتر شود .

برای بچه هایی که معده حساس دارند سوپ هویج بهترین دارو است بدین ترتیب که می توان یک یا دو بار در روز بجای شیر به بچه سوپ هویج داد حتی برای بچه هایی که کمتر از سه ماه دارند می توان بطور متناوب سوپ هویج به طفل داد یعنی یک وعده شیر و یک وعده سوپ هویج و بعد از سه ماهگی این روش تبدیل به یک وعده سوپ و دو وعده شیر می شود .

۱۷)آب هیج در صبح ناشتا مواد سمی را از خون خارج می کند

۱۸)اگر آسم یا گرفتگی صدا درید آب هویج بخورید

۱۹)خانم هایی که پوست حساس دارند حتما باید پوست صورت و رگدن خود را با آًب هویج پاک کنند

۲۰)دم کرده تخم هویج و یا جویدن تخم هویج گاز معده را خارج کرده و فعالیت روده ها را زیاد می کند

طرز استفاده :

هویج را نباید هیچگاه پوست کند زیرا مواد مغذی و ویتامین های خود را از دست می دهد بلکه باید آنرا با برس شست و مصرف کرد.

?مضرات :

البته با تمام خواص زیادی که هویج دارد مصرف آن نباید زیاده روی کرد دیده شده آنهائیکه هویج زیاد مصرف می کنند رنگ پوست و چشم آنها زرد می شود که البته خطری ندارد چون اگر چند روز هویج مصرف نکنند دوباره پوست و چشم به رنگ طبیعی خود برمی گرد

در صورتی که به رشته کشاورزی مخصوصا پرورش هویج علاقمند هستید ، جهت افزایش اطلاعات به ادامه این مطلب توجه نمائید :

گلهای هویج

گلهای این گیاه معمولا کامل هستند. یعنی در یک گل اندامهای نر و ماده هر دو موجود است ولی نژادهای نر عقیم که دانه گرده آنها قادر به تلقیح تخمک نیستند نیز مشاهده می‌شود. این نژادها از نظر تهیه بذر و اصلاح آن بسیار ارزنده می‌باشند.

خاک مطلوب هویج

هویج مانند اغلب سبزیهای ریشه‌ای طلب خاک عمیق و نرم لیمونی می‌باشد و از نظر تجارتی هویج را بیشتر در خاکهای لیمونی سبک و یا خاکهای هوموسی سبک می‌کارند. زیرا در این قبیل خاکها مقدار محصول زیاد و شکل ریشه که عامل مهم مرغوبیت آن می‌باشد صاف و منظم می‌شود. در صورتی که در زمینهای خیلی سنگین و یا در خاکهایی که دارای سنگهای درشت می‌باشند کاشته شود ریشه کج و اغلب دو یا چند شاخه می‌گردد.

کود مورد استفاده در هویج

برای رشد سریع هویج کود فراوان از جنس ازت ، فسفر و پتاس لازم است و علاوه بر آن خاک باید دارای مقدار کافی مواد آلی یعنی هوموس باشد. وجود کود دامی یا کود سبز در زمینهای سنگین برای پوک کردن این نوع اراضی حتما لازم است. در صورتی که ۲۰ تا ۳۰ تن کود دامی برای اصلاح و تا اندازه‌ای تقویت زمین به محصول داده شود برای ایجاد تعادل بین ازت و فسفر و پتاس مورد نیاز هویج باید مقداری کود شیمیایی نیز به زمین داد.

تاثیر محیط در رشد و رنگ ریشه هویج

در نواحی نسبتا گرم که زمستان معتدل دارد مانند پاره‌ای از نقاط جنوب ایران ممکن است به کشت بذر هویج مبادرت کرد. ولی در این نواحی ریشه هویج کم رنگ و بنابراین نامرغوب می‌شود. این کم رنگ شدن ریشه هویج ممکن است علل مختلفی داشته باشد مانند کوتاهی روز در زمستان ، کمی درجه حرارت ، کمی شدت روشنایی و بالاخره رطوبت زیاد. ولی میزان گرمای هوا بیش از سایر عوامل در کمرنگی هویج موثر است.

کاشت هویج

بذر هویج را مانند بذر سایر سبزیهای ریشه‌ای در محل اصلی می‌کارند. موقع کاشت بذر در نقاط سرد سیر که دارای زمستانهای سخت است در فصل بهار پس از برطرف شدن خطر یخبندان می‌باشد و در نواحی گرم معتدل که خطر یخبندان وجود ندارد بذر این گیاه را می‌توان در پاییز و یا زمستان کاشت. برای بدست آوردن هویج تازه و لطیف باید بذر آن را به تدریج کاشت و آخرین کاشت باید از بذر انواع زودرس و اقلا ۲ ماه قبل از رسیدن سرمای شدید و یخبندان انجام می گیرد. بذر هویج را بطور خطی می‌کارند. فاصله خطوط از ۴۰ تا ۴۵ سانتیمتر نسبت به آب و هوا و نوع خاک تغییر می‌کند.

برداشت محصول هویج

تقریبا در تمام فصول سال هویج در بازار یافت می‌شود ولی هویجهایی که در اواخر بهار و اوایل تابستان به فروش می‌رسند محصول انواع زود رس هستند و هویجهایی که در پاییز و زمستان به بازار عرضه می‌شوند از انواع هویج دیر رس به عمل آمده‌اند. هویج

پاییزه یا آخر فصل را بوسیله گاو آهن از زمین می کنند.

انبار کردن هویج

انبار کردن هویج کاملا شبیه نگاهداری چغندر در فصل زمستان می‌باشد باید دارای حرارت و رطوبت باشد. میزان رطوبت نسبی انبار بین ۹۳ و ۹۸ درصد باشد. ماندن هویج برای مدت طولانی در انبار باعث کم شدن مقدار قند آن می‌شود و از حیث مرغوبی لطمه می‌بیند.

منابع :

خواص داروئی هویج http://aftab.ir

هویج http://www.parsiteb.com

هویج و خواص دارویی آن (Carrot) http://forum.shadism.com

هویج http://daneshnameh.roshd.ir

هویج Carrot نام علمی Daucus carota http://www.money۵۸.netfirms.com

سیب بهشتی

سیب (دقیقا "یک میوه شفتدار) میوه درختی ازطبقه Malus است که عضوی از خانواده گل سرخیان بوده (روزاسیا) و در طول تاریخ کشت می شده است . بیشتر گروه سیبها به گونه M. domesticaیا پیوندیهای آن تعلق دارند.

اجداد وحشی سیبها احتمالا "درختی به نام Malus sieversii (که فاقد اسم همگانی است) بود که هنوز هم در قزاقستان یافت می شود.محققان در حال مطالعه روی M. sieversii که در برابر بسیاری از بیماریها و آفات مقاوم است می باشند تا بتوانند یک سیب مقاوم تر در برابرسرما بوجود آورند.

تاریخچـــــه

در کلیه مناطق آب و هوایی خنک ، سیب غذای بسیار مهمی بوده است . نسبت به سایرمیوه های درختی (احتمالا "بجز مرکبات) سیب را می توان برای ماهها انبار نمود درحالیکه همچنان ارزش غذایی خود را حفظ می کند. سیبهای زمستانی که در اواخر پاییز چیده شده و در دمای بالای انجماد در سردخانه یا اتاق سیب نگهداری می کنند از سال ۱۸۰۰ غذای مهمی در اروپا و آمریکا به شمار می رفته است .

گونه های سیب

بیش از ۷۵۰۰ گونه سیب شناسایی شده است . این گونه ها در نقاط فراشمالگانی ، نیمه حاره و معتدل وجود دارند. چون درختان سیب به شرایط خنک کننده(chilling requirement) نیازدارند در آب و هوای استوایی گل نمی دهند.

در بین رایج ترین گونه های تجاری سیب می توان به این موارد اشاره کرد Braeburn(نیوزیلند) ، سیب نارنجی cox «بریتانیا– گونه قدیمی که امروزه محبوبیت گذشته را ندارد) ، فوجی (آسیا، استرالیا) ، گالا(نیوزیلند) ، سیب طلائی(آمریکا ، اروپا) ، گرانی اسمیت (استرالیا و کالیفرنیا) ، جونا گلد(آمریکا) ، جوناتـــان (آمریکا) ، مکین تـاش (کانـادا) ، سیب قرمز(آمریکا) و نوعی سیب زمستانی (آمریکا). تمامی این سیبها بجز نوع آخر شیرین و رنگین هستند. گرانی اسمیت ترش است و بعضی از مردم آنرا بصورت تازه می خورند در ضمن برای آشپزی هم مطلوب هستند. پوست آن سبز روشن خالدار است . این گونه سیب برای رشد کامل نیازمند آب و هوایی گرم بوده و فصل رشد طولانی مدتی دارد اگرچه میوه های نامرغوب تر در مناطق نامناسب رویش می کنند.] تصویر معروفی از سیب گرانی اسمیت بر روی آرم Apple Records وجود دارد) یک شرکت سازنده ترانه که

آهنگهای گروه Beatlesرا منتشر می کند .

طعم سیبهـــــا

مزه سیبها برای اشـخاص متفاوت است و در طول زمان تغییر می کنـد. مثلا "شـهر واشـنگتن (آمریکا) به کشت سیب قرمز شـهرت داشت امـا در سالهـای اخیرکشت گـونه هـای دیگرنیز محبـوبیت یـافته است ؛ بعضـی از مردم آمریکـا سیب قرمز را بعنوان سیبی نا مرغوب با طعمی بسیار ملایم و ساختاری نرم به حساب می آورند. این افراد به سیبهای ترد مثل فوجی و گالا تمایل یافته اند.

معمولا "سیبهای جدیـد شیرین تر از انواع قـدیمی هسـتند. بیشتر سیبهای آمریکای شـمالی و اروپا طعمی شـیرین و ملس دارنـد اما سیبهای ترش طرفـداران بسیار انـدکی دارند. سیبهای خیلی شـیرین با طعم کم ترش در آسـیا محبوبیت دارند. تمامی گونه سیبهای جدید نرم ولی ترد هستند. سایر موارد مورد نیاز در پرورش سیب عبارت است از پوست رنگین ، عدم وجود رنگ قهوه ای ، راحتی حمـل ونقل ، امکان انبار، محصول فراوان ، مقاومت در برابر بیماریها، نمونه شـکل سیب قرمز واشـنگتن ، ساقه بلنـد(تا آفت کشـها امکـان نفوذ به تمامی قسـمتهای میوه را داشـته باشـند) و طعمی قابل قبول برای میانگین افراد. گونه های قـدیمی اغلب ترش ، دارای شکلهای نابهنجارو قهوه ای هسـتند و دارای رنگ وساختار گوناگون می باشـند. امروزه تعـداد بسیار کمی از گونه های قـدیمی در سطح کلان تولید می شود اما بسیاری ازاین گونه ها توسط باغداران خانگی و کشاورزانی که مستقیما "محصولشان را در بازارهای محلی عرضه می کننـد به عمـل می آینـد.بسـیاری از گونه هـای خـارق العاده و از نظربومی مهم ، با طعم و ظاهر منحصـر به فردشان برای کشف وجود دارند ؛ مبارزاتی برای حفظ سیب در سراسر جهان آغاز شده تا ازانقراض چنین میراث بومی جلوگیری شود.

گونه هایی از سیب را بخصوص برای تولید آب سیب کشت می کنند . سیبهای آب گیری قطعا "برای خوردن بسیار ترش وزننده هستند اما با آنها یک نوشیدنی خوش طعمی تولید می شود که با سیبهای خوراکی معمولی نمی توان تهیه نمود.

ترکیبات شیمیایی:

سیب دارای ویتامین و مواد مغذی زیادی است و بی مناسبت نیست که یک ضـرب المثل انگلیسـی می گوید که خوردن یک سیب در روز شما را از رفتن نزد دکتر بی نیاز می کند.

موادی که در یک سیب متوسط وجود دارد بشرح زیر است :

انرژی : ۲۵۸ کالری

پروتئین : ۱/۲ گرم

چربی : ۱/۶ گرم

مواد نشاسته ای : ۵۹/۶ گرم

کلسیم : ۲۴ میلی گرم

فسفر : ۱۰ میلی گرم

آهن : ۱/۲ میلی گرم

ویتامین آ : ۳۶۰ واحد

ویتامین ب ۱ : ۰/۱۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲ : ۰/۰۸ میلی گرم

ویتامین ب ۳ : ۰/۱ میلی گرم

ویتامین ث : ۱۸ میلی گرم

ناگفته نمانـد که ویتامین های وجود در سـیب بیشتر در پوست سـیب وزیر پوست آن قرار درد بنابراین آنهایی که می توانند پوسـت

سیب را هضم کنند بهتر است که آنرا با پوست میل کنید و اگر می خواهید پوست آنرا بکنید بهتر است که سیب را خیلی نازک پوست کنید

خواص داروئی:

۱)سیب یک میوه قلیایی است و تمیز کننده بدن است و بعلت درا بودن پکتین زیاد آب اضافی بدن را خارج می سازد

۲)سیب را می توان برای برطرف کردن اسهال حتی برای کودکان بکار برد . بدین منظور سیب را باید رنده کرد و استفاده نمود .سیب را می توان پخت و برای آنهایی که روده تنبل دارند آن را روی آتش ملایمی بپزید البته حتما ازظرف لعابی یا تفلان استفاده کنید زیرا به این طریق پکتین و ویتامین های آن حفظ می شود.

۳)شربت سیب بهترین دارو برای درمان سرفه و گرفتگی صدا می باشد .برای تهیه شربت سیب یک کیلو سیب راشسته و با پوست قطعه قطعه کنید و در یک لیتر آب بپزید سپس آنرا با پارچه نازکی صاف کنید و چند تکه قند به آن اضافه کنید و دوباره روی آتش ملایم قرار دهید تا قوام بیاید و آن را از روی آتش بردارید روزی سه تا چهار فنجان از این شربت بنوشید.

۴)سیب دارای مقدر زیادی کلسیم است و کلسیم سیب به بدن کمک می کند که کلسیم غذاهای دیگر را نیز جذب کند.

۵)خوردن سیب یبوست را برطرف می کند و برای خستگی مفرط مفید است

۶)دم کرده برگ درخت سیب ادرار آور است و درمان کننده التهاب کلیه و مثانه میباشد.

۷)نوشیدن آب سیب داروی موثری برای درمان سرمخوردگی و گرفتگی صدا و سرفه است.

۸)سیب مقوی کبد و اشتها آور است.

۹)سیب برای درمان تنگی نفس بسیار مفید است حتی بوئیدن سیب نیز این خاصیت را درد

۱۰)سیب پخته تقویت کننده معده و کبد و دفع کننده سودا و سموم بدن است .

۱۱)سیب حرارت را از بدن خارج می سازد .

۱۲)سیب را رنده کنید و در دستمال بپیچید و روی چشم بگذارید درد چشم را برطرف می کند.

۱۳)خوردن سیب حتی برای آنهایی که بیماری قند دارند مفید است چون قند خون را بالا نمی برد.

۱۴)کسانیکه می خواهند لاغر شوند حتما باید سیب را با پوست بخورند .

۱۵)دم کرده گل سیب داروی سرفه و تورم مجرای تنفسی است

۱۶)سیب داروی خوبی برای درمان زخم ها می باشد

۱۷)سیب بهترین دارو برای سوء هاضمه است زیرا دارای مقدر زیادی پکتین می باشد

۱۸)آب سیب را حتی می توان برای تنقیه استفاده کرد . این تنقیه برای بیماریهای روده بسیار موثر است.

۱۹)پوست سیب را مانند چائی دم کنید و بیاشامید این اچئی بهترین دوست کلیه است .

۲۰)آب سیب را با ابمیوه گیری در منزل تهیه کنید و فورا آنرا بنوشید زیرا در اثر ماندن آنزیم ای خود را از دست می دهد .

۲۱)آب سیب برای زیبایی پوست استفاده زیادی درد بخصوص برای از بین بردن چین و چروک پوست موثر است بدین منظور آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید البته همیشه آب سیب تازه استفاده کنید.

استفاده دیگر از سیب برای لطافت پوست سیب پخته است سیب رابپزید و سپس له کنید و با شیر مخلوط کنید و این مخلوط را بصورت نیم گرم روی پوست بگذارید و پس از چند دقیقه آنرا بردارید .

پرورش سیب

سیبها مانند بیشتر گیاهان چند ساله معمولا "بصورت لقاح غیر جنسی واز طریق پیوند تکثیر می شوند. سیبهای بذری گاهی اوقات

بطور اساسی با درخت مادرتفاوت دارند. بیشتر گونه های جدید سیب بصورت سرچشمه بذری دارند که یا شانسی رشد کرده اند ویا از طریق باروری عمدی گونه های پرآتیه پرورش یافته اند. اصطلاحات بذری ، دانه سیب و تخم که در نان گونه سیب وجود دارد بیانگر منشاء بذری سیب می باشد. همچنین سیبها می توانند جوانه هایی غیرعادی بوجود آورند(جهشهایی بر روی یک شاخه مجزا) . بعضی از جوانه های غیرعادی منجر به نسلهایی بهتر از گونه های مادریشان می شوند. بعضی از آنها به قدری از درخت مادر متفاوت می شوند که دیگر گونه هایی جدید به حساب می آیند.

بعضی از پرورش دهندگان سیبهای معمولی را با سیبچه یا سیبهای غیر عادی مقاوم در برابر سرما پیوند می زنند تا گونه های مقاوم تری بوجود آورند. مثلا "از دهه ۴۰ مرکز آزمایشات Excelsior در دانشگاه مینه سوتا و ویسکانسین پیشرفت دائمی را در سیبهای مقاوم مهم که هم از نظر تجاری و هم باغداری خانگی رشد گسترده ای دارند در سراسر مینه سوتا و ویسکانسین ایجاد کرده اند . مهمترین ابداع آنها شامل Haralson فراوان ترین سیب کشت شده در مینه سوتا ، Wealthy،Honeygold و Honeycrisp می باشد. شیرینی و ساختار Honeycrisp به قدری مورد علاقه مصرف کنندگان است که باغداران مینه سوتا درختان پاگرفته و پربار خود را قطع می کنند تا برای این نوع سیب انبار احداث کنند – عملی که تاکنون انجام نشده بود.

شروع به احداث باغ

باغهای سیب را با کاشت درختان دو یا سه ساله احداث می کنند. این درختان کوچک معمولا "از گلخانه که در آنجا درختان را با روش پیوند جوانه تولید می کنند تهیه می شود. ابتدا با استفاده از کشت بافت یا خوابانیدن شاخه یک گیاه پیوندی بصورت بذری یا کلون شده بعمل می آورند که برای رشد آن ، یک سال وقت لازم است . سپس بخش کوچکی از شاخه یک درخت بالغ (قلمه) از گونه مورد نظررا تهیه می کنند. ساقه بالایی و شاخه های گیاه پیوندی را بریده و به جای آن قلمه را قرار می دهند. دیر یا زود این دو قسمت با هم رشد کرده و درخت سالمی را بوجود می آورند.

گیاهان پیوندی دراندازه نهایی درخت تاثیر دارند . در حالیکه بسیاری برای پرورش دهندگان ،دارای گیاهان پیوندی زیادی هستند ، این گیاهان پیوندی به صاحبان خانه فروخته می شود که فقط به داشتن چند درخت از یک یا دو گونه مختلف تمایل دارند : گیاه پیوندی بذری معمولی که یک درخت کامل بوجود می آورد یا گیاه پیوندی نیمه کوتاه که درخت تاحدی کوچکتربه بار می آورد. گیاهان پیوندی کوتاه عموما "در برابر آسیبهای ناشی از سرما و باد آسیب پذیرترهستند. درختان کوتاه کامل اغلب بوسیله پایه و داربست تثبیت شده و در باغهای چگالی بالا کاشته می شوند این باغات برای کشت آسانتر بوده و و حاصلخیزی هر واحد از زمین را تا حد زیادی افزایش می دهد.

بعضی از درختان از طریق پیوند "بین ساقه ای "بین گیاه پیوندی راست ساقه و درخت که نتیجه رشد هر دو پیوند است بوجود می آیند.

پس از کاشت درخت کوچک درباغ ، باید قبل ازکسب توانایی تحمل مقدار زیادی غذا ۳ تا ۵ سال (نیمه کوتاه) یا ۴ تا ۱۰ سال (درختان معمولی) بزرگتر شوند .در طول این مدت پرورش مناسب شاخه های بزرگ و چیدن جوانه هایی که رشد نا درست دارندازاهمیت زیادی برخوردار می باشد همچنین ساخت داربستی مناسب که در آینده سنگینی بار میوه را تحمل کند.

موقعیت

درختان سیب نسبتا "به شرایط خاک بی تفاوت هستند و در دامنه گسترده ای ازمقادیر PH و سطوح حاصلخیزی رشد می کنند. آنها حتما "باید در مقابل باد مراقبت شده ونباید در مناطق پست که در معرض آخرین سرماهای بهاری می باشند کاشته شوند. برای این درختان زهکشی مناسب ضروری بوده و خاکهای سنگین یا زمین مسطح باید به گونه ای محکم شود تا از عدم قرار گرفتن سیستم ریشه ها درخاک اشباع شده با آب مطمئن شویم.

گرده افشانــــــی

درختـان سیب با خود آمیزش پـذیر نیسـتند ونیازبه گرده افشانی بصورت دگرگشـنی دارنـد. مـدیریت گرده افشانی بخش مهمی از پرورش درخت سـیب محسوب می شود. قبل از کاشت درخت مرتب کردن تولید کنندگان گرده بسیار مهم است (گونه های سیب یا سـیبچه که تامین کننده گرده هایی فراوان ، رسـتنی و آمیزش پذیر هستند). ممکن است باغهای میوه دارای ردیفهای یک در میان گونه های گشـنی پذیریا درختان سـیبچه متناوب ویا شاخه های پیوند خورده سیبچه باشند. بعضی گونه ها گرده های بسیارمعدود یا گرده های ناباروروتولیـد می کننـد بنابراین گرده افشانان خوبی به حساب نمی آینـد. پرورشـگاههای گل و گیاه خوب دارای لیسـت گشنی پذیری گرده افشانان هستند.

گاهی اوقات پرورش دهندگانی که دارای باغسـتانهای قدیمی با یک گونه درخت هستند برای گرده افشانی ، دسته هایی از گلهای سیبچه را درون بشـکه یا سـطلهایی فراهم می کنند. پرورش دهندگان خانگی که دارای یک درخت بوده و فاقد گونه های دیگر در همسایگی اشان هستند نیز می توانند از این روش البته در مقیاس کوچک تر استفاده کنند.

پرورش دهنـدگان درخت هر سـال هنگـام گـل دادن معمولا ـ "از گرده افشانهـایی را برای جابجایی گرده تهیه می کننـد. عموما"از کنـدو زنبور عسـل اسـتفاده می شود و انجام این کار توسط زنبوردارانی صورت می گیرد که در ازاء مزد به تهیه کنـدو مبادرت می ورزنـد. در باغات تجاری از زنبورهای کارگر باغی نیزبعنوان گرده افشانهـــــای مکمل اسـتفاده می شود. چون آنها نیش نمی زنند احتمالا "پرورشدهندگان خانگی در مناطق حومه ازاین زنبورها استفاده می کنند. بعضی زنبورهای وحشی مثل زنبورهای درودگر و زنبورهای تک زی دیگر ممکن است به این امر کمک کننـد. بعضـی مواقع ملکه های زنبورهای درشت در باغات حضور دارنـد اما معمولا "تعدادشان به قدری نیست تا گرده افشانهای با اهمیتی به حساب آیند.

گرده افشانی ناکافی علائمی بسـیارکم داشته و برای سـیبها ناگوار است و موجب کندی رسـیده شدن میوه می گردد. برای ارزیابی گرده افشـانی بایـد دانه هـا را شـمرد. سـیبهایی که به خوبی گرده افشـانی شـده انـد دارای ۷ تا ۱۰ دانه بـابهترین کیفیت می باشـند. سیبهـایی که کمتر از ۳ دانه دارنـد معمولا ـ "نمی رسـند و در اوایل تابسـتان از روی درخت خواهنـد افتاد. گرده افشانی نا مناسب یا نتیجه کمبود گرده افشانها و یا کمبود گرده تولید شده ویا به سبب شرایط آب و هوایی نامناسب برای گرده افشانی در زمان گلدهی می باشد.

سرما هنگام گل دهی

یـک مشـکل کلی ، سـرمای دیرهنگـام است که موجب نابودی ساختارخارجی ظریف گل می شود. بهتر است برای فیلتر سازی هوا درختـان درزمینهـای شیبدارکاشـته شونـد امـا شیب نبایـد رو به جنوب باشـد (در نیمکره شـمالی) چون این کـار موجب گـل دادن زودرس درخت ودرنتیجه افزایش آسـیب آن در برابرسـرما خواهـد شـد. اگر سـرما زیـاد جـدی نباشـد می توان صـبح قبـل از تابش خورشـید روی شـکوفه ها روی درخت آب پاشید با این کار امکان نجات شکوفه ها وجود دارد. آسیبهای ناشی از سرما را می توان ۲۴ ساعت پس از سرما تخمین زد. اگر مادگی گیاه به سمت عقب برگشته بود نشان دهنده ازبین رفتن گل و عدم تولید میوه خواهد بود.

وجود منبع آب در نزدیکی محـل پرورش سـیب موجب تـاخیر گرمای بهار می شود که نتیجه این مزیت به تاخیرافتادن شـکوفایی تا زمان به حد اقل رسیدن احتمال سرما می گردد. مناطقی از آمریکا مثل ساحل شرقی دریاچه میشیگان ، ساحل جنوبی دریاچه انتاریو و اطراف برخی دریـاچه هـای کوچکتر که این تاثیر خنک کننـدگی آب به همراه خاک مناسب و خوب زهکشـی شـده وجود دارد پرورش سیب را در این نواحی ممکن ساخته است .

پرورش دهنـدگان خـانگی سـیب احتمالاً ـ امکـان اسـتفاده از منبع آب را ندارنـد امـا آنها می تواننـد از شـیبهای رو به شـمال یا سایر

ویژگیهای جغرافیایی برای تاخیراندازی شکوفایی در بهار استفاده کنند. درختان سیب (یا هر میوه دیگر) که در آمریکا در شیبهای رو به جنوب کاشته شوند خیلی زود شکوفه داده و دربرابر سرمای بهار بسیار آسیب پذیر خواهند بود.

کاستن از بار درخت

درختان سیب هر دوسال مستعد باردهی است. اگر میوه را در مواقعیکه درخت محصول زیادی دارد ،بار آن را کم نکنند موجب کاهش گل دهی در سال بعد خواهد شد. کم کردن از بار درخت حتی خارج از زمان آن ، به برداشت محصول قابل توجه درهرسال کمک می کند.

آفـــــات

درختان سیب در مقابل تعداد از بیماریهای قلرچی و باکتریایی و آفات حشره ای آسیب پذیر هستند. تقریباً در تمامی باغات میوه برنامه های فعال سمپاشی برای حفظ کیفیت خوب میوه ها ، سلامتی درخت و محصول زیاد انجام می شود. یکی از جریانات در حال انجام در مدیریت باغها ، استفاده از IPM یا کنترل یکپارچه آفات است که سمپاشیهای غیر ضروری را هنگام عدو وجود آفت یا (محتمل تر) هنگام کنترل طبیعی آنها کاهش می دهد.

سمپاشی برای آفات حشره ای نباید زمان شکوفه دهی انجام شود چون این امرموجب مرگ گرده افشانها می شود. و نیز در باغاتی که در آنها ازآفت کشها استفاده می شود نباید اجازه رشد گیاهانی که مورد توجه زنبورها هستند داده شود. شبدر سفید هلندی یکی از انواع فراوان علفها هستند که بسیاری از زنبورها در زمان تماس با گلهای آن در سطح باغات مسموم می شوند.

از بین بیشترین بیماریهـــای خطرناك می توان به fireblight (بیماری باکتریایی (و دو بیماری قارچی به نامـــهای black spot وخال زدگی سیب (cedar-apple rust) اشاره کرد.

plum curlico جدی ترین آفت حشره ای محسوب می شود. سایر این آفات عبارتند از : کرم حشره و کرم سیب .

پرورش سیب بدون استفاده از مواد شیمیایی بسیار دشوار است اگرچه در تعداد معدودی باغ با استفاده از گونه های مقاوم در برابربیماری و کنترلهای پرورشی بسیارخوب این کاربصورت تجاری موفق ، انجام شده است. آخرین ابزاردر پرورش طبیعی ، اسپری کردن لایه نازکی ازخاك معدنی کائولین است که موجب تشکیل مانعی طبیعی در مقابل بعضی آفات شده و مانع آفتاب سوختی سیب می گردد.

برداشت

بیشتر درختان بالغ هر سال معمولاً ۱۰-۵ بوشل (۲۰۰-۱۰۰ کیلوگرم) محصول سیب دارند. سیبها را با استفاده از نردبانهای سه شاخه که بگونه ای طراحی شده اند تا بین شاخه ها ثابت شوند، برداشت می کنند. گونه های کمی که چیده نمی شوند ضمن رشد بسیار زیاد محصول فراوانی می دهند که تقریباً برداشت آن ممکن نیست. درختان کوتاه هر سال تقریبا "۵-۳ بوشل (۱۰۰-۵۰ کیلوگرم) محصول ببار می آورند.

گونه های مختلف براساس محصولشان و اندازه نهایی درخت متفاوتند حتی اگرپیوند یکسانی داشته باشند.

منابع :

سیب «درخت» http://daneshnameh.roshd.ir

سیب Apple http://www.money58.netfirms.com

سیب حرارت بدن را کاهش می دهد http://www.niksalehi.com

سیب http://www.iranmania.com

فواید چغندر

چغندر گیاهی است، دارای برگ های پهن و درشت و گلوله مانند. این سبزی به دو رنگ دیده شده: سفید و قرمز مایل به بنفش. ریشه چغندر، پیازی است. رنگ ریشه چغندر ممکن است زرد، سرخ و سفید باشد. ریشه چغندر به صورت خام قابل استفاده و مصرف است و اغلب آن را پخته مصرف می کنند که همه به نام لبو آن را می شناسند.

ریشه کلفت چغندر، مواد غذایی و به خصوص ساکاروز (شکر) را در خود ذخیره می کند. برگ های چغندر هنگام روز در مقابل نور آفتاب، ساکاروز می سازند و شب ها آن را به ریشه ها می دهند. مقدار ساکارز در هر منطقه متفاوت است.

برای اولین بار، چغندر در مدیترانه و جنوب غربی آسیا دیده شد. چغندر به عنوان غذا از ۲۰۰۰ سال قبل شناخته شده بود.

رومی ها و یونانی ها از این سبزی به عنوان غذا استفاده می کردند. یونانی ها برای خنک شدن خونشان، چغندر مصرف می کردند.

چغندر را از قدیم شناختند و حتی در حدود چهار قرن قبل از میلاد بخواص درمانی آن آَشنا بوده و از آن استفاده می کرده اند .

چغندر بطور بومی در ناحیه مدیترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بیشتر نقاط دنیا کشت می شود . چغند دو نوع می باشد یک نوع آن چغندر معمولی

است برنگ بنفش تیره و یا قرمز است و نوع دیگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن می باشد که بمقدربسیار زیاد در نقاط مختلف دنیا برای استفاده از شکر آن شکت می شود .

چغندر خوب آن است که زیاد در خاک نمانده باشد و یا باصطلاح جوان باشد زیرا چغندری که زیاد رسیده باشد سفت می شود .چغندر پیر معمولا گردنی باریک درد و شیارهایی روی آن بوجود می آید .

خواص دارویی چغندر :

– خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه می کند و بسیار آرام بخش است.

– لبو به علت دارا بودن عناصر کمیاب از بیماری جذام جلوگیری می کند. فسفر دارد ، پس برای مغز و اعصاب مفید است.

– برای استحکام استخوان ها مفید است.

– لبو با اینکه ۱۷ درصد قند دارد، ولی خنک است و این خاصیت خنکی در برگ آن بیشتر است . از این رو آب لبو برای التهاب مثانه، رفع یبوست و بیماری های پوست مفید است.

– لبو ویتامین های B ، A و C دارد از این رو اشتها آور است و بهتر است همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.

مصرف چغندر لکه های سفیدی که در پوست بدن پدید آمده و موجب مرض پیسی می شود را از بین می برد. از این رو امام محمد باقر (ع) فرمودند : قوم بنی اسرائیل از لکه های سفیدی که در بدن خود مشاهده می کردند ، به حضرت موسی شکایت نمودند. حضرت موسی این مطلب را به خداوند عرضه کرد. به موسی وحی شد که به بنی اسرائیل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا یابند.

حتی برگ چغندر نیز خواص بسیاری زیادی دارد که از آن جمله :

– برگ خام چغندر آرام بخش و خنک است و اگر پخته شود موجب نفخ نمی شود.

– برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود می بخشد.

– جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زیادی آنتی اکسیدان دارد).

– شستشوی سر با جوشانده ی برگ چغندر شوره و چربی مو را از بین می برد و ضد شپش است.

– قرار دادن دست و پای ترک خورده در آب گرم شده ی برگ چغندر موجب بر طرف شدن عارضه می شود.

– جوشانده ی برگ چغندر کلاً برای پوست و مو بسیار مفید است و ضد جوش ، ضد ورم ، ضد ریزش مو ، ضد کک و مک و

سوختگی با آفتاب است.

ترکیبات شیمیایی:

چغند ر بسیار مغذی است و سرشار از مواد معدنی و ویتامین ها است .

در زیر مقدر مواد آن در صد گرم چغندر آمده است .

انرژی: ۳۳ کالری

پروتئنی: ۱.۲ گرم

چربی:۰.۰۶ گرم

هیدروکربن: ۷.۲ گرم

کلسیم: ۱۱.۱ میلی گرم

فسفر: ۲۰ میلی گرم

آهن: ۰.۸ میلی گرم

ویتامین آ: ۵۰۰۰ واحد

ویتامین ب ۱ : ۰.۰۱۵ میلی گرم

ویتامین ب ۲ : ۰.۰۲۵ میلی گرم

ویتامین ب ۳: ۰.۳۳ میلی گرم

ویتامین ث: ۱۷.۶۲ میلی گرم

خصات گیاه شناسی

گیاهان خانواده Chenopodiaceae عمدتا علفی و یکساله‌اند ولی در میان آنها انواع چند ساله ، درختچه‌ای و بندرت درختی هم مشاهده می‌شود. بسیاری از اعضای این خانواده ، دارای ساقه‌های گوشتی و آبدار ، شبیه کاکتوسها هستند. تعداد معدودی از گیاهان این خانواده ، بالا رونده‌اند. برگهای گیاهان خانواده چغندر ، اغلب ساده و در بسیاری از آنها بسیار ریز و فلس مانند و یا تحلیل رفته هستند. اکثر اعضای این خانواده ، تک پایه و برخی از آنها دو پایه (گیاه نر و ماده جدا از هم) می‌باشند. گل آذین ، گرزنهای مجتمع و کوچک و گاه سنبله دم گربه‌ای است که در مسیر تکامل در این خانواده ، تغییر از گل آذین گرزن دو سویه به گرزن یک سویه و سپس به گل آذینهای کروی و فشرده مشاهده می‌شود.

گلها دو جنسی و یا تک جنسی و دارای ۵ کاسبرگ معمولاً گوشتی و فاقد گلبرگ هستند. گلهای برهنه (فاقد گلبرگ و کاسبرگ) نیز در این گیاهان دیده می‌شود. گلها عمدتا ۵ پرچم دارند که گاه به ۲ یا ۳ پرچم کاهش یافته است. مادگی معمولا ۵ برچه‌ای و گاه ۳ - ۲ برچه‌ای و تخمدان در همه اعضای خانواده ، تک خانه‌ای و فوقانی و دارای یک تخمک است. میوه در گیاهان خانواده Chenopodiaceae معمولاً فندقه است و اغلب باله‌های رنگینی دارند که از رشد کاسبرگها بوجود آمده‌اند. دانه‌ها دارای نشاسته ، دو لپه‌ای و دارای رویان خمیده‌اند و رویش دانه‌ها به صورت رو زمینی است. (لپه‌ها همراه با ساقه‌چه از خاک بیرون می‌آیند.)

فیزیولوژی و آناتومی

گیاهان خانواده Chenopodiaceae ، برخلاف سایر گیاهان ، برای رشد و ادامه حیات خود به سدیم نیاز دارند. این گیاهان با انباشته کردن یونهای سدیم و برخی از یونهای نمکی دیگر از جمله یون کلرید در بافتهای خود ، فشار اسمزی درونی خود را بالا می‌برند و بدین ترتیب می‌توانند علیرغم بالا بودن فشار اسمزی محیطشان (به دلیل شوری و کم آبی) ، آب را جذب می‌کنند و در

سلولهای خود ذخیره نمایند. برخی از گیاهان این خانواده ، از جمله Atriplex ، دارای کرکهای ترشحی نمک روی برگ های خود هستند که محل ذخیره نمکهای اضاقی گیاه‌اند.

روی سطح برگهای Atriplex ، این حبابهای نمک پس از پر شدن از نمک می‌ترکند و لایه‌ای نقره‌ای رنگ را روی برگ ایجاد می‌کنند که باعث منعکس شدن نور تابیده شده به برگ می‌شود. این مساله علاوه بر این که باعث جلوگیری از بالا رفتن حرارت گیاه می‌شود از جذب پرتو فرابنفش و اثرات زیانبار آن نیز جلوگیری می‌کند. چون اکثر گیاهان این خانواده در شوره‌زارها و شن‌زارها می‌رویند، بسیاری از آنها دارای ساقه‌هایی آبدار و متورم ، برای ذخیره آب ، و برگهایی بسیار کوچک ، برای جلوگیری از تبخیر زیاد آب ، می‌باشند.

اعضای خانواده Chenopodiaceae برای دستیابی به آب در اعماق زیاد زمین ، معمولا ـ ریشه‌هایی گسترده و عمیق دارند و برخی از آنها دارای چترهایی کم ارتفاع و بسیار انبوه هستند که این امر علاوه بر جلوگیری از تبخیر آب ، باعث مقاومت در مقابل بادهای شدید ، که از خصوصیات مناطق کویری است، می‌شود. تقریبا تمام گیاهان خانواده چغندر ، پاییزه‌اند. این گیاهان در اواخر بهار جوانه می‌زنند و در پاییز میوه می‌دهند که این ، سازشی برای زیستن در شرایط خشکی و شوری است و باعث می‌شود که میوه‌ها در فصل پاییز که زمان بارندگی است برسند تا دانه‌ها امکان بقای بیشتری یابند. گیاهان این خانواده حتی در مناطقی که باران سالیانه در آنها کمتر از ۱۰ میلیمتر است نیز می‌توانند به حیات و رویش خود ادامه دهند.

اهمیت اقتصادی و بوم شناسی

گیاهان خانواده چغندر یا Chenopodiaceae بخصوص در شن‌زارها ، چه در ایران و چه در سایر نقاط جهان از اهمیت اکولوژیکی بسیار بالایی برخوردارند. در مناطق بیابانی و شن‌زارها به دلیل سیلابی شدن نزولات جوی ، وزش بادهای شدید ، و کمبود وجود باکتریها ، گیاهان و سایر موجودات زنده ، خاک همواره در معرض فرسایش و نابودی قرار دارند. در این خاکها مهمترین عاملی که می‌تواند از فرسایش خاک جلوگیری کرده، ذرات خاک را در جای خود تثبیت کند، وجود گیاهان خانواده Chenopodiaceae در این مناطق است. این گیاهان با داشتن ریشه‌های بسیار عمیق و گسترده ، و چترهای انبوه و کم ارتفاع ، مانع از روان شدن شنها و فرسایش خاک می‌شوند.

جنس Haloxylon یا تاغ که گونه‌های مختلفی از آن ، از جمله Haloxylon Persicum (سفید تاغ) در ایران وجود دارند، مهمترین گیاه تثبیت کننده شنهای روان است. کاشتن این گیاه در مناطق کویری ، علاوه بر آنکه در ایجاد فضای سبز اهمیت فراوان دارد، مانع گسترش بیابانها و روان شدن شنها که خسارات فراوانی را ببار می‌آورد، می‌شود و در حفظ اکوسیستم و ادامه حیات گونه‌های مختلف ، اهمیت بسزایی دارد. گیاه سگ لیسه (Halocnemum Strobilaceum) که یکی از مهم‌ترین هالوفیتهای ایران است و پراکندگی وسیعی در بسیاری از نقاط کشور دارد، نیز یکی دیگر از اعضای خانواده Chenopodiaceae است.

از دیگر اعضای مهم این خانواده که در اکوسیستمهای شور و شنی ایران می‌رویند می‌توان به این جنس اشاره نمود: Atriplex (بوته شور) ، Haloxylon Salicornia (از جمله گونه Suaeda (سودا) ، Anabasis (رمسی) ، Seidlitzia (از جمله گونه Seidlitzia rosmarinus یا اشنان) ، Kochia (جارو گیاهی) ، Halanthium ، Halostachys ، Bienetria.

این گیاهان حتی در کویر مرکزی ایران نیز که نیزآن بارندگی سالیانه در آن بسیار کم است (کمتر از ۱۰ میلیمتر) مشاهده می‌شوند. تعدادی از اعضای خانواده Chenopodiaceae نیز دارای اهمیت تغذیه‌ای برای انسان هستند که از جمله آنها می‌توان به Beta Vulgaris (چغندر قند) Spinacia oleracea (اسفناج) و Chenopodiaum (سلمه تره) اشاره کرد.

بعضی دیگر از اعضای این خانواده از جمله Kachia Scoparia نیز برای تامین سوخت بکار می‌روند. همچنین ، از برخی از اعضای گیاهان این خانواده از جمله Atriplex , Salicornia در کشاورزی با آب شور استفاده می‌شوند. تهیه آلکالوئیدهای

مختلف ، بتالائینها و سایر ترکیبات شیمیایی ، از دیگر مصارف اقتصادی گیاهان خانواده چغندر است. خانواده Cheropodiaceae دارای ۱۴ طایفه است که ۸ تا از آنها تک جنسی (دارای فقط یک جنس) و برخی از آنها (از جمله Atriplex) دارای گونه‌های بسیار زیاد و متنوعی هستند.

خواص داروئی:

برگ چغندر خواص درمانی بسیاری دارد :

۱-بعنوان ملین و رفع یبوست بکار می رود

۲-تقویت کننده کلیه است

۳-درمان کننده التهاب مجاری ادرار است

۴-بعنوان مصرف خارجی برای پانسمان زخم و درمان تاول مصرف می شود.

چغندر مخلوط با آّب هویج دفع کننده سنگ کیسه صفرا نیز هست .

شربت چغندر بهترین نوشابه و تقویت کننده بدن و دافع سموم بدن است .

شیره ی چغندر سیستم گردش خون را بهبود می بخشد و به عملکرد سیستم ایمنی کمک می کند.

از جمله خواص دیگر شیره ی چغندر :

* کمک به جذب آهن و تولید گلبول های قرمز خون (برای زنانی که از کم خونی رنج می برند مفید است)

* کمک به حفظ سلامت سلول ها

* کمک به حفظ سلامت کل بدن با کمک آنتی اکسیدان های موجود در آن

* کمک به جذب بهتر بسیاری از مواد مغذی

* کمک به حفظ سلامت کبد(۱) (پاک کننده ی عالی صفراست)

* افزایش باروری

خواص دارویی چغندر :

خوردن چغندر پخته رعشه را معالجه می کند و بسیار آرام بخش است.

لبو به علت دارا بودن عناصر کمیاب از بیماری جذام جلوگیری می کند. فسفر دارد ، پس برای مغز و اعصاب مفید است.

برای استحکام استخوان ها مفید است.

لبو با اینکه ۱۷ درصد قند دارد، ولی خنک است و این خاصیت خنکی در برگ آن بیشتر است . از این رو آب لبو برای التهاب مثانه، رفع یبوست و بیماری های پوست مفید است.

لبو ویتامین های B ، A و C دارد از این رو اشتها آور است و بهتر است همیشه به سالاد افراد کم وزن اضافه شود.

مصرف چغندر لکه های سفیدی که در پوست بدن پدید آمده و موجب مرض پیسی می شود را از بین می برد. از این رو امام محمد باقر (ع) فرمودند : قوم بنی اسرائیل از لکه های سفیدی که در بدن خود مشاهده می کردند ، به حضرت موسی شکایت نمودند. حضرت موسی این مطلب را به خداوند عرضه کرد. به موسی وحی شد که به بنی اسرائیل فرمان ده تا گوشت گاو را با چغندر بخورند تا شفا یابند.

حتی برگ چغندر نیز خواص بسیاری زیادی دارد که از آن جمله؛

برگ خام چغندر آرام بخش و خنک است و اگر پخته شود موجب نفخ نمی شود.

برگ خام چغندر ورم طحال را بهبود می بخشد.

جهت درد مفاصل و نقرس سودمند است (چون مقدار زیادی آنتی اکسیدان دارد).

شستشوی سر با جوشانده ی برگ چغندر شوره و چربی مو را از بین می برد و ضد شپش است.

قرار دادن دست و پای ترک خورده در آب گرم شده ی برگ چغندر موجب بر طرف شدن عارضه می شود.

جوشانده ی برگ چغندر کلاً برای پوست و مو بسیار مفید است و ضد جوش ، ضد ورم ، ضد ریزش مو ، ضد ککی و مکی و سوختگی با آفتاب است.

طرز استفاده:

برای درست کردن شربت چغندر با آب میوه گیری آب سه تا چهار چغندر خام را بگیرید و آنرا با یک لیوان آب معدنی گاز در مخلوط کنید این شربت بسیار خوشمزه و انرژی زا است .

مضرات :

مضرات خاصی گفته نشده است .

منابع :

خواص غذایی چغندر KEPUNZEL.COM

چغندر http://www.iranmania.com

چغندر http://daneshnameh.roshd.ir

چغندر «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

چغندر http://www.parsiteb.com

چغندر BEETS http://www.money۵۸.netfirms.com

خواص و فواید عناب

مشخصات تیره عناب Rhamnaceae

گیاهان تیره عناب به صورت درخت یا درختچه های غالبا خاردار و به ندرت علفی می‌باشند . در بین آنها انواعی با ساقه بالا رونده نیز یافت میشود . مجموعا شامل ۵۰ جنس و ۶۰۰ گونه اند که بیشتر در اروپا و نواحی استوایی می رویند . از اختصاصات آنها این است که برگهای ساده ، غالبا متناوب و گلهای منظم ، نرماده یا بر دو نوع نر و ماده ، پلی گام – دوپایه و یا یک پایه دارند ، کاسه گل آنها مرکب از ۴ تقسیم (زود افت) و جام گل آنها شامل ۴ یا ۵ گلبرگ (به ندرت فاقد گلبرگ) است . پرچم های آنها معمولا به تعداد قطعات جام گل و تخمدان آنها آزاد یا کم و بیش متصل به کاسه گل و غالبا دارای سه خانه می باشد ، میوه آنها به صور مختلف خشک شکوفا یا نا شکوفا و یا گوشت دار و به صورت شفت و محتوی یک یا چند دانه است . عده زیادی از گیاهان به علت دارا بودن گلوکوزید های آنترا کینونیک ، دارای مصارف دارویی مهم هستند . غالبا آنها دارای دستگاه ترشحی مواد موسیلاژ و صمغ می باشند که از سلولهای منفرد و عریض یا مجتمع و فراهم و یا کیسه های ترشحی تشکیل می یابند این سلولها و کیسه ها در پوست و مغز ساقه ، در پارانشیم دسته های آوندی اطراف رگبرگ ها و دمبرگ ها و همچنین در برون بر میوه ها دیده می شوند. پوست عده زیادی از گیاهان این تیره Ramnus ها ، شامل ترکیبات گلوکوزیدی در همی است که قابلیت تولید امودین Emodol (Emodine) را داشته است و اثر مسهلی آنها مربوط به وجود این مواد می‌باشد.به علاوه گلوکوزید مولد مواد رنگی نیز در آنها محقق گردیده است . از این نظر باید گفت که در این گیاهان ، ماده قابل هیدرولیز و مولد گلوکوزیدهای آنتراکینونیک به نام رامناتیکوزید rhamnarticoside و همچنین یک ماده گلوکوزیدی دیگری با ترکیب شیمیایی در هم به نام رامنیکوزید

rhamnicoside که مولـد ماده رنگی است یافت می گردد . نمونه های دارویی متعـددی در این تیره وجود دارند که عده ای از آنهـا در نـواحی مختلـف کشورمـان میروینـد . ارزش دارویی انـواع مهـم آنهـا بـه علـت دارا بـودن گلوکوزیـدهای آنـتراکینونیک anthraquinonique اسـت که اثر مسـهلی و یـاملین دارنـد . در بین آنهـا نمـونه هـایی بـا میـوه خـوراکی ماننـد درخت عنـاب Zizyphus jujube و یا انواع دارویی مانند Ziziphus.spina-christi و یا انواع زینتی زیبا نیز یافت می‌شود .

عناب

به فارسـی عناب و در کتب مختلف فارسـی و طب سـنتی با نام های عناب ، تبرخون ، شـیلانه ، سـیلانه ، شیلانک و در گیلان (اون ناف دار) ، آلمه آغاجی ، عناب آغاجی ، سیب کوهی ، سنجد جیلان شناخته می شود .

به فرانسوی میوه آن را Jujube و درخت آن را Jujubier و به انگلیسی Jujube tree و chinese date گویند .

گیاهی است از خانواده Rhamnaceae

نام علمی آن Zizyphus jujube mill

مترادف آن Zizyphus vulgaris lam و Rhamnus zizyphus l. و Zizyphus sativa Gaert می باشد.

گونه Z.vulgaris دررای دو واریته می باشـدیکی Z.vulgaris lam V.inermis Bge و دیگری Z.vulgaris lam.var spinosus Bge(۸ و۹)

مشخصات گیاه شناسی :

عناب درختی است کوتاه ، بلنـدی آن ۲ تا ۸ متر که گاهی تا ۱۲ متر هم می رسد و بسیار مقاوم به خشکی می باشد . واریته ای از آن تیغ دار و واریته ای از آن بدون تیغ می باشد . برگهای آن زیبا ، کوچک ، بی کرک ، شفاف متناوب و واقع در دو طرف شاخه ها ، دنـدانه دار ، شامل سه رگبر گ طوری است در دو طرف هر دمبرگ در روی هر ساقه ، زایده هایی به شـکل خارهای محکم و تیزی میروید ، سپس چوبی شده و به طور دائمی در روی شاخه ها باقی می ماند . گلهای کوچک با دمگل کوتاه به رنگ سبز مایل به زرد و مجتمع به صورت دسـته هـایی کوچک در کنار برگها دارد ، دارای ۵ گلبرگ ریز ، جدا و ۵ پرچم و مادگی دو برچه ای است.

میوه اش که عناب نامیده می شود به صورت شفت به رنگ مایل به قرمز ، شفاف (پس از رسیدن) به بزرگی یک زیتون و خوراکی است بوی آن ضـعیف و طعمش لعـابی و کمی شـیرین و مطبوع است . میوه واریته وحشـی و تیغ دار آن خیلی ترش و قابض است و میوه بی تیغ اهلی آن کمی قـایض و ترش است ولی از هر دو نوع در موارد مشـابه دارویی اسـتفاده می شود. حـدود ۴۰ نوع ازجنس Zizyphus وجود دارد که همگی دیپلوئید بوده و دارای ۲۴ کروموزوم می باشند .

پوست تنه درخت عناب ناصاف ، چوب آن محکم و به رنگ قهوه ای است . شاخه های جوان آن در ابتـدا سبز تیره هسـتندو بعد به رنـگ قرمز تیره تبـدیل می شونـد . هسـته میوه عناب سـخت واسـتخوانی می باشـد. به میوه خشک عناب، خرمای چینی(chinese date) نیز می گوینـد. تنه درخت جوان سـرخ مایل به زرد می باشد، در بهار و تابسـتان با رنگ برگها که سبز روشن است به ویژه هنگامی که میوه اش می رسد چشم انداز بسیار زیبایی دارد .

ترکیب شیمیایی عناب

عنـاب دارای لعاب فراوان و حـدود ۵٪ مـواد پروتئینی و ۴٪ مواد قنـدی و مقـدار زیـادی ویتامین C و املاح میباشـد در هسته عناب آلکالوئید وجود ندارد . روغن آن دارای اولئیک اسید و لینولئیک اسید ، پالمتیک اسید و فیتوسترول است .

در گزارش دیگری آمده است که در هر ۱۰۰ گرم قسمت قابل خوردن خام میوه عناب در حدود ۶۹ میلیگرم ویتامین C وجود دارد . عصـاره آبی چـوب آن دارای یـک مـاده متبلـور بـه نـام اسـید زیزیفیـک (ac. Zizyphiqe) ویـک تـانن بنام اسـید

زیزیفوتانیک(ac.zizyphotanniqur) است . این تانن در میوه عناب نیز مشخص شده است . عناب دارای مقدار زیادی موسیلاژ ، اسید مالیک و اسید سیتریک می باشد .

خواص دارویی عناب

عناب به عنوان یک گیاه دارویی و با خواص غذایی بالا به صورت تازه و خشک مصرف می شود. شی جگن دانشمند چینی در قرن شانزده میلادی در کتاب داروهای گیاهی ذکر نموده که عناب در ۲۰۰۰ سال قبل مصرف دارویی داشته و در کشورهای شرق آسیا از میوه ، بذر ، برگ ، پوست و ریشه آن برای معالجه بیماری ها از جمله کاهش تب استفاده می شده است .

در هند : از میوه عناب به عنوان داروی لعاب دار و نرم کننده سینه و خون ریزی استفاده می شود و برای تصفیه خون و کمک به هاضمه تجویز می شود . جوشانده ریشه درخت عناب را برای کاهش تب به کار می برند و گرد ریشه خشک آن را روی زخم ها و جراحت ها ی کهنه می ریزند ، التیام بخش است . پوست درخت عناب دارویی برای قطع اسهال است .

درکره : از هسته آن به عنوان خواب آور و مخدر استفاده می شود .

در چین : از میوه عناب و مغز هسته آن استفاده دارویی می شود و نیز از برگ ، پوست ، چوب وریشه آن نیز در مواردی استفاده می شود . در این کشور عناب به عنوان ضد سم در موارد مسمومیت های حاصله در اثر اکونیت و ژانسیانا (هر دو از گیاهان خیلی سمی هستند) به کار می رود.

عناب اثر و طعم داروهای محرک را کاهش می دهد . با این توضیح هر وقت از نظر دارویی لازم باشد که از گیاه اکونیت و ژانسیانا خورد بهتر است که توام با عناب خورده شود زیرا اثر سمی و تحریکی آنها را حتی در حد مجاز مقدار مصرف می کاهد و باعث می شود که آثار مفید دو داروی فوق بدون خطر در بدن منعکس شود.

عناب به عنوان داروی آرام کننده اعصاب و مقوی عمومی ، مقوی معده آرام بخش، ملین ، ضد سرفه و مدر به کار می رو د . بی خوابی را از بین می برد و خواب آور است . عرق شبانه را قطع می کند و برای ضعف عمومی و به طور کلی احساس خستگی و ضعف شدید بسیار نافع است .از برگ ، ریشه و پوست درخت عناب برای قطع بعضی از انواع تب ، تسریع رشد موی سر و تهیه مایع شستشوی چشم استفاده می شود . عناب خون را تصفیه می کند و مولد خون صالح است یعنی از داروهای خون ساز می باشد . التهاب ، تشنگی ، حدت خون ، درد کلیه ، کبد و مثانه را تسکین می دهد . مالیدن آن به تنهایی یا با هسته آن التهاب و ورم گرم چشم را تسکین می دهد . آشامیدن آب خیس کرده آن یا دم کرده آن مخلوط با عرق کاسنی یا سکنجبین برای تسحین حدت صفرا و خون مفید است . مقدار خوراک میوه عناب تا پنجاه عدد است .

جوشانده مخلوط عناب ، انجیر، خرما و کشمش به عنوان داروی مفید برای درمان بیماری های سینه ، در طب عوام استفاده به عمل می آید . مصرف عناب هیچ گونه تحریکی در دستگاه هضم ایجاد نمی کند از این جهت برای اشخاصی که دستگاه هضم حساس دارند مناسب است .عناب نارس و سبز بی مزه و گس و لعاب دار است و قابل خوردن نمی باشد زیرا سنگین و خیلی دیر هضم است به همین علت خیلی سفارش شده که قبل از رسیدن مصرف نشود . علاوه بر خاصیت خنکی ماده ای در عناب است که خلط آور بوده و برای درمان سرفه از قدیم مصرف می شده است . در مداوای بیماری سینه کبد ، مثانه ،و رفع التهاب نافع است .جوشانده عناب بلغم را دفع می کند و برای سینه درد و سوزش گلو مفید است . گرفتگی صدا را از بین می برد ، خون را صاف می کند و برای شش ها و کمر درد مفید است . اگر زیاد بخورند دیر هضم است و مصلح آن مویز و شکر است .۱۰ تا ۱۵ دانه عناب خشک یا تازه برای خوراک در چند روز مداوا کافی است . برای درمان کلسترول خون ، کوبیده عناب خشک که یک شب در آب سرد خیس بخورد و صبح ناشتا آن را بخورند برای شستشوی کلیه مفید است . برگ درخت عناب خاصیت شویندگی دارد اگر کمی برگ تازه در کف دست ها له شود با آب تولید کف می کند و به جای صابون می توان از آن استفاده کرد. عناب را با هسته می

سایند ، گرد به دست آمده زخم روده را مداوا می کند . از محل شکستگی شاخه درخت عناب یا ترک هایی که به علتی روی تنه پیدا می شود شیره درخت به صورت صمغ ترشح می شود این صمغ همرا ه با کمی سرکه برای تقویت عمومی بدن مفید است.چوب درخت عناب دارای تانن فراوان است و اثر قابض دارد و در مداوای اسهال مفید است .

- عناب به دلیل داشتن لعاب فراوان نرم کننده سینه است .
- ملین است اگر آن را با آب و شیر بجوشانیم بهتر است .
- ادرار را زیاد می کند.
- عناب آرام کننده عصاب است .
- خون را تمیز می کند .
- ضد سرفه است .
- جوشانده پوست درخت عناب داروی ضد اسهال است .
- آسم و تنگی نفس را برطرف می کند .
-رشد موی سر را زیاد می کند .
- برای بر طرف شدن ورم چشم ، عناب را به چشم بمالید .
- حافظه را تقویت می کند .
- هرگاه که احساس غمگینی کرده و گریه می کنید یک فنجان دم کرده عناب لبخند را به لبهای شما می آورد.
- برای درمان سرطان آب عناب را با کاهو بخورید .
- و بالاخره جوشانده برگ عناب را برای رفع گلو درد و خونریزی لثه ها غرغره می کنند و اگر آن را به صورت موضعی بمالید درد مفاصل را برطرف می کند.

شربت عناب:

عناب رسیده به صورت تازه و خشک قابل مصرف است . از آن شربت عناب نیز می سازند که در پزشکی استفاده می شود . ۸۰۰ گرم عناب خشک را در ۴ لیتر آب می جوشانند تا بپزد سپس عناب ها را له می کنند مایع به دست آمده صاف کرده و ۳ کیلو شکر در آن می ریزد و دوباره کمی می جوشانند ، شربت عناب به دست می آید . هنگام نیاز نیم استکان از این شربت را در یک لیوان آب خنک حل می کنند و می آشامند تمام خواص دارویی عناب در این شربت موجود می باشد .

تهیه جوشانده عناب :

ده دانه میوه خشک شده را می شکنند و همراه با یک قاشق سوپ خوری تخم گشنیز می جوشانند ، سپس دم می کنند پس از ساعتی آن را صاف می کنند به مایع به دست آمده که به اندازه یک لیوان معمولی بیشتر نیست کمی شکر قرمز می افزایند . شربت خوش طعم و مطبوع حاصل می شود که تب بر می باشد ، رفع عطش می کند و ناراحتی های صفراوی را برطرف می کند. میزان مصرف آن سه بار در یک هفته کافی است و معمولا آن را ناشتا یا (بین دو غذا) عصر می آشامند.

جوشانده و شربت عناب برای کسانی که از غذاهایی چون سیر ، پیاز ، خرما ، سرخ کردنی ها ، غذاهای پر روغن و ادویه دار بیشتر استفاده کرده باشند داروی طبیعی ، خوب و موثر ی است در گذشته به دلیل نبودن داروهای آرام بخش تفاله های جوشانده عناب را خشک می کرده اند و همرا ه با کوکنار (گرز خشخاش) و کمی تفاله چای خشک شده به جای تنباکو در غلیان دود می کردند و برای تسکین دندان درد از آن استفاده می کردند .

از جوشانده قسمت چوبی ریشه برای رفع احساس سیری مفرط و کمک به هاضمه می‌خورند و اگر با گوشت بپزند و با سوپ یا

آش آن را بخورند برای افزایش شیر و قطع خروج اخلاط خونی توام با سرفه از ریه نافع است .
جوشانده شاخ و برگ عناب خارش و جوشهای روی پوست بدن را رفع می کند . کمی شاخه جوان همراه با برگ تازه یا خشک را بجوشانند و آب آن را بتدریج بنوشند ، خارش بدن برطرف خواهد شد ولی خاصیت جنبی دارد و حس چشایی را از بین می برد ، پرز های چشایی را از کار می اندازد و تشخیص مزه ها غیر ممکن می شود ولی موقتی است و به تدریج به حال اول بر می گردد .

جوشانده عناب :

عناب ۱۴ دانه ، جوپوست گرفته ۵/۲ گرم ، آب به مقدار کافی .

عناب را خرد کرده و با جو مخلوط نمایند و بجوشانند تا شکفته شود مقدار آب باید آنقدر باشد که پس از جوشیدن ۱۵۰۰ گرم جوشانده به دست آید و میگذارند ته نشین شود و صاف روی آن را با انحراف ظرف برمی دارند و در تب های شدید یک فنجان بنوشند .

جوشانده نوع دیگری از عناب :

عناب ۱۵ دانه ، سپستان ۱۵ دانه ، تخم ختمی ۴ گرم ، گل بنفشه ۷ گرم ، گل نیلوفر ۳ تا ۵ عدد ، پرسیا وشان ۵ گرم ، رازیانه نیم کوفته ۳ گرم و به دانه ۵/۲ گرم .

این داروها را شب در آب خیسانده و صبح جوشانیده بگذارند تا خنک شود و پس از صاف کردن نیم گرم با اضافه کردن قدری شکر سرخ به تدریج بنوشند برای تسکین سرفه و نرم کردن سینه و اخلاط خیلی نافع است .

خیس کرده عناب :

عناب ۲۰دانه، مویز دانه گرفته ۳۰دانه ،سه‌پستان ۳۰دانه و سر شاخه گل دار بنفشه ۷ گرم .

اجزای فوق را شب در نیم لیتر آب خیسانده و صبح پس از صاف کردن ۵۰ گرم شیر خشت و ۵۰ گرم ترنجبین را به آن اضافه کرده خوب حل می کنند و پس از صاف کردن با قدری گلاب و عرق بید مشک مخلوط کرده میل می کنند .

روایات درمورد خواص عناب :

امام علی (ع) فرمودند :عناب تب را از بین می برد

امام صادق (ع) فرمودند : برتری عناب بر سایر میوه ها مثل برتری ما بر سایر مردم است .

مسیح دانشمند عرب : نشان داد که عناب بیماری آسم را درمان کرده و کمی حافظه را بهبود می بخشد .

عناب در طب سنتی :

عناب تازه از نظر طبیعت طبق رای حکمای طب سنتی معتدل در حرارت و برودت و مایل به رطوبت و طبق نظر شیخ الرئیس بوعلی سینا کمی سرد است و از نظر خشکی در رطوبت معتدل است . در مورد خواص آن معتقدند که عناب از عوامل ملین و نرم کننده سینه است و یکی از ۴ میوه سینه ای می باشد (عناب ، انجیر ، مویز ، خرما)

مضرات عناب:

مضرات عناب این است که در معده های سرد ایجاد نفخ می کند و برای اصلاح آن باید شکر و مویز خورد به علاوه ترشح اسپرم را کاهش می دهد و نیروی جنسی را کم می کند برای پرهیز از این عوارض باید عناب را مخلوط با داروهای محرک نظیر عسل خورد .اگر برگ عناب در دهان جویده شود تا چند دقیقه موجب بی حسی ذائقه می شود و طعم درک نمی شود.

گونه های مختلف Zizyphus

۱- Zizyphus jujube

عناب معمولی که درخت آن آسیا و آفریقا کشت می شود . بلندیش میانه است و برای تهیه میوه آن را کشت می کنند.

۲- Z.lotus این درخت در آفریقا می روید و کمی کوچکتر از درخت عناب معمولی است .

۳-Z.mistol درختی است که در آرژانتین دیده می شود.

۴- Z.joazeiro درخت عناب بومی سرزمین برزیل است .

۵-Z.sativa درخت عنابی است که تا ۸ متر بلندی دارد بیشتر برای تولید چوب پرورش داده می شود . میوه اش استفاده های غذایی و دارویی دارد . هسته میوه سخت و مانند هسته زیتون است از میوه آن مربا و کمپوت می سازند که همان خواص شربت و جوشانده آن را داراست .

۶- Z.calophylla موطن این درخت کشور مالزی است .

۷-Z.spina – Christi بیشتر در نواحی جنوبی ایران از ایران شهر تا خوزستان ، کرمان ، بندر عباس و خرم آباد می روید . میوه اش خوراکی ، به اندازه زالزالک ، نارنجی رنگ است و شیرین مزه می باشد .سر شوی صدر ساییده برگ آن می باشد و در جنوب ایران به درخت کنار موسوم است .

۸-Z.cyaneus دارای برگهای تیره و براق است گلهای آن به رنگ آبی سیر ، سرخ یا سفید است و خوشه های یاس مانند دارد .

۹-Z.island myrtle گونه ای دیگر از عناب است که برگهایش خاکستری سبز و بخش زیرین برگ مخملی سفید است . انواع دو رگه این گیاه که گاهی بسیار زیباست شناخته شده است .

۱۰-Z.nummularia که در فارسی به آن دره می گویند ، برای برگهای تخم مرغی و نوک تیز و میوه اش اشتها آور و مقوی معده است

شناسایی ارقام مختلف عناب :

در ارتباط با شناسایی ارقام مختلف عناب در داخل و خارج ا ز کشور تحقیقات زیادی انجام نشده است و اغلب مقالات و کتب انتشار یافته در ارتباط با عناب در مورد خصوصیات گیاه شناختی و خواص دارویی و در مانی این گیاه می باشد .

Bal(۱۹۹۲ طی ۱۰ سال مطالعه و بررسی در بخش باغبانی دانشگاه کشاورزی هند کلید شناسایی ارقام مختلف کنار موریتانی Z.mauritiana که از خانواده عناب است را تهیه کرده وی در میان ویژگی های رویشی ، شکل نوک برگ را قابل اطمینان ترین ویژگی برای طبقه بندی ارقام ذکرکرد . از میان ارقام مورد مطالعه وی ۲۴ رقم نیمه نوک تیز تا نوک تیز و ۱۸ رقم با نوک غیر تیز بودند . عادت شاخه دهی یکی دیگر از عوامل مناسب به شمار می رفت . ۲۱ رقم با شاخه دهی گسترده و ۲۱ رقم با شاخه دهی عمودی گروه بندی شده اند . پس از آن شکل برگ ، قاعده برگ ، رنگ برگ و طول دم برگ در درجه سوم اهمیت قرار داشت . میوه های ارقام مختلف از نظر شکل به ۴ گروه شامل : میوه با نوک کاملا برجسته ، میوه با نوک تقریبا برجسته ، میوه با نوک گرد و میوه با نوک فرو رفته تقسیم شدند .

Kumar (۱۹۹۵) : درمورد برگ ۴۲ رقم از گونه کنار موریتانی Z.mauritiana مطالعات آنزیمی انجام داده در این تحقیق مشخص شد که ۱۵ رقم در مورد پراکسیداز، ۱۸ رقم درمورد آمیلاز و ۱۸ رقم در مورد فسفاتاز ، فنوتیپ آنزیمی مشخص دارند . با کمک آزمایشهای آنزیمی مختلف تعداد ۴۰ رقم از ۴۲ رقم قابل شناسایی بودند.

ثابتی (۱۳۵۳) : خصوصیات گیاه شناختی و پراکنش عناب را در ایران بیان می کند . در خت عناب بومی نواحی مدیترانه و آسیای معتدله است در ایران در سواحل دریای خزر ، دامنه نیل کوه در مینو دشت ، کردستان ، سردشت ، لرستان ، بختیاری ، الموت به حالت خودرو می‌روید و در بعضی مناطق مانند همدان، مشهد، بابل و سایر نقاط کشت می شود .

زرگری (۱۳۷۱): در ضمن معرفی خصوصیات گیاه شناختی و مشخصات عناب ، ترکیبهای شیمیایی آنرا به شرح ذیل عنوان میدارد .

عناب دارای لعاب فراوان و مواد قندی مختلف ، ۷۲/۲ تا ۴۳/۶ درصد پروتئین ، املاح عالی و ویتامین C است

میر حیدر (۱۳۷۵) : اطلاعات جامعی از مشخصات گیاه شناختی ، ترکیبهای شیمیایی ، خواص دارویی و کاربرد درمانی عناب ارائه می نمایند .

امید بیگی (۱۳۷۶) : به معرفی گیاهان تیره عناب می پردازد ماده موثر گیاهان دارویی متعلق به خانواده مذکور آنتراگلیکوزیدی می باشند و قند منوز در میوه های این گیاها ن وجود دارد.

مناطق پراکنش :

درخت عناب بومی مناطق گرمسیر است . در شمال آفریقا ، جنوب اروپا ، نواحی مدیترانه ای و مناطق معتدل آسیا می روید . این گیاه بومی آسیای جنوبی ، شرقی ، میانه و قفقاز است که از چند هزار سال قبل در کشورهایی مانند چین ، هندوستان ، افغانستان و پاکستان و ایران کشت می شده و بعد به کشورهای اطراف مدیترانه از جمله سوریه ، ایتالیا ، فرانسه ، اسپانیا سپس به کشورهای شمال آفریقا منتقل شده است .

در سال ۱۸۷۳ میلادی از جنوب فرانسه به آمریکا منتقل شده و امروزه در ایالات مختلف آمریکا اغلب به صورت زینتی کشت می شود . عناب از گیاهان بومی فلات ایران است و به طور عمده در استان های خراسان ، گلستان ، مازندران ، فارس ، اصفهان ، یزد ، همدان ، قزوین و قم وجود دارد . در سال ۱۳۷۴ ، مقدار ۱۴۰ تن از میوه عناب به خارج از کشور صادر شده است .

درخت عناب به حالت نیمه خودرو و پرورش یافته در نواحی شمالی ایران ، گرگان ، گیلان ، خراسان ، کاشمر ، زیرک آباد ، بلوچستان ، بندر عباس و کرمان در ارتفاعات ۲۰۰۰ متری ، شیراز و اطراف آن ، سیستان وزابل می روید .

مشخصات مناطق پراکنش عناب در ایران :

۱- استان اصفهان : در اکثر نواحی این استان درخت عناب کم و بیش مشاهده شده عمده ترین آن در کوهپایه بین نایین و اصفهان به صورت باغهای میوه همره با درخت عناب به تعداد زیاد یادر حاشیه اراضی زراعی وجود داشت ، این باغها از نظر میوه دهی و تولید نهال محل درآمد باغداران می باشد . در روستای پوده از توابع شهر رضا در قسمت غربی استان اصفهان هم مقدار زیادی درخت عناب وجود داشت که از آنهامقدار زیادی میوه برداشت می شد . در روستای کچومثقال از توابع اردستان در قسمت های شرقی استان نیز تعداد زیادی درخت عناب در حاشیه باغها ، زمین های زراعی و کنار جاد ه و حیاط منازل مشاهده گردید ضمن اینکه تک درختان عناب در شهر ها و روستاهای اصفهان از جمله شهر رضا ،کاشان ، نیاسر ، اردستان ،نطنز نایین در حیاط منازل و باغها وجود دارد .

۲- استان خراسان : بیشترین سطح زیر کشت عناب ایران در شهرستان بیرجند می باشد . اکثر باغهای عناب در حومه این شهر واقع شده است که ا ز طرف شرق تا مرز افغانستان نیز ادامه دارد . در این منطقه باغهای یک دست عناب مشاهده می گردد که در آمد غالب روستاییان به عناب بستگی دارد . نمونه هایی از درخت عناب در دیگر مناطق استان خراسان از جمله مشهد ، قائن ، بجنورد مشاهده شده است همچنین در این استان روستای عنابستان در بخش خوشاب از توابع شهرستان سبزوار با ارتفاع ۱۴۰۰ متر از سطح دریا با آب و هوای معتدل و خشک قرار دارد .

۳- استان فارس: عمده ترین سطح زیر کشت عناب در استان فارس در منطقه ای موسوم به دوسیران در نزدیکی منطقه دست ارژن و کازرون با آب و هوایی نیمه خشک معتدل و کوهستانی می باشد . اراضی منطقه با دامنه های مرتفع با شیب تند و خاک کم عمق و سنگلاخی به صورت باغ میوه از جمله انجیر ، گردو و انار می باشد .که مقدار زیادی از انواع میوه از این منطقه به داخل و خارج کشور صادر می گردد . پاجوش های عناب در میان باغ ها به وفور یافت می شود . در این منطقه قبل از باز شدن گلها و بعد از گل دهی هم زمان با آغاز تشکیل میوه سم پاشی انجام می گردد و بنابراین درختان عناب هم بازدهی خوبی دارند.

۴-استان قزوین:عمده ترین محل پراکنش عناب در این استان، ایستگاه تحقیقات دارویی الموت می باشد . پایه های عناب دور تا دور ایستگاه کاشته شده است . بعضی پایه ها از قم و بعضی از درختان مادری موجود در منطقه تهیه شده است . پایه های عناب به صورت درختچه های انبوه مشاهده می شود که تعداد فراوانی پاجوش دارند .

۵- استان قم : در اکثر مناطق این استان درخت عناب مشاهده می شود که عمده ترین آن در بخش جعفر آباد و روستاهای دولت آباد ، کلاغ نشین و کمچنار است ، در این استان درختان عناب در اطراف مزارع و باغهابه وفور یافت می شود .

گاهی به علت وجود پاجوشهایی که در داخل مزرعه در محل نا مطلوب سربر می آورند با آنها مبارزه می شود . این درختان اغلب به دلیل قرار گرفتن در مرز باغها و مزارع تحت تیمار زراعی از جمله هرس و آبیاری نیستند با این حال مقدار زیادی میوه هرچند ریز تولید می نمایند علاوه بر این در بخش های قاهان ، خلجستان و شهر قم درختان عناب به صورت تک درخت یاگروهی در داخل باغ ، باغچه و حیاط منزل وجود دارد .

۶- استان گلستان : در مناطق مختلف این استان وجود عناب گزارش شده است در مراجعه و بازدیدها در حومه شهر کلاله توده وسیع عناب به صورت خودرو مشاهده گردید این توده از نظر وسعت پراکنش و خودرو بودن در ایران منحصر به فرد و در حال حاضر به عنوان تنها ذخیره گاه طبیعی عناب در ایران مطرح می باشد.

۷- استان لرستان: عمده ترین منطقه پراکنش این گونه در استان لرستان ، منطقه بزنوید از توابع شهرستان الیگودرز می باشد که توده ای ازعناب در آنجا وجود دارد و مقدار بسیار زیاد ی میوه از آن برداشت می شود. ضمن اینکه تک درختان عناب در حیاط منازل در شهرهای الیگودرز ، ازنا ، دورود و بروجرد وجود دارد که اغلب میوه خوبی تولید می نمایند .

۸- استان مازندران : شرایط اقلیمی و اکولوژی این استان برای توسعه عناب مناسب است و درختان بیش از ۳۰ تا ۴۰ ساله در مناطقی از استان مشاهده گردید عمده ترین مناطق پراکنش عناب در اطراف روستای مقام ساری است که در آن چندین درخت عناب بزرگ و مسن با ارتفاع بیش از ۸ متر و عمر بیش از ۱۰۰ سال وجود دارد این درختان میوه زیادی تولید می نمایند هرچند این میوه ها از نظر اندازه ریز می باشند توده دیگر عناب در منطقه جویبار واقع است که درختان حتی روی ماسه های کنار دریا استقرار دارند تک درختان عناب در نزدیکی بهشهر و ساری وجود دارند .

۹- استان مرکزی: تک درختان عناب کم و بیش در تمام قسمت های این استان از جمله شهر ها و روستاهای دلیجان ، محلات ، خمین ، اراک ، تفرش و ساوه پراکنده هستند پایه‌هایی از آن در باغها و حاشیه مزارع و یا منازل مسکونی مناطق مذکور مشاهده شد این درختان از نظر تولید پاجوش و میوه دهی شرایط متفاوتی داشتند .

۱۰- استان همدان : در این استان رویشگاه عناب وجود ندارد و منطقه دارستان شهرستان تویسرکان در یک باغ میوه پایه های عناب مشاهده شده البته این درختان از مناطق دیگر به کلکسیون گیاهان دارویی منتقل شده اند . در شهر ها و روستاهای ملایر ، نهاوند ، تویسرکان و همدان تک درختان عناب در حیاط منازل وجود دارد که در ملایر میوه دهی بسیار خوبی دارند .

۱۱- استان یزد: در این استان تک درختان عناب در اکثر شهرها و روستاها از جمله یزد ، مهریز ، تفت ، میبد ، اردکان ،درباغ های میوه و حیاط منازل وجود دارد که اغلب از دیگر مناطق منتقل شده است .

عملکرد عناب:

وسیعترین مساحت زیر کشت عناب در بیرجند می باشد که در سال ۱۳۶۷ حدود ۸۵ هکتار بوده است و در حال حاضر عملکرد عناب در حدود ۶۰۰۰ کیلو گرم در هکتار می باشد .

روشهای تکثیر گیاه عناب :

برای ازدیاد این گیاه ۴ راه وجود دارد

۱- جابجایی پاجوشها : معمولی ترین و سریع ترین راه تکثیر آن استفاده از پاجوش است که رشد سریع تری نیز خواهد داشت . با پاجوش را در اوایل یا در اواخر پاییز بر حسب اقلیم های مختلف می توان کاشت . علاوه بر پاجوش ها که از کنار درخت می روید درخت عناب در جستجوی آب شبکه وار ریشه های زیادی می دواند و از ریشه های سطحی جوانه هایی می روید و از زمین بیرون می آیند در سال اول به شکل ترکه ای راست و صاف خود نمایی می کند سال دوم در پایان فصل پاییز که درخت نمو نسبی کرده است با بریدن ریشه درخت مادر نهال را با ریشه از زمین بیرون می آورند و در جای دیگر در گودال هایی که قبلا آماده شده است می نشانند خاک محل کشت اگر هوموس دار باشد درخت رشد بیشتری خواهد کرد در هر سال ، یک درخت بزرگ (درخت مادر) دهها پاجوش قابل جابجایی دارد .

۲- قلمه زدن :

از درخت عناب می توان در نیمه دوم اسفند ماه قلمه گرفت قلمه ها باید از شاخه های جوان یک ساله باشد . زمینی را که برای خزانه کاری بر می گزینند ، شخم عمیق (۳۰ cm) را که به طور اریب بریده شده است در کنار پشته ها در زمین فرو می برند به طوری که فقط ۵ ، cm سر قلمه از لبه پشته بیرون و ۲۵ cm در خاک فرو رفته باشد. فاصله هر قلمه از یکدیگر ۵ cm خواهد بود . پس از کشت قلمه ها، جوی ها را پر از اب می کنند و زمین قلمه کاری شده باید همیشه مرطوب باشد و مرتب وجین نشود . در روش دیگر پس از بر گریزان پاییزی و آغاز فصل سرما، قلمه ها را آماده می کنند و در جعبه های به از خاک اره و یا پاکتهایی پلاستیکی که باریک و بلند است و برای همین منظور تهیه کرده اند، حلقه ها را در خاک اره می نشانند و در گلخانه یا جای گرم و مرطوبی می گذارند .قلمه ها تا وقتی جوانه نزده است، نیاز به آفتاب ندارد ولی به محض جوانه زدن باید در همان هوا در معرض نور خورشید قرار گیرد تا بتواند به رشد خود به طور طبیعی ادامه دهد.

قلمه ها در خاک اره مرطوب ریشه می دواند و نیز قلمه نهایی مستقل خواهد بود، جدا کردن قلمه ها در خاک اره کاری بسیار آسان است و ریشه ها سالم می مانند سپس از بر طرف شدن خطر سرما ، یعنی حدود اردیبهشت ماه آنها را از گلخانه بیرون می آورند و به زمین محل کشت انتقال می دهند . قلمه زدن در پاییز یک سال نهال را جلو می اندازد و زودتر ، درخت به بار خواهد نشست.

۳- خوابانیدن :

شاخه های دو سایه ای را که از بخش پایینی تنه درخت مادر روییده است، می توان خوابانید . این کار در فصل پاییز و اواخر زمستان انجام می شود. برای خوابانیدن شاخه در خاک به این ترتیب باید اقدام کرد:

آن بخش از شاخه که در زیر خاک قرار می گیرد و به وسیله کارد تیزی قبلا پوست نیمی از شاخه به درازای ۵ سانتی متر بریده و بر داشته می شود. سپس نزدیک شاخه را گود می کنند و آن را به آرامی می خوابانند و گود را پر از خاک می کنند. سر شاخه را که از خاک بیرون می ماند به یک تیم می بندند تا راست بایستد. از همان محلی که پوست برداری شده است در طول بهار و تابستان ریشه های نابجا می روید و اسفند سال بعد آن را از درخت مادر می برند و با ریشه به محل اصلی انتقال می دهند.

۴- کشت بذر عناب :

اگر به دلیل بررسی های ژنتیکی برای تعیین انواع جدید و نه به قصد تولید زراعی نظر به کاشت هسته میوه آن باشد بهتر است قشر سخت خارجی هسته را به طوری که آسیبی به مغز ان نرسد شکسته و مغز آن را بکارند معمولا تخم تخم دو سال بعد از کاشت جوانه می زند. برای کشت بذر عناب ، دانه های عناب را گرد آوری کرده سیلو می کنند، سپس در بهار می کارند. هسته های عناب رسیده هر کدام می تواند نهالی تولید کند. روش کاشت بر این صورت است که در نیمه اسفند هسته ها را در ظرفی پر از آب می ریزند و در جای گرمی می گذارند. پس از چند روز که خیس خورد آنها را در زمینی که بیشتر آماده شده است می کارند،

همـه روزه روی آن را آب می پاشـند . بـذرها در نیمه دوم فروردین می روینـد. نهالهـای دو سـاله را پس از برگ ریزان از خزانه به زمین اصـلی منتقـل می کننـد. ولی بهترین راه زیـاد کردن درخت عنـاب همـان جابجایی پا جوشـهای ریشه دار است زیرا مطمئن نر خواهد بود .

درخت عناب را معمولا پیوند نمی زنند زیرا نوع مرغوبتری ندارد ولی در صورت پیوند زدن زودتر به بار می نشیند.

فواصل کاشت

فاصـله درخت عناب از یکـدیگر بسـته بر این که درخت به چه منظوری کاشـته می شود فرق می کنـد ، اگر هـدف به دست آوردن میوه باشـد و باید نهالها ۴ تا ۵ متر از یکـدیگر نشانـده شونـد، ولی اگر برای تهیه چوب مبادرت به درخت کار می کنند ، حدود نیم متر تا ۶۰ سانتی متر فاصله کفایت می کند.

چون رشـد درخت عنـاب کنـد است در فواصـل درخت عناب می توان درختان میوه سـریع الرشـد و با عمر کوتاه کاشت تا در چند سـال اول که هنوز عنـاب به سن بهره برداری نرسـیده از میوه هـای آن درختـان اسـتفاده نمود. بـدیهی است در این قبیـل موارد باید درختانی انتخاب نمود که از نظر مراقبتهای زراعی با عناب تعارض نداشـته باشـد و موجب اختلال در رشد و نمو عنابها نشوند. چون درخت عناب تقریبا از آخرین درختهایی است که شـکوفه و برگ می دهد (در خرداد و تیر) بنابراین در مناطق سـرفی از خطر سـرما زدگی مصون است

درخت عناب معمولا در سنین ۲۰-۱۵ سالگی به حداکثر باردهی می رسد.

کود مورد نیاز :

در کشت سـنتی درخت عنـاب ، عناب را کود نمی دهنـد. ولی برای برداشت محصول بیشتر بایـد کود داده شود . بهترین کود همان کودهـای یکساله حیوانی می باشـد که در پاییز روی زمین می پاشـند سـپس فاصـله بین درخت عناب را شـخم می زننـد تا کودها با خاک مخلوط شود. در حدود اردیبهشت ماه کمی کود اره نیز مفید است پس از کود پاشی آبیاری مفصلی را می طلبد.

آفتهای درخت عناب :

آفـت مهـم درخت فقـط مگس عنـاب نـام برده شـده است ، نـام علمی آن carpomya vensuniana از خـانواده Tephrit idea می باشـند. حشـره کامـل مگس کوچکی است که روی میوه عناب تخم ریزی می کنـد. لارو پس از بیرون آمـدن از تخم از گوشت میوه تغذیه می کند.

شفیره این حشـره در فصل زمسـتان در خاک باقی می مانـد به همین علت برای مبارزه با آن یخ آب زمسـتانی و سم پاشـی سـپس از گل سفارش شده است.

پرورش درخت عناب برای تولید چوب :

بعضـی درختان عناب که تا ۸ متر قـد می کشـند برای بـدست آوردن چوب قشـنگی که دارند پرورش داد. می شوند این درختان را معمولاـ در دره هـا، نزدیک به هم می نشاننـد . نزدیکی درختان به یکـدیگر موجب می شود که به جای شاخ و برگ فراوان و میوه دهی، فقط مانند درختان تبریزی قد بکشـند . این درختان در چنین وضـعی دارای تنه ای صاف ، راست و بدون گره خواهند بود در نتیجه چوب مرغوبی حاصل می شود.

چوب درخت عنـاب سـپس از برش، سـرخ رنگ و خال دار، مایل به زرد و رگه دار می باشـد ، چون بسـیار محکم و زیباست، برای ساختن اشیاء زینتی مانند مجسمه، عصا، و تسبیح به کار می رود و در منبت کاریها و همچنین در ساختن میز و صندلی و در و پنجره از آن اسـتفاده می شـود. داخـل تنه درخت برخلاـف گردو و چنـار پـوک نمی شـود . در گذشـته دسـته چیق را از چوب عنـاب می ساختنـد که جنبه زینتی نیز داشت، هم اکنون برای سـاختن دسـته پیپ از چوب عنـاب بهره گیری می شود. زیرا چوب درخت عناب

بدون رنگ آمیزی فقط با اندود روغن جلد، زیبایی لازم را داراست.

: منابع

۱- امید بیگی – ر.۱۳۷۶- رهیافت های تولید و فرآوری گیاهان دارویی – جلد ۱. صفحه ۱۱۰-۱۰۹

۲- امید بیگی – ر.و س .دقیقی .۱۳۷۹.تاثیر سن پاجوش و زمان انتقال آن در تکثیر عناب .صفحه ۵۸-۵۳

۳- ثابتی ،ح-۱۳۷۳.جنگلها ،درختان و درختچه های ایران.چاپ دوم

۴- جانزاده،ع.اعجاز گلها و گیاهان دارویی .صفحه ۲۲۲-۲۲۰

۵- رضایی ،م وجایمند ،ک .ترکیبهای شیمیایی در گیاهان دارویی .جلد اول .صفحه ۱۶۵-۱۶۰

۶- زرگری ،ع.۱۳۷۱ .گیاهان دارویی .جلد اول .صفحه ۶۰۳-۶۰۱و۵۸۸-۵۸۷و۶۰۵-۶۰۳

۷- قهرمان ،ا.فلور رنگی ایران .دانشکده علوم دانشگاه تهران

۸- مظفریان ،و .۱۳۷۵.فرهنگ نامهای گیاهان ایران .صفحه ۵۹۱

۹- میر حیدر ،ح.۱۳۷۲.معارف گیاهی .جلد ۶.صفحه ۴۱۲-۴۰۸

۱۰- میر حیدر ،ح.۱۳۷۲.معارف گیاهی .جلد ۳.صفحه ۱۳۲-۱۳۰

سایت طوبی

خواص آویشن

نویسنده : مریم رضا زاده

خانواده نعناعیان Lamiaceae یکی از بزرگترین خانواده های گیاهی است که دارای پراکنش جهانی می باشد (به غیر از مناطق قطب شمال و جنوب) و دارای حدود ۲۰۰ جنس و دو تا پنج هزار گونه از بوته های معطر و درختچه های کوتاه است. اغلب نعناعیان تولیدکننده ترپن ها و انواع ترکیبات دیر هستند که این ترکیبات را (به طور عمده) در غدد اپیدرمی برگها، ساقه ها و اندام های زایشی ذخیره می کنند[۱].

آویشن (Thymus vulgaris L.) یکی از گیاهان تیره نعناعیان است که به صورت بوته های پرپشت در دامنه های خشک و بین تخته سنگ های نواحی مختلف مدیترانه از جمله در کشورهای فرانسه، پرتغال، اسپانیا، ایتالیا و یونان می روید[۲و۳]. این گیاه در نواحی نیمه خشک زلاندنو به میزان چندین هزار هکتار به صورت خودرو وجود دارد. این گونه در کشور ما به طور وحشی دیده نشده است[۲]. البته آویشن همه ساله در سطح وسیعی از کشورهای اسپانیا، آلمان، فرانسه، پرتغال، آمریکا، چک ، اسلواک، مجارستان و شمال آفریقا کشت می شود[۵]. در ایران نیز سطح زیر کشت این گونه رو به افزایش است.

از آویشن در صنایع غذایی، دارویی، بهداشتی و آرایشی استفاده متنوعی می شود. روغن آویشن دارای خواصی نظیر ضداسپاسم، بادشکن، ضدقارچ، ضدعفونی کننده، ضدکرم، ضدرماتیسم و خلط آور می باشد. اسانس آویشن از جمله ده اسانس معروف است که دارای خواص ضدباکتریایی و ضدقارچی، آنتی اکسیدان، نگهدارنده طبیعی غذا و تأخیردهنده پیری پستانداران می باشد و جایگاه خاصی در تجارت جهانی دارد[۶و۷]. همچنین آویشن در انواع غذاها استفاده می شود و به عنوان ترکیبات معطر در اکثر فرآورده های غذایی مهم نظیر مشروبات و دسرهای لبنیاتی استفاده می شود[۸]. اگرچه رشد و نمو، کیفیت و کمیت مواد مؤثر گیاهان دارویی از جمله تجمع ماده خشک و بیوسنتز اسانس، اساساً به وسیله فرآیندهای ژنتیکی کنترل می شود ولی عوامل محیطی نیز در این میان نقش مهمی را دارند. آنچه که مهم است اینکه روغن آویشن که در مناطق مختلف کشت می شوند از نظر رنگ، طعم، ویسکوزیته و ترکیبات شیمیایی متفاوت می باشند و تنوع فصلی اثر معنی داری روی عملکرد و ترکیبات روغن آن دارد.

فاکتورهای زراعی نیز روی عملکرد کمی و کیفی آویشن تآثیر دارند که فاصله کاشت از فاکتورهای مهم زراعی است که روی عملکرد اسانس و ماده خشک در واحد سطح تآثیر معنی داری دارد. و مشخص گردید که فواصل بوته کمتر، به طور معنی داری سبب افزایش عملکرد سر شاخه و میزان اسانس شده که فاصله کاشت cm۵ بیشترین عملکرد را داشته است[۴].

اروپا به همراه آمریکا یکی از بازارهای عمده مصرف کننده آویشن است. آمارهای تجارتی نشان می دهد که آمریکا سالیانه حدود ۱۰۰۰ تن آویشن وارد می کند. ۹۰ درصد از روغن آویشن در تجارت جهانی در اسپانیا تولید می شود[۹].

تاریخچه- گیاه مذبور چون اختصاص به نواحی غربی منطقه مدیترانه دارد و از قدیم الایام در آنجا، همراه با گونه های دیگر Thymus می روئیده است، از این جهت اگر قدما در آثار خود تحت نام Thymos، بحثی از این گیاه به میان آورده باشند، مسلماً اگر منظور آنها Th.vulgaris نبوده،خیلی هم از این گیاه دور نبوده است.

تئوفر است و دیوسکورید، دو گونه از این گیاهان را می شناخته اند که یکی برای مصارف طبی به کار می رفت و گلهایی به رنگ سفید داشته است و دیگری که نوع سیاه نامیده می شده، ضمن ایجاد ناراحتی، موجب برانگیختن صفرا می شده است.

T.valgaris در طی قرون بعد تا اوایل قرن ۱۱، در منطقه وسیعی از مدیترانه و خارج از آن، انتشار یافت و مورد شناسایی عده بیشتری واقع گردید، بطوری که اطبای قدیم مانند St. Hildegard در قرن ۱۲ و St. Albert در قرن ۱۳، از آن در آثار خود نام برده اند. ضمناً زنان راهبه که در طبابت مداخله می نموده اند آن را در رفع جذام، فلج و Pediulose مؤثر می دانسته اند. از این زمان به بعد، گیاه مذکور تدریجاً ارزش خود را از نظر طبابت از دست داد به طوری که از آن فقط در طباخی استفاده به عمل می آمد تا اینکه در سال ۱۷۲۵، Neuman ماده مؤثر گیاه را کشف کرد و آن را Camphre Thym نامید و دانشمند دیگری به نام Lallemande در سال ۱۸۵۳، این ماده را تیمول نام گذاشت. از این زمان به بعد، بررسی های عدیده بر روی اثر درمانی گیاه به عمل آمد و از آن در معالجه بیماریهای مختلف، استفاده گردید ۲].

گیاه شناسی:

آویشن (Thymus vulgaris L.) گیاهی است از تیره نعناعیان (Lamiaceae) که ساختار بوته ای دارد و دارای ساقه مستقیم و علفی یا چوبی و پرشاخه به ارتفاع ۱۰ تا ۳۰ سانتی متر و در بعضی موارد تا ۴۵ سانتی متر است. ساقه های منشعب این گیاه پوشیده از کرک های سفید رنگ می باشد[۱۰].

برگ های آن معطر، تا حدودی همیشه سبز[۱۱]، متقابل[۱۱و۲]، تقریباً بدون دمبرگ [۱۱] یا دارای دمبرگ بسیار کوتاه [۲] می باشد. برگ ها خاکستری روشن[۱۲]، بیضوی- نیزه ای تا حالت کشیده[۱۱] یا لوزی شکل[۲] با طول ۵ تا ۱۵ میلی متر[۱۱] که عموماً کنار برگ ها برگشته[۱۱و۱۰و۲] می باشد. سطح تحتانی برگ ها از گردی به رنگ متمایل به سفید[۲] یا نمد مانند[۱۰] پوشیده شده که دارای غده های فراوان اسانس می باشد که به علت وجود چنین غده هایی، معمولاً گل ها به رنگ ارغوانی کم رنگ تا سفید[۱۰] به شکل لوله ای، دو لبه، صمغی و به طول ۵ میلی متر دیده می شود. کاسبرگ ها کرکدار و غده مانند و دارای براکته های شبیه برگ می باشند. در شاخه های فرعی، گل ها به صورت دسته های جانبی و مارپیچی دیده شده و یا به صورت سرگل انتهایی بیضوی یا کروی شکل قرار می گیرند[۱۱]. همچنین کاسه گل به صورت زنگوله ای شکل با لبه دندانه ای کوتاه و صاف است[۱۰].

حالات غیرطبیعی این گیاه آن است که بعضی از پایه های آن، گل های فاقد پرچم دارند و در برخی دیگر، پرچم ها زودتر از مادگی رشد می کنند[۲].

میوه از چهار فندقه کوچک تشکیل شده که در لوله کاسه گل محصور شده است. بذر آویشن گرد و ریز که هر ۰۰۰/۱۷۰ بذر آن یک اونس (۳/۲۸ گرم) وزن داشته و بذر آن برای سه سال زنده باقی می مانند[۱۱].

اکولوژی:

مطالعات اکولوژی و آماری که روی آویشن (Thyms vulgaris) انجام شده نشان داده که پراکنش جغرافیای آن مطابق شکل شماره ۱ است.

در مناطق گرم با ارتفاع کم و در اقلیم های مدیترانه ای خشک، جمعیت های تشکیل شده از گیاهان فنولیک (تیمول و کارواکرول) از همه غالب تر بودند. با فاصله بیشتر از نواحی ساحلی مدیترانه ای و حرکت به طرف مناطق مرطوب تر، گیاهانی که کمتر فنولیک بودند پدید می آمدند و جای خود را به تدریج به شیمیوتیپ های حاوی ترپن های غیرفنولیک حلقوی (۴- توجانول و آلفا- توپنیئول) و مونوترپن های غیر حلقوی (لینالول یا استورادیکلی، ژرانیول) می دادند. در اسپانیا شیمیوتیپ دیگری یافت شده که ترکیب دو حلقه ای ۱ و ۸- سینئول به عنوان ترکیب اصلی آن شناسایی و بومی آنجا نیز می باشد[۱].

آویشن گیاهی است که به طور طبیعی در شرایط مزرعه ای در نواحی نیمه خشک تا معتدل گرم در دماهای بالا و تشعشع شدید آفتاب رشد می کند[۱۷و۱۸]. آویشن در مراحل اولیه دارای رشد خیلی کند بوده و در مراحل بعدی نمود- مخصوصاً ۶۰ روز بعد- یک افزایش سریع در تجمع ماده خشک (۴ تا ۶ برابر تحت نور اضافی و ۵/۲ تا ۵ برابر تحت نور طبیعی) نسبت به گیاهان ۴۰ روزه دارد[۱۷].

میزان آب خاک و رژیم های نوری به طور معنی داری رشد کلنی های آویشن (وزن خشک ریشه و اندام هوایی) را تغییر می دهند و بین شرایط نوری و میزان رطوبت خاک اثر متقابل مشاهده شده و تأثیر افزایش رطوبت خاک اثر متقابل مشاهده شده و تأثیر افزایش رطوبت خاک در شرایط نور طبیعی به اندازه نور اضافی قابل توجه نبوده است و افزایش رطوبت خاک در شرایط نور اضافی دارد. به هر حال در شرایط نور اضافی و رطوبت خاک ۷۰ درصد، بالاترین میزان فتوسنتز و اسانس نیز در شرایط نور طبیعی و ۵۰ درصد رطوبت خاک ذکر گردیده است. البته منظور از نور اضافی یعنی جریان فتوسنتزی ۲۰۰ میکرومول بر متر مربع در ثانیه است که به وسیله لامپ های (HPS High Pressure Sodium) به همراه نور طبیعی ایجاد می گردد[۱۷و۱۸].

در تحقیقی برای بررسی سطوح نوری بر روی میزان اسانس، گیاه آویشن تحت شدت های مختلف نوری (سایه، ابری، ۱۵، ۲۷، ۴۵، ۱۰۰ درصد نور کامل) قرار داده شدند و مشخص شد که بیشترین غلظت اسانس و میزان تیمول و Myrcene موجود در اسانس در نور کامل خورشید به دست می آید. طول برگ و تراکم Peltate hair با کاهش سطوح نوری کاهش می یابد[۱۹].

خاک مزرعه آویشن بایستی به خوبی زهکشی شده و PH آن حداقل ۶ باشد و در صورت نیاز بایستی با استفاده از آهک اصلاح شود. اگرچه آویشن در شرایط خیلی خشک و بدون بارندگی رشد می کند ولی عملکرد آن کاهش می یابد و اساساً آبیاری، عملکرد را افزایش می دهد[۹].

زراعت:

الف- کاشت

آویشن از طریق بذر، قلمه و تقسیم بوته تکثیر می شود[۱۰و۲۰]. عدم یکنواختی پوشش مزرعه همواره به عنوان یک مشکل در کشت مستقیم بذر می باشد به همین خاطر روش کشت دیگری ارائه می شود که تولید نشاء بذری در بستر گلخانه یا قفسه های سلولی و سپس انتقال نشاها به مزرعه است.

بذور آویشن طی یک تا دو هفته در دمای ۳۲- ۱۲ درجه سانتی گراد (۵۴ تا ۹۰ درجه فارنهایت) جوانه می زنند. گاهی اوقات جوانه زنی توسط نور تسریع می شود[۲۱].

به علت وجود اختلافات در وضعیت رشد، زمان گلدهی و تولید در گیاهان حاصل از کشت مستقیم (بذور) که میزان یکنواختی را در مزرعه پایین می آورد، بهتر است ژنوتیپ های مرغوب را انتخاب کرده و آنها را به وسیله قلمه تکثیر نمود که عدم یکنواختی در

مزرعه و محصول کاهش یابد[۹]. قابل ذکر است که این اختلافات به خاطر وجود دگرگشتی بالا و هتروزیگوسیتی در این گیاه می باشد.

آویشن به آسانی از قلمه های ۱۰-۵ سانتی متری در بهار تکثیر می شود. هورمون های افزایش دهنده ریشه برای تکثیر ممکن است مفید باشند. در تحقیقی[۲۲] مشخص شده که کشت بذر آویشن نسبت به کشت قلمه آن، عملکرد بیشتری را تولید می نماید. در تحقیق دیگری[۲۳] در کشت مستقیم، عملکرد ماده خشک بیشتری نسبت به نشاکاری به دست آمد.

زمان مناسب برای کشت بذر در خزانه اواخر اسفند می باشد و در زمان انتقال، ارتفاع نشاءها ۱۰ تا ۱۵ سانتی متر می باشد[۵].

زمان کشت مستقیم بذور اوایل بهار یا اواسط پاییز می باشد عمق کشت کمتر از ۵/۰ سانتی متر و میزان بذر لازم ۵ تا ۶ کیلوگرم در هکتار می باشد[۵].

در تحقیقی[۲۴] جهت بررسی تراکم مناسب برای دستیابی به عملکرد بالاتر، آویشن در فواصل ۱۵، ۲۰، و ۴۵ سانتی متر و در ردیف های به فواصل ۶۰ سانتی متر کشت گردید و مشخص شد که فواصل عملکرد سرشاخه و میزان اسانس در واحد سطح شده و بیشترین عملکرد در فاصله کشت ۱۵ سانتی متر به دست آمده است. البته درصد اسانس در سرشاخه خشک گیاه تحت تأثیر فاصله کاشت قرار نگرفت. تحقیق مشابهی در کرج[۲۵] نیز تراکم مناسب کاشت را ۱۵ سانتی متر روی ردیف و ۵۰ سانتیمتر بین ردیف ها گزارش کرده است.

ب- داشت

با توجه به اینکه آویشن به مدت ۶-۴ سال در مزرعه باقی می ماند برنامه ریزی برای کوددهی آن حایز اهمیت است. با مصرف میزان مناسب کود دامی پوسیده (تقریباً ۳۰-۲۰ تن) قبل از کشت بایستی تأمین نیاز غذایی آن را تضمین کرد[۲۵].

در تحقیقی[۲۶] برای بررسی اثرات ازت در مقادیر مختلف بر روی رشد و میزان اسانس T.vulgaris در طی چهار فصل در ازمیر مشخص شد که عملکرد ماده خشک گیاه با افزایش مصرف ازت افزایش می یابد. میزان گل اسانس از ۷۸/۰ تا ۱/۳ درصد و درصد تیمول از ۸۷/۲۶ تا ۵۷/۵۸ درصد متغیر بود و کود ازته هیچ اثر معنی دار روی میزان کل اسانس و یا درصد تیمول نداشت.

به طور معمول در فصل بهار قبل از کشت ۵۰ تا ۸۰ کیلوگرم در هکتار اکسید پتاس به همراه ۴۰ تا ۶۰ کیلوگرم در هکتار ازت در اختیار گیاهان قرار می گیرد. از سال دوم ریش قبل از وجین علف های هرز همه ساله فصل بهار باید ۳۰ تا ۵۰ کیلوگرم در هکتار ازت در اختیار گیاهان قرار گیرد[۵].

اگرچه آویشن به تعدادی از علف کش ها مقاومت نشان می دهد به هر حال سوالاتی از قبیل بقایای آن روی مواد گیاهی مخصوصاً برای بازار صادرات مطرح است که بایستی مشخص شود. هیچ علف کشی برای استفاده روی آویشن ثبت نشده است و فقط تحقیقات محدودی در این زمینه انجام گرفته است[۹].

علف کش هایی که ممکن است برای کنترل انتخابی علف های هرز آویشن در آزمایش های تحقیقاتی و زراعی استفاده شوند شامل Linuron, Sinbar, Stomp, Foresite, Versatill می باشد. با این وجود هیچ گونه کنترل شیمیایی علف های هرز ممکن است مطلوب نباشد. البته شاید بدون کمک بعضی از علف کش ها، کشت آویشن در مقیاس وسیع ممکن نباشد. با این حال آویشن را می توان بدون استفاده از علف کش به طور موفقیت آمیز در مزارع با استفاده از یک پوشش بازدارنده رشد علف هرز پرورش داد. برای چنین کاری می توان از مالچ های آلی استفاده کرد[۹].

ج- برداشت

برداشت آویشن، نقطه بحرانی در مدیریت زراعی این گیاه محسوب می شود[۹]. به طور کلی، بهترین زمان جمع آوری اندام رویشی (برگ ها و ساقه های جوان) حاوی مواد مؤثر هنگامی است که گیاه در مرحله گل زدایی باشد[۲۷].

زمان برداشت مناسب برای آویشن در مناطق مختلف، متفاوت می باشد و در تحقیقی در کرج، زمان برداشت مناسب، مرحله شروع گلدهی ذکر شده است و ارتفاع مناسب برداشت نیز ۱۰ سانتی متر از سطح خاک گزارش شده است[۲۷و۲۸].

عملیات پس از برداشت:

به طور معمول آویشن در حجم زیاد در آفتاب خشک می شده اما کیفیت محصول نهایی بسیار کم بوده است. با استفاده از خشک کردن مصنوعی می توان کیفیت محصول را کنترل کرد. به عبارت دیگر، یک خشک کن با جریان هوای تحت فشار مناسب می باشد. آویشن بایستی در دمای پایین تر از ۴۰ درجه سانتی گراد برای کاهش اتلاف عطر در جریان تبخیر،خشک شود و رنگ سبز خود را حفظ کند. محصول خشک شده باید پروسه جدا کردن برگ از ساقه ها و غربال کردن را برای حذف گرد و غبار طی کند تا محصول یکنواختی تولید شود.

اسانس آویشن را از اندام هوایی تازه آویشن می توان به وسیله سیستم تقطیر بخار استخراج کرد. اسانس در غدد کوچک روی برگ ها ذخیره شده است. عملکرد و کیفیت اسانس بسته به ساختار ژنتیکی گیاه، مرحله بلوغ گیاه، زمان برداشت، محیط و عملیات استخراج فرق می کند[۹].

شیمی گیاه:

اسانس، ماده مؤثر آویشن می باشد[۲و۱۳]. اسانس آویشن مایعی است زرد یا قهوه ای مایل به قرمز تیره با بوی مطبوع قوی و طعم تند و پایدار و خنک کننده، که از تقطیر برگ ها و سرشاخه های گلدار T.vulgaris استخراج می شود[۱۴] و ترکیبی از مواد شیمیایی مختلف است[۳].

به هر حال سرشاخه های آویشن حاوی اسانی، تانن ها، مواد اصلی تلخ، ساپونین ها و ضدعفونی کننده های گیاهی می باشند[۳] و جدول شماره ۱ سایر ترکیبات موجود در اندام های هوایی این گیاه را نشان می دهد[۱۵]. آویشن محتوی ۸/۰ تا ۶/۲ درصد (معمولاً ۱ درصد) اسانس است که قسمت اعظم آن را فنل ها (۲۰ تا ۸۰ درصد)، هیدروکربن های مونوترپنی (مثل p-cymene و y-terpinen) تشکیل می دهد که گاهی هر کدام از این ترکیبات تا ۸۰ درصد (یا بیشتر) از ترکیبات اسانس را تشکیل می دهند. به طور طبیعی تیمول جزء اصلی فنلی در آویشن است و کارواکرول نیز یک جزء فرعی است[۸] که در جداول شماره ۲ و ۳ مشخصات آنها آمده است. آنچه که مهم است این که روغن آویشن حاصل از T.vulgaris که در مناطق مختلف کشت می شود از نظر رنگ، طعم، ویسکوزیته و ترکیبات شیمیایی متفاوت می باشد[۱۱]. از طرف دیگر تنوع فصلی یک اثر معنی داری روی عملکرد و ترکیبات روغنی نیز دارد[۴].

اسانس آویشن که به اسانس تم موسوم است بر اثر تقطیر با بخار آب به دست می آید. این اسانس در مجاورت نور فاسد می شود. وزن مخصوص آن بین ۹۱۵/۰ تا ۹۳۵/۰ است و باید در محل خنک، شیشه های دربسته کاملاً پر و دور از نور نگهداری شود[۲].

جدول شماره ۱- ترکیبات موجود در ۱۰۰ گرم پیکر رویشی خشک آویشن[۱۵]

ترکیبات مقدار

آب

انرژی

پروتئین

چربی

کربوهیدراتها

پنتوزان

فیبر

خاکستر

کلسیم

آهن

منیزیم

فسفر

پتاسیم

سدیم

روی

نیاسین

ویتامینA (به صورت بتاکاروتن) ۸/۷ گرم

۲۵۷ تا ۳۵۰ کیلوکالری

۸/۶ تا ۱/۹ گرم

۶/۴ تا ۴/۷ گرم

۴۸ تا ۹/۶۳ گرم

۱۲ تا ۱۶ گرم

۱۹ تا ۲۴ گرم

۷/۱۱ تا ۲/۱۳ گرم

۱۸۹۰میلی گرم

۱۲۴ میلی گرم

۲۲۰ میلی گرم

۲۰۱ میلی گرم

۴/۸ میلی گرم

۵۵ میلی گرم

۶ میلی گرم

۵ میلی گرم

۳۸۰۰ واحد

اسانس آویشن:

فارماکوپه های آرژانتین، اطریش، فرانسه، مکزیک، لهستان، رومانی، اسپانیا و سوئیس همه فقط نوع T.vulgaris را مورد استفاده قرار می دهند. فارماکوپه آلمان Thymus Zygis را نیز قید می کند. (در سال ۱۹۴۹ B.P.C. اسانس اوریگانوم به عنوان مترادف اسانس آویشن ذکر شده است ولی اسانس اوریگانوم مشتقی از T.capitagtus و origanum spp می باشد و ممکن است حاوی تا ۷۵٪ فنلها باشد.)

مایعی است زرد یا قهوه ای مایل به قرمز تیره با بوی مطبوع قوی و طعم تند و پایدار و خنک کننده، از تقطیر برگها و سرشاخه های

گلدار Thymus Vulgris و انواع دیگر تیموس (آویشن) و انواع اوریگانوم از تیره نعناع (Labiatae) حاصل می شود. حاوی بیش از ۴۰٪ حجم به حجم فنل ها (تیمول و کارواکرول)، سیمن Cymene و لینالول (به مقدار کم) می باشد. در اسانس کشور فرانسه مقدار درصد تیمول به ۲۴ تا ۲۵ درصد می رسد.

حلالیت: به نسبت ۱ به ۲ در الکل (۸۰٪) محلول است.

نگهداری: در جای خنک و در ظرفهای کاملاً سربسته و دور از نور نگهداری شود.

تیمول: یا اسید تیمیک، فنلی به فرمول $C_{10}H_{14}O$ است که سال ۱۷۲۵ میلادی توسط Nauman کشف و به نام کافور آویشن (Campher de Thym) موسوم شد تیمول به صورت بلوریهای نسبتاً درشت، منشوری شکل و بیرنگ از اسانس تیم بدست می آید. در الکل، اتر، کلروفرم، اتردوپترول، سولفور دو کربن و اسید استیک به مقدار زیاد حل می شود.

محلولهای الکلی و آبی آن خنثی و فاقد هرگونه واکنش در مقابل تورنسل است. تیمول در محلولهای قلیایی به سهولت حل می شود، در آب و گلیسرین تقریباً غیر از محلول است.

از مشخصات دیگر آن این است که با مانتول، سالول (Salol)، کافور و کلرال، مخلوط مایع بوجود می آورد. یک قسمت تیمول اگر در مقدار کافی اسید استیک گلاسیال وارد شود و سپس معادل ۳ قسمت اسید سولفوریک به آن اضافه شود، به حالت گرم باید ایجاد رنگ بنفش نماید (کدکس فرانسه) .

مصارف: آویشن بسته به میزان اسانس های فرار موجود اثرات ضدنفخ دارد.

مایع استخراجی از آن یکی از مواد سازنده شربتهای غلیظ ضدسرفه (Cough linctuses) می باشد که به عنوان ماده طعم دهنده نیز مورد استفاده قرار می گیرد.

اسانس آویشن فرآورده های ضد اسپاسم، ضد نفخ و اثر ضدعفونی کننده قوی داشته، در عین حال کمی سمی است. این سمیت مربوط به ماده مؤثره آن، تیمول است که در اسانس به مقدار نسبتاً زیاد وجود دارد. از این اسانس به صورت محلولهای الکلی، گاهی در رفع بعضی سوء هضم ها، اسهالهای ساده و دفع کرم استفاده می شود. ولی در مواقع مصرف آن همواره به سمیتی که دارد باید توجه گردد زیرا مقادیر کم تیمول حتی در بعضی اشخاص ایجاد عوارض ناراحت کننده می نماید و موجب آزردگی غده تیروئید می شود. پماد حاصل از این اسانس در بعضی از بیماریهای جلدی مخصوصاً زونا اثر مفید ظاهر می کند. در بیماریهای جلدی گاهی از آن محلولهایی به صورت حمامهای موضعی تهیه می شود که بکار بردن آن موجب قوی شدن اعمال پوست و رفع ناراحتیهای جلدی می گردد، زیرا تجارب مکرر نشان داده که حمام اسانس مذکور اثر قرمز کننده پوست بدن دارد و می توان آن را به مقدار ۱ تا ۲ گرم مخلوط در مقدار آب، برای رفع عوارض رماتیسم های مزمن و سیاتیک های مقاوم به کاربرد بخصوص که محلولهای رقیق آن اثر تحریک کننده بر روی مخاط چشم و پوست صورت ندارد.

همچنین می توان این اسانس را در مصرف خارجی با روغن زیتون یا روغنهای دیگری روی مفاصل به عنوان گرم کننده و محرک سطحی بکار برد. اسانس تیم در فرمول بم اوپودلدوک Baum Opodeldock که دارای اثر ضد رماتیسمی است وارد می گردد.

تیمول به علت دارا بودن اثر ضدعفونی کنندگی، می تواند در بیماریهای روده و یا ضدعفونی کردن آن در مسمویت های ناشی از عفونت روده، دیسانتری و وبا (به عنوان پیشگیری) اثر مفید ظاهر کند ولی مصرف آن از این لحاظ کمتر معمول است، در عوض از آن به علت دارا بودن اثر ضدکرم برای دفع کرمهای تریکوسفال، کرم کدو، کرمک و آنکیلوستوم (به صورت تنقیه) استفاده به عمل می آید.

در استعمال خارج، از تیمول به عنوان ماده ضدعفونی کننده قوی استفاده به عمل می آید. تیمول در فرمول خمیردندانها و

محلولهای غرغره و دهان شویه، وارد می شود. در بیماریهای دستگاه تنفسی مانند برونشیت مزمن، سل و سرفه، به صورت استنشاق و یا به حالت محلول جهت پانسمان زخمها بکار می رود، زیرا اثر میکروب کشی آن بر فنل ترجیح دارد.

در نزد ۱۷ کودک بین ۳ تا ۱۸ سال مبتلا به شب ادراری با تجویز یک استکان کوچک از چای آویشن تقطیری در موقع خواب به مدت ۶ هفته موفقیت ۸۵ درصد بدست آمد[۳۷]

آویشن در انواع غذاها شامل غذاهای پختنی، گوشت و فرآورده های گوشتی، ادویه جات، چاشنی ها و ... استفاده کمی می شود. روغن سفید آویشن، تنتور و عصاره مایع آن به عنوان ترکیبات معطر در اکثر فرآورده های غذایی مهم شامل مشروبات الکلی (مثل لیکور) و غیرالکلی، دسرهای لبنیاتی منجمد،ژلاتین ها و دسرهای محتوی آرد برنج و ... استفاده می شود. به طور متوسط حداکثر میزان استفاده ها از آن کمتر از ۰۰۳/۰ درصد است[۸].

فرآورده ها:

- عصاره مایع آویشن – B.P.C. ۱۹۴۹ (Thym Liguid extract) :

۱۰۰ گرم آویشن را ابتدا به روش پرکولاسیون با مخلوطی از ۱۰ میلی لیتر گلیسرول، ۲۵ میلی لیتر الکل (۹۰٪) و ۶۵ میلی لیتر آب استخراج نمائید. ۸۵ میلی لیتر از استخراج اولیه را کنار گذاشته بقیه را تبخیر کنید تا عصاره نرم حاصل شود. عصاره حاصل را در قسمت کنار گذاشته شده حل کنید و با مایع استخراجی دوم به ۱۰۰ میلی لیتر برسانید.

مقدار مصرف: ۶/۰ تا ۴ میلی لیتر.

در بعضی از فارماکوپه ها محصول مشابهی وجود دارد.

- دم کرده ۵ تا ۱۰ گرم گیاه در یک لیتر آب جوش یا ۲ تا ۳ گرم آن بر حسب هر فنجان، (در مواردی که منظور استفاده از آن به عنوان محلل باشد می توان نعناع و یا در نجبویه نیز جهت تخمیرات معده و روده و یا مواد دیگر، بدان اضافه نمود.)

- گرد اعضای خشک شده گیاه به مقدار ۴ تا ۸ گرم مخلوط در عسل یا در یک محلول.

- شربت حاصل از دم کردن یک قاشق سوپخوری از سرشاخه گلدار یا برگدار گیاه در ۱۵۰ گرم آب برای مصرف در روز، صبح ناشتا، نیم ساعت قبل از صبحانه.

- دم کرده یا جوشانه ۳۰ گرم سرشاخه در یک لیتر آب به منظور تهیه لوسیون جهت استعمال خارج.

- جوشانده سرشاخه گلدار گیاه با پوست بلوط و لاواند، برای استفاده به حالت گرم جهت شستشو و رفع ترشحات زنانگی.

- در دامپزشکی، یک مشت از سرشاخه گلدار گیاه را به مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در ۲ تا ۳ لیتر آب می جوشانند و برای پانسمان جراحات پوزه حیوانات، زخم مخاط دهان، نوک پستان و سم دامها بکار می برند.

از تیمول برای دفع کرم، به صورت کاشه های محتوی ۲۵/۰ تا ۵۰/۰ گرم و به مقدار حداکثر ۴ گرم در روز برای اشخاص بالغ استفاده به عمل می آید. باید توجه داشت که تیمول حتی اثر تحریک موضعی دارد و اگر به مقدار ۲ گرم مصرف شود، ممکن است عوارض ناراحتی کننده ای مانند تهوع، احساس درد در معده یا اسهال و غیره ایجاد نماید از این نظر گاهی آن را به صورت محلولهای تنقیه مورد استفاده قرار می دهند. پس از مصرف تیمول، هرگز نباید مشروبات الکلی مصرف شود زیرا باعث سرعت جذب آن و ایجاد مسمومیت می گردد. برای دفع کرم کدو، مدت ۸ روز متوالی، یک کاشه محتوی ۲۵/۰ گرم تیمول را صبح ناشتا باید مصرف کرد. با این روش کرم کدو در روز چهارم دفع می گردد. به طوری که ادامه مصرف آن تا روز هشتم منحصراً برای اطمینان از دفع کلی انگل می باشد.

برای دفع اکسیورها، مدت ۴ هفته باید این دارو به شر زیر مصرف گردد:

در هفته اول و سوم، در هر روز ۸ کاشه محتوی ۵۰/۰ گرم تیمول را باید به فاصله ده دقیقه از یکدیگر صبح ناشتا مصرف کرد و

یک ساعت بعد از مصرف کاشته هشتمی نیز یک مسهل نمکی به کار برد. در فاصله هر دو روز نیز باید یک تنقیه محلول هیپرتونیک نمک طعام (۵ گرم نمک طعام در ۲۵۰ گرم آب) استعمال کرد.

در هفته دوم و چهارم نباید اصولاً تیمول یا داروی دیگر بکار برده و فقط می توان ۱۰ گرم سونیترات بیسموت هر روز صبح مصرف نمود. در تمام دوره مداوا نیز مجرای دفع و حدود خارجی آن را باید به پماد کالومل ۳۰/۱ آغشته کرد.

از تیمول در استعمال خارج به صورت محلولهای ۱ تا ۵ در هزار (آب الکل دار) جهت غرغره، پانسمان و استنشاق و یا پماد ۲ ۱ ۱ درصد و غیره استفاده به عمل می آید[۲و۳۷].

گونه های مهم جنس Thymus در ایران:

چهارده گونه گزارش شده ایران، بیشترین پراکندگی را در شمال و غربی کشور دارند ه ۱۰ گونه در استان های شمالی (گرگان، گیلان و مازندران)، ۱۱ گونه در استان های غربی (آذربایجان، باختران، همدان، کردستان، لرستان، چهارمحال و بختیاری، کهکیلویه و بویراحمد و اصفهان)، ۷ گونه در مرکز (تهران، سمنان، قزوین، اراک، یزد)، یک گونه در فارس و دو گونه در کرمان وجود دارد.

در زیر فهرست گونه هایی که در مناطق مختلف ایران وجود دارند ارائه گردیده است[۲۸].

گونه های موجود در استان های شمالی:

۱.Thymus fallax

۲.T. transcaucasicus

۳.T. kotschyanus Boiss

۴.T. fedtschenkoi Ronniger

۵.T. migricus Klokov

۶.T. transcaspicus Klokov

۷.T. pubescens Boiss

۸.T. carmanicus Jalas

۹.T. causcasicus Wild

۱۰.T. nummularius

گونه های موجود در غرب ایران:

۱.T. persicus

۲.T. daenensis

۳.T. fallax

۴.T. transcaueasicus Ronniger

۵.T. kotschyanus Boiss

۶.T. fedtschenkoi Ronngier

۷.T. migricus klokov

۸.T. trautvetteri Klokov

۹.T. pubescens Boiss

۱۰. T. caucasicus Wild

۱۱. T, eriocalyx

گونه های موجود در کوه های البرزواطراف تهران:

۱. T. daenensis

۲. T. fallax

۳. T. kotschyanus Boiss

۴. T. fedtschenkoi Ronniger

۶. T. pubescens Boiss

۷. T. caucasicus Wild

۸. T. carmanicus Jalas

گونه های موجود در جنوب ایران (فارس و کرمان):

۱. T. daenensis lancifolius

۲. T. fedtschenkoi Ronniger

۳. T. carmanicus Jalas

آویشن کوهی Thymus daenensis :

گیاهی است پایا- پرساقه و به صورت بوته هایی بالشتی، دربن و پایه چوبی. ساقه گلدار به طول ۱۰ تا ۲۵ cm ایستاده- ساده پوشیده از کرکهای خوابیده و بر هم- برگ بدون دمبرگ- سرنیزه ای تا تخم مرغی باریک- سرنیزه ای، نوک نیز در سطح پشتی دارای دو زوج رگبرگ طرفی و رگبرگ برجسته میانی- گلها صورتی بنفش و یاس کم رنگ مجتمع در گل آذین کوتاه کپه ای یا سرمانند شامل چرخه های نزدیک به هم در انتهای ساقه هر گلها تقریباً شبیه برگ- گاهی متمایل به ارغوانی- کاسه گل به صورت ۵/۴ تا ۳/۵ mm – دارای لوله تقریباً استوانه ای موسم گل در خرداد و تیر.

گونه ای آویشن کوهی Thymus caucasicus :

گیاهی است پایا- سبز چمنی- در پایه چوبی- معمولاً غیر ایستاده - تقریباً آویخته یا خیزان- ساقه بسیار متعدد و منشعب- شاخه های گلدار نازک و نخی به طول ۸-۲ cm - خیزان- کاملاً کرکدار- برگ ساقه ای تقریباً محکم و به تدریج در جهت گل آذین بزرگتر شده- دارای دمبرگ مختصر- بیضی- تخم مرغی یا واژه تخم مرغی یا نیمه مدور- کم و بیش نوک تیز- بدون کرک یا کرکدار- گلها ارغوانی یا صورتی- مجتمع در گل آذین کوتاه و کپه مانند. کاسه گل ارغوانی با لوله استکانی.

گونه ای آویشن کوهی Thymus fallax :

گیاهی پایا- بوته ای ایستاده و در پایه چوبی- با ارتفاع ۱۵ تا ۳۰ cm با ریشه محکم و ضخیم. ساقه محکم بسیار منشعب، در پایه چوبی- با شاخه های گل دار به ارتفاع ۱۰ تا ۱۵ cm- کم و بیش دارای مقطع چهارگوش پوشیده از کرکهای کوتاه و برگشته.

برگهای نیزه ای بیضی در قاعده کنجی- نوک تیز- گلها سفید، صورتی مجتمع در یک گل آذین کوتاه (کاپیتون) براکته ها سبز علفی- مشابه برگها جام گل به طول ۶ میلیمتر- موسم گل اردیبهشت، خرداد.

گونه ای آویشن کوهی Thymus Pubescens :

بوته های قالباً کوتاه تقریباً چمنی با بن سخت و چوبی- ساقه در پایه چوبی، پر شاخه با شاخه های افتاده- خیزان گاهی گسترده و خوابیده بسیار منشعب با شاخه و شاخکهای عقیم و گلدار به طول ۲ تا ۸ cm- قالباً کرکدار علفی- یا در پایه چوبی با مقطع

چهارگوش- برگ چهارگوش سرنیزه ای یا بیضی در قاعده کنجی و در رأس نوک تیز- بدون کرک یا کرکینه پوش- غده ها بدون پایه.

گل صورتی یا بنفش کمی متمایل به سفید- غالباً مجتمع در گل آذین کپه مانند- براکته سبز- مشابه گلها کاسه سبز یا ارغوانی- یا لوله ای نیم استوانه ای - موسم گل اردیبهشت، خرداد.

آویشن کوهی:

آویشن کوهی نیز دارای خاصیت مقوی معده، نیروبخش، خلط آور، عرق آور، قاعده آور، ضد درد، تشنج و برای سیاه سرفه، نزله برونشها، نفخ شکم و انواع سوء هضم، اختلالات روده، اسهال، روماتیسم و ورم مفاصل مفید است. جوشانده آن را با عسل می خورند.

این گیاه بر روی تپه ها و جاده ها می روید. ساقه هایش نازک و کوتاه و گلهایش قرمز و برگشهایش شبیه به برگ آویشن است. بدین جهت در فرانسه آن را آویشن قرمز می نامند زیرا خواص آن مثل خواص آویشن و معطر است.

کاکوتی در بند آمدن خونریزی بینی مؤثر است و عرق آن را به جای گلاب به طور مایع در داروهای چشمی استعمال میکنند، کاکوتی برای سیاه سرفه، برونشیتف روماتیسم و کرم شکم مفید است. بیست گرم آن را باید در یک لیتر آب جوشاند و مصرف کرد[۳۶].

آویشن شیراز Zataria multiflora :

شاخه ها با پوست سفید کرکدار- برگها به طول (۳) ۵-۷ (-۱۳) mm دایره ای یا بیضوی با قاعده گرد بندرت تقریباً قلبی- سربریده، رأس گرد یا به ندرت دایره ای- پهن شده تقریباً نوک دار در حالت جوان با کرکهای سفید، سرانجام کاملاً بدون کرک- چرخه های گل دسته ای گروهی انبوه، یا سنبله ای شکل- بدون پا یک یا در شاخه های پایینی نازک، برگ های کوچکی در پای آن- کاسه گل بسیار کوچک دندانه ها پنج تایی هم اندازه سه گوش، نوک کند- کرک پوش.

بررسی خصوصیات اکولوژیک Zataria multifora در استان اصفهان:

گیاهی است علفی و پایا که ساقه های متعددی دارد به ارتفاع ۲۰ تا ۵۰ cm و تا ۵/۱ متر هم می رسد، دارای ریشه ای با الیاف چوبی است. برگهای آن باریک، متقابل و بیضوی به رنگ سبز خاکستری است. حاشیه برگها تا حدودی برگشته هستند. سطح بالایی کمی کرکدار است. سطح زیرین دارای کرکهای قابل لمس است. گلهای آن کوچک و خوشه ای و به رنگ سفید مایل به بنفش و سرخ است و تخم آن ریز و کوچکتر از تخم خردل است. زمان گل دادن بین خرداد تا مرداد است. تاج پوششی کرک و به ابعاد ۱۶۰×۱۷۰ cm است و میزان ۴EC cm/ ? mm = و تا ۶۵- ۵/۳۶٪ آهک را تحمل میکند. شروع فصل رویشی اوایل بهار است[۳۴].

سیسنبر Thymus serpyllum L. :

شرح: گیاهی است پایا و از لحاظ شکل بسیار متغیر. یک ریشه اصلی دارد که ساقه های خزنده فراوانی به رنگ قرمز یا سبز از آن منشعب می شود. قطر ساقه ها ۱ تا ۲ میلی متر و به ارتفاع ۳۰ سانتی متر است و می توانند یک پوشش کامل را تشکیل دهند. ساقه ها دارای جوانه های گلدار به ارتفاع ۲-۱۵ سانتی متر هستند. برگها تخم مرغی یا نیزه ای بوده و تا ۱۶ میلی متر طول و ۲ تا ۸ میلی متر پهنا داشته و کم و بیش کرکدار هستند. گلها صورتی رنگند و در رأس ساقه به طور فشرده قرار گرفته اند. تمام قسمتهای گیاه بسیار معطر است و بویی شبیه آویشن یا لیمو دارد. درماههای اردیبهشت تا شهریور گل می دهد.

قسمت مورد استفاده: گیاه گلدار خشک شده. گیاهانی که بوی آویشن دارند از نظر دارویی مطلوب ترند.

زیستگاه و گردآوری: در سواحل رودخانه ها، کنار جاده ها، در نواحی خشک و سنگی و مراتع کوهستانی سرتاسر اروپا می روید،

در انگلستان به وفور می روید، گیاه گلدار را جمع آوری کرده و در سایه در حرارتی کمتر از ۳۵ درجه سانتیگراد می خوشکانند.

ایران: این گیاه در گرگان، اصفهان، کرمان و نواحی مرکزی ایران می روید.

ترکیبات و اثر: اسانس فرار ترکیب اصلی آن است، همچنین مقدار کمی تانن دارد. این گیاه دارای خاصیت ضد التهابی برای برونشیت و تسکین سیاه سرفه است. برای ناراحتی های گوارشی نیز مصرف می شود.

مصرف: دم کرده گیاه (۱-۲ قاشق غذاخوری از خورد شده گیاه را در نیم لیتر آب بریزید و بگزارید بماند. آن را نجوشانید) برای برونشیت و بیشتر برای سیاه سرفه به کار می رود. دارای خاصیت ضداسهالی هم هست. دم کرده آن بر روی زخم ها می مالند[۳۵].

آویشن کرمانی Thymus caramanicus :

خشبی پشته ای- ساقه ها در قاعده چوبی شونده- گسترده روی زمین یا کمی خمیده- شاخه گلدار به ارتفاع ۳-۱۰ cm- غالباً با کرک های بلند و جدای تقریباً گسترده- برگ های شاخه در بالا افزایش یابنده قاعده ای- دسته ای کوچک- تخم مرغی- تقریباً دمبرگ دار- کم و بیش گوشتی- گل آذین سرسان، برگه های بیرونی با برگ ها تفاوت ندارد- اما گاهی ارغوانی شونده- برگ به طول ۱-۲ mm- سرنیزه ای کاسه به طول ۴-۲/۵ mm ارغوانی شونده- لوله کرکی تقریباً استوانه ای.

Thymus kotschyanus :

بوته ای تقریباً راست، کوتاه با شاخه های فراوان، بدون شاخه های گسترده قاعده ای- ساقه های گلدار به طول ۱۲ cm با کرک های متنوع.

برگ های ساقه های گلدار ۶-۴ جفت در زیر گل آذین همگی (به جز قاعده ای) مشابه، به طول ۹-۱۳ به عرض (۵/۳) ۵/۴- ۷ (۹-) mm- برگ ها کم و بیش تخم مرغی با قاعده ای سربریده تا گوه ای نوک کند- با کرکهای گوناگون یا بی کرک- غالباً قرمز- رگبرگ های سطح تحتانی مشخص- گل آذین سرسان انبوه- مجتمع در کاپیتول متراکم- برگه های دربرگیرنده آن شبیه برگ ها و غالباً غیررنگی- لوله کاسه تقریباً استوانه ای تا کم و بیش استکانی.

موارد استفاده:

الف) در طب قدیم

۱- در طب گیاهی آلمان، چای حاوی مقدار ۱ تا ۲ گرم از گیاه خشک شده (که حداقل ۵/۰ درصد از فنل، ماده تیمول باشد) برای علایم برونشیت، سیاه سرفه و التهابات غشای مخاطی ترشحی از قسمت فوقانی دستگاه تنفسی استفاده می شود[۸].

۲- دم کرده سرد از گل گیاه برای سوء هاضمه و دوره نقاهت بعد از بیماری و یک دم کرده گرم آن برای رفع تشنج، قاعدگی دردناک، نفخ شکم، قولنج، سردرد و به عنوان یک عرق آور تجویز کرده اند[۱۱].

۳- در کلمبیا و کوبا، جوشانده گیاه تازه یا خشک شده به عنوان اشتهاآور، عرق آور و درمان سرفه های معمولی و سیاه سرفه به کار برده می شود. البته بخور جوشان گیاه ممکن است استنشاق شود و عصاره آن همچنین به صورت تنقیه (enema = مایعی که از مقعد وارد روده می کنند) وارد بدن انسان شود[۱۱].

۴- در بیماری های جلدی گاهی از اسانس آویشن محلول هایی برای حمام های موضعی تهیه می شود کمه به کار بردن آن موجب قوی شدن اعمال پوست و رفع ناراحتی های جلدی می گردد، زیرا تجارب مکرر نشان داده که حمام اسانس مذکور اثر قرمزکنندگی بر روی پوست بدن دارد[۱۴].

۵- اسانس آویشن را در مصرف خارجی با روغن زیتون یا روغن های دیگر روی مفاصل به عنوان گرم کننده و محرک سطحی به کار می برند. اسانس آویشن در فرمول Baum opodeldock که دارای اثر ضدرماتیسمی است وارد می گردد[۱۴].

۶- تیمول به علت دارا بودن اثر ضدعفونی کننده، می تواند در بیماری های روده و یا ضدعفونی کردن آن در مسمومیتهای خود به

خود ناشی از عفونت روده، دیسانتری و وبا (به عنوان پیشگیری) اثر مفید ظاهر کند ولی مصرف آن از این لحاظ کمتر معمول است. در عوض از آن به علت دارا بودن اثر ضدکرم برای رفع کرم های تریکوسفال، کرم کدو، کرمک و آنکیلوستوم (به صورت تنقیه) استفاده به عمل می آید[۱۴].

۷- آویشن (به صورت تازه یا خشک) در طب سنتی به عنوان آرام بخش، محرک جنسی و خلط آور که به شکل تنتور یا دم کرده مصرف می شود و همچنین در استخر شنا (حمام ها) برای کمک به مشکلات رماتیسمی و پوستی (کوفتگی، پیچش یک مفصل همراه با پارگی جزیی بعضی از رباط های آن و غیره) استفاده می شود[۸].

ب) در طب جدید

۱- روغن آویشن به عنوان یک جزء معطر ضداسپاسم، ضدنفخ، Counterirritant یا rubefacient در قطره های سرفه و مرهم های رقیق می باشد. از تیمول موجود در روغن آویشن نیز استفاده های مشابهی می شود. علاوه بر این از تیمول در ترکیبات ضدقارچی (برای آلودگی های قارچی پوست ۹، فرمولاسیون های دندانی و غیره استفاده می شود[۸].

۲- از آنجایی که تیمول ضدکرم (به خصوص کرم قلابدار) می باشد به عنوان داروی ضدکرم به مقدار ۲ گرم در ۳ نوبت در روز مصرف می شود[۱۳].

۳- روغن قرمز آویشن به طور رسمی از قرن ۱۶ تاکنون به عنوان میکروب کش مطرح است و خاصیت ضدمیکروبی آن در اثر تیمول و کارواکرول می باشد و به مقدار زیادی در دهان شویه ها، محلول های غرغره، خمیردندان ها، صابونها، پاک کننده ها و فرآورده های مختلف طبی ضدعفونی کننده مصرف شده است. در درمان سیاه سرفه و سل و برونشیت در دز ۳/۰ تا ۶/۰ میلی لیتر توصیه شده است[۸و۱۴و۱۳].

۴- مایع استخراجی از آویشن یکی از مواد سازنده شربت های غلیظ ضدسرفه (Cough linctuses) می باشد که به عنوان ماده طعم دهنده نیز مورد استفاده قرار می گیرد. از اسانس آن به صورت محلول های الکلی گاهی در رفع بعضی از سوءهاضمه ها، اسهال های ساده و دفع کرم ساده استفاده می شود[۱۴].

۵- تیمول به عنوان یک ضدعفونی کننده روی زخم ها و جوش ها مصرف می شود اما به شدت محرک و سوزش آور است و تأثیرش در تماس با پروتیین ها کاسته می شود. نقش عمده آن در حال حاضر، درمان بیماری های قارچی پوست به فرم محلول الکلی ۱ درصد یا پودر قوی ۲ درصد می باشد. گاهی اوقات تیمول ید دار توسط متخصصین پوست به عنوان یک ماده متوقف کننده رشد باکتری و کشنده قارچ به فرم پودرها، لوسیون و پمادها مصرف می شود[۱۱].

۶- وقتی که روغن آویشن به خرگوش خورانده یا به درون ماهیچه های آن تزریق شود سبب کاهش فشار خون در رگ ها به همراه تسریع انقباض منظم قلب شده و همچنین در دزهای بالاتر سبب افزایش دفعات تنفس می شود. وقتی به صورت امولسیون ۵ درصد محلول نمک به داخل رگ های گربه تزریق شد روغن آویشن سبب افزایش حجم تنفس و کاهش فشار خون گردید[۸].

۷- روغن قرمز آویشن (Red thyme oil) دارای خواص جلوگیری کننده از حساسیت، خارش و آسیب اشعه آفتاب برای پوست انسان است ولی وقتی که به صورت رقیق نشده مصرف شود سوزش شدید و خارش را برای پوست خرگوش و موش ایجاد می کند[۸].

۸- اسانس فنلی آویشن از جمله ده اسانس معروف است که دارای خواص ضدباکتریایی، ضدقارچی، آنتی اکسیدان، نگهدارنده طبیعی غذا و تأخیردهنده پیری در پستانداران می باشد[۱۷و۶].

۹- تیمول برای آلودگی Moniliasis, Blastomycosis و Cocidiodal تجویز می شود البته برای ضدعفونی معده و روده، توصیه نشده، بدین علت که سبب اسهال می شود و از طریق روده ها جذب شده و ۵۰ درصد آن در ادرار به صورت سولفات یا

glucuronate دفع می شود[۱۱].

۱۰- هم اکنون در کشور، فرآورده های دارویی مختلفی از Thymus vulgaris ساخته شده و به طور گسترده مورد مصرف بیماران قرار می گیرد. از آن جمله می توان قطره تیم آرتا، قرص و شربت تیمکس و شربت تیمیان را نام برد که این سه فرآورده به عنوان ضدسرفه و خلط آور به کار می روند[۳۰].

قطره خوراکی گاسترولیت ۱۵ ml نمونه ای از فرآورده های حاصل از آویشن .

درمان علائم سندرم روده، تحریک پذیر (IBS) شامل: نفخ، سوزش، ترش کردن، دل پیچه و درد شکمی، سوء هاضمه و تغییرات اجابت مزاج.

ماده مؤثره: اسانس آویشن، ساخت کارخانجات باریج اسانس.

بصورت قطره مؤثره بر دستگاه گوارش از آویشن شیراز Zataria multiflora حاوی ۱/۴ mg تیمول است. دارای اثر آنتی اسپاسمودیک، تنظیم کننده حرکات دستگاه گوارش و ضد نفخ اثبات شده که در رفع IBS مؤثر است.

عوارض جانبی: تیمول موجود در اسانس می تواند سبب سرگیجه، سردرد، تهوع، استفراغ و ضعف عضلانی شود و ممکن است سبب کاهش فعالیت قلب، دستگاه تنفسی و دمای بدن شود. در این موارد تنها در روز بالای فرآورده و یا در افراد حساس ممکن است ایجاد شود.

منع مصرف: اختلالات غده تیروئید، حاملگی، شیردهی.

روز مصرف: روزی ۳ بار، هر بار ۲۰ قطره با یک استکان آب، دارو بعد از غذا مصرف شود. در بیماران قلبی و تنفسی با احتیاط مصرف شود.

مواد و روش ها:

در طی پرروژه ای در مزرعه گروه پژوهشی کشت و توسعه پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی واقع در هلجرد کرج در سال زراعی ۷۸-۱۳۷۷ برای بررسی تغییرات عملکرد کمی و کیفی آویشن طی یک دوره رشد (۵ زمان مختلف برداشت) و تعیین اثرات فاصله کاشت (در سه سطح ۱۵، ۳۰، ۴۵ سانتیمتر بر روی ردیف هایی به فواصل ۵۰ سانتیمتر) تحقیقاتی روی این گیاه به اجرا درآمده است. طرح آزمایشی آماری مورد استفاده، طرح بلوک های کامل تصادفی در سه تکرار می باشد که به صورت آزمایش فاکتوریل با دو فاکتور فاصله کاشت و زمان برداشت و جمعاً در ۱۵ تیمار انجام شده است. خاک مزرعه طرح دارای بافت شنی- رسی- لومی و PH برابر ۹/۷ بود.

مزرعه آویشن قبل از کاشت دوبار عمود بر هم شخم زده شده و با توجه به آزمایش خاک انجام شده مقدار یک صد مترمکعب کود دامی پوسیده، ۶۰ کیلوگرم P_2O_5 به فرم فسفات آمونیوم و ۶۰ کیلوگرم K_2O به فرم سولفات پتاسیم در هکتار به طور یکنواخت روی زمین پخش و با دیسک با خاک مخلوط شد. همچنین کود ازته به طور سرک طی دو نوبت در تاریخ های ۱۷/۱/۷۸ و ۲۳/۲/۷۸ به میزان یکصد کیلوگرم کود اوره در هکتار در هر نوبت (جمعاً ۲۰۰ کیلوگرم در هکتار) به مزرعه اضافه شد.

شیارهایی به فواصل ۵۰ سانتی متر در مزرعه ایجاد گردید و در تاری ۶/۶/۱۳۷۷ مزرعه آبیاری و سپس در تاریخ ۸/۶/۱۳۷۷ با توجه به نقشه طرح آزمایشی، نشاها به زمین منتقل گردیدند. ابعاد کرت های آویشن ۲×۴ متر بود و نشاها روی شیارهای هر کرت به فواصل ۱۵، ۳۰ و ۴۵ سانتی متر بسته به نوع تیمار کاشته شدند.

آبیاری مزرعه بر اساس نیاز گیاه و با توجه به شرایط آب و هوایی منطقه انجام گردید و علف های هرز مزرعه نیز با وجین توسط دست کنترل شدند.

گیاهان در ۵ زمان مختلف بر اساس نقشه طرح آزمایشی از ارتفاع ۱۰ سانتی متر از سطح خاک برداشت شدند:

۱. ۱۲/۲/۷۸- بوته های این تیمار در مرحله شروع گلدهی بودند.

۲. ۲۱/۲/۷۸- بوته های این تیمار در مرحله گلدهی کامل بودند.

۳. ۲/۳/۷۸- بوته های این تیمار در مرحله تشکیل میوه بودند.

۴. ۳۰/۳/۷۸- در واقع برداشت از بوته هایی بود که یکبار در تاریخ ۱۲/۳/۷۸ برداشت شده و مجدداً به مرحله شروع گلدهی رسیده بودند.

۵. ۲۱/۷/۷۸- در واقع برداشت از بوته هایی بود که قبلاً برداشت شده و پس از رشد مجدد، قبل از شروع یخبندان برداشت شدند.

گیاهان بلافاصله پس از برداشت به سایه منتقل و پس از توزین و تعیین وزن تر در کف سالن پخش شدند تا خشک شوند. جهت یکنواختی خشک شدن، گیاهان در زمان مناسب زیر و رو شدند. نمونه ها پس از خشک شدن جهت تعیین درصد رطوبت و میزان اسانس به آزمایشگاه منتقل گردیدند.

برای اسانس گیری، ۱۰۰ گرم پودر اندام هوایی آویشن خشک را دقیقاً توزین کرده و به روش تقطیر با آب، اسانس آن استخراج و اندازه گیری شد. میزان رطوبت نمونه ها، با دستگاه دین استارک تعیین گردید. میزان تیمول و کارواکرول نمونه ها با استفاده از دستگاه GC به روش Area Normalization اندازه گیری شد. آنالیز آماری داده ها با استفاده از برنامه آماری Mstatc و مقایسه میانگین ها نیز با استفاده از آزمون دانکن انجام شد.

نتایج:

برداشت

زمان برداشت بر روی عملکردهای وزن تر، ماده خشک، اسانس، تیمول و کارواکرول و همچنین درصد اسانس و کارواکرول تأثیر معنی داری (۰/۰۱ >P) داشته است ولی اثر آن روی درصد تیمول از نظر آماری معنی دار نبوده است. بیشترین عملکردهای وزن تر، ماده خشک، اسانس، تیمول و کارواکرول در برداشت آخر (۲۱/۷/۱۳۷۸) و بالاترین درصد اسانس در برداشت چهارم (۳۰/۳/۷۸) مشاهده شده است. درصد تیمول در برداشت های مختلف از نظر آماری تفاوت معنی داری با هم نداشتند(جدول۵). به هر حال، تغییرات فصلی سبب ایجاد تفاوت معنی داری در بیشتر پارامترهای مورد اندازه گیری شده است.

فاصله کاشت

فاصله کاشت بر روی درصد تیمول و درصد اسانس تأثیر معنی داری نداشته ولی اثر آن بر روی سایر فاکتورهای اندازه گیری شده معنی داری (۰/۰۱ >P) بوده است(جدول۴). بیشترین عملکردهای ماده خشک، وزن تر، اسانس و تیمول در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر به دست آمده است. هر چند بالاترین درصد اسانس و تیمول در فاصله کاشت ۴۵ سانتی متر حاصل شده، ولی از نظر آماری تفاوت معنی داری با هم نداشته اند(جدول۶). به هر حال کمترین عملکرد کمی و کیفی آویشن در فاصله کاشت ۴۵ سانتی متر حاصل شده است.

اثر متقابل

اثر متقابل برداشت و فاصله کاشت روی درصد و عملکرد کارواکرول از نظر آماری معنی دار (۰/۰۱ >P) شده است ولی اثر آن روی سایر پارامترهای مورد اندازه گیری، معنی دار نبوده است(جدول۴).

جدول شماره ۴- جدول آنالیز واریانس پارامترهای اندازه گیری شده گیاه آویشن

میانگین مربعات

منابع تغییرات درجات آزادی وزن تر ماده خشک درصد اسانس عملکرد اسانس درصد تیمول عملکرد تیمول درصد کارواکرول

عملکرد کارواکرول

بلوک ۲ ۰۴۳۴/۴ ۴۲۵/۰ ۰۰۱/۰ ۸۴/۱۲۴ ۳۲/۱۳۰ ۱۵/۱۲ ۲۲۷/۰ ۰۱۳/۰

برداشت (۸۲۴/۰ ۳۱۷/۲ ۰۵/۱۵۰ ۷۱/۱۶۳ ۱۷/۱۷۰۰ ۶۰۹/۰ ۱۹۷/۵ ۱۷۰/۳۵ ۴ (A

فاصله کاشت (۳۱۳/۰ ۸۷۴/۱ ۵۲/۱۰۰ ۳۲/۶ ۶۴/۵۳۸ ۰۲۹/۰ ۴۸۷/۲ ۶۱۵/۱۴ ۲ (B

۱۱۵/۰ ۵۵۶/۰ ۴۸/۶ ۹۳/۷۵ ۵۰/۱۳ ۰۳۲/۰ ۰۵۴/۰ ۴۳۶/۰ ۸ B×A

خطا ۲۸ ۳۰۶/۰ ۰۴۲/۰ ۰۲۴/۰ ۸۴/۲۳ ۵۲/۱۰۵ ۱۵/۸ ۲۴۵/۰ ۰۲۹/۰

جدول شماره ۵- تأثیر زمان های مختلف برداشت بر قطر، ارتفاع، عملکرد ماده تر و خشک، میزان و عملکرد اسانس، تیمول و کارواکرول آویشن

مرحله برداشت وزن تر (تن در هکتار) ماده خشک (تن در هکتار) اسانس تیمول کارواکرول

درصد (٪) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (٪) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (٪) عملکرد (کیلوگرم در هکتار)

اول c

۱۶۰/۶ d

۷۷۰/۱ c

۷۶۷/۱ C

۰۱۲/۳۱ a

۲۰۲/۵۲ b

۲۰۶/۱۶ b

۴۶۹/۰ b

۱۴۰/۰

دوم b

۱۷۰/۷ c

۳۴۶/۲ bc

۸۶۰/۱ b

۷۵۶/۴۰ a

۵۰۹/۵۰ a

۳۸۹/۲۰ b

۲۱۳/۰ b

۰۸۳/۰

سوم ab

۴۵۵/۷ b

۶۳۳/۲ c

۶۵۳/۱ b

۲۵۳/۴۳ a

a ۱۷۲/۵۱

b ۰۰۰/۲۲

b ۳۱۸/۰

۱۴۶/۰

چهارم d

e ۰۷۷/۳

a ۰۵۰/۱

d ۳۱۷/۲

a ۳۸۲/۲۴

c ۹۸۰/۴۹

b ۲۰۴/۱۲

b ۱۶۳/۰

۰۳۹/۰

پنجم a

a ۰۸۴/۸

b ۹۷۶/۲

a ۰۴۴/۲

a ۴۸۹/۶۰

a ۶۱۱/۴۱

a ۹۶۷/۲۰

a ۳۹۵/۱

۷۷۲/۰

جدول شماره ۶- تأثیر فواصل مختلف برداشت بر قطر، ارتفاع، عملکرد ماده تر و خشک، میزان و عملکرد اسانس، تیمول و کارواکرول آویشن

فاصله کشت وزن تر (تن در هکتار) ماده خشک (تن در هکتار) اسانس تیمول کارواکرول

درصد (٪) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (٪) عملکرد (کیلوگرم در هکتار) درصد (٪) عملکرد (کیلوگرم در هکتار)

a ۱۵

a ۳۸۴/۷

a ۵۳۱/۲

a ۹۰۱/۱

a ۵۶۴/۴۵

a ۴۳۸/۴۸

ab ۲۰۰/۲۱

ab ۴۳۲/۰

۲۴۴/۰

b ۳۰

b ۳۷۰/۶

a ۲۱۱/۲

a ۹۰۵/۱

a ۷۲۳/۴۰

b ۱۱۱/۴۹

a ۷۱۹/۱۷

a ۸۹۸/۰

۳۷۶/۰

c ۴۵

c ۴۱۰/۵

a ۷۲۳/۱

b ۹۷۹/۱

a ۶۴۹/۳۳

b ۷۳۶/۴۹

b ۱۴۱/۱۶

b ۲۰۵/۰

۰۸۸/۰

بحث:

نتایج به دست آمده از این تحقیق نشان می دهد که تغییرات فصلی و فاصله کاشت روی عملکرد کمی و کیفی اسانس آویشن اثر معنی داری دارند. همان طور که جدول شماره ۲ نشان می دهد حداکثر عملکرد ماده تر و خشک در واحد سطح در برداشت آخر (۲۱/۷/۱۳۷۸) حاصل شده که سبب حصول بالاترین عملکرد اسانس، تیمول و کارواکرول شده است. علت آن علاوه بر طول دوره رشد گیاه در این مرحله از برداشت، می تواند روزهای آفتابی با دمای هوای مناسب و شبهای خنک باشد که سبب فتوسنتز بالاتر و تنفس کمتر شده است. دمای هوا در برداشت های دیگر به حدی بالاـ بوده که سبب افزایش تنفس و کاهش رشد گیاه شده است[۳۱].

بالاترین میزان اسانس در برداشت چهارم یعنی خردادماه حاصل شده است زیرا در این زمان، طول روز بلندتر بوده و در نتیجه میزان تابش نیز بیشتر بوده است[۳۲]. یانلی و همکاران (۱۹۷۷) نیز گزارش کرده اند که بیشترین میزان اسانس در نور کامل خورشید حاصل می شود[۱۹]. لکامو و همکارانش نیز در دو گزارش جداگانه (۱۹۹۵) اعلام کرده اند که میزان اسانس گیاهان تحت شرایط نور اضافی بیشتر از گیاهان تحت شرایط نور معمولی است و بیوسنتز اسانس بستگی زیادی به رژیمهای نوری دارد[۱۷و۱۸].

درصد تیمول در طول فصل رشد، تغییر معنی داری را نشان نمی دهد که می تواند بیانگر عدم تأثیر فاکتورهای خارجی بر آن باشد یا به عبارت دیگر می تواند تحت تأثیر ژنتیک (شیمیوتیپ) باشد[۱].

حداکثر عملکردهای کمی و کیفی اسانس آویشن در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر حاصل شده است. البته درصد اسانس و تیمول در سه فاصه کاشت از نظر آماری تفاوت معنی داری نداشتند. بنابراین، تفاوت عملکردهای ناشی از تفاوت عملکرد ماده خشک و وزن تر در واحد سطح می باشد. به عبارت دیگر، بالاترین عملکرد ماده تر و خشک در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر حاصل شده است. لازم به ذکر است در گیاهانی که عملکرد از رشد رویشی حاصل می شود (نظیر آویشن) در چنین مواردی بایستی یک پوشش متراکم وجود داشته باشد تا حداکثر تشعشع را سریعاً جذب کند[۳۱]. که در فاصله کاشت ۱۵ سانتی متر این پوشش متراکم حاصل شده است. البته برای بسیاری از گیاهان زراعی اشباع نوری در شدت نور معادل ۲/۰ کالری بر سانتی متر مربع در دقیقه صورت می گیرد. این مقدار معادل شدت نور در یک روز ابری است که خورشید در سمت رأس قرار گرفته باشد و در روز صاف، شدت نور به چهار برابر این مقدار می رسد[۳۳].

بنابراین شدت نور در منطقه کرج برای آویشن به حدی است که حتی در فاصله کاشت متراکم تر (۱۵ سانتی متر) حصول عملکرد کمی و کیفی مطلوب امکان پذیر است و عدم وجود تفاوت معنی دار در درصد اسانس و تیمول نیز مؤید این مسئله است.

آویشن در کلام اولیاء :

امام صادق (ع) فرمود: « چهار چیز چشم را نور می بخشد، نفع داشته و ضرر ندارند ». از آنها سئوال گردید، فرمود": سعتر و نمک اگر با هم جمع شوند و نانخواه و گردو اگر جمع شوند ".گفته شد بر چه صلاحیت دارند اگر این چهار چیز با هم جمع شدند؟ فرمود: نانخواه و گردو بواسیر را می سوزانند و باد را دور می نمایند، رنگ را زیبا می کنند و معده را زیر و درشت می کنند و کلیه ها را گرم نگه می دارند. سعتر و نمک نیز بادها را از قلب دور می سازند، بسته شدن اجزاء بدن را باز می کنند، بلغم را می سوزانند، آب را به جریان می اندازند، بوی بدن را خوب می نمایند، معده را نرم می کنند، بوی بد را از دهان می برند و بو نزدیکی می افزایند.

در روایت است که سعتر معده را دباغی می کند و در حدیثی دیگر آمده که سعتر روی معده را می رویاند.

ابی الحسن الاول « موسی بن جعفر » (ع) فرمود: داروی امیرالمؤمنین صعتر بود و می فرمود: آن در معده پنهان و منسوج می شود مانند پنهان کردن قطیفه.

رسول خدا (ع) در ضمن مطالبی فرمود : « الصعتر یقوی المعده و یقطع البلغم و هو امان من اللقوه » یعنی صعتر معده را تقویت و بلغم را قطع می کند و از لقوه آسوده می گرداند.

توضیح: لقوه مرضی است که در صورت انسان به وجود می آید و گیجگاه انسان را به طرف گردن می گرداند.

برخی از واسطیها به امام ابی الحسن (ع) از رطوبت بدن شکوه نمودند، آن حضرت امر فرمود: گرد صعتر را ناشتا بخورند.

آویشن ملین و برای رفع تخمیر روده ها مخلوط با انیسون و ساریت مورد استفاده است. اسانس آن اثر ضدعفونی کننده قوی داشته و علاوه بر اینکه قدرت بیشتری از خاصیت ضدعفونی فنل دارد مانند فنل محرک و سمی نیست. تیمول روده ها را ضدعفونی می کند (استعمال کم)، دافع کرمها (اکسیور، تریکو سفال، آنکی لستوم) می باشد.

با خمیر دندان به عنوان ضدعفونی و به صورت بخور در برونشیت مزمن، سل، سیاه سرفه و محلول با پانسمان ها مصرف می شود (به علت خاصیت باکتری کشی که دارد).

تیمول اگر دو گرم مصرف شود تهوع، احساس درد معده و یا استفراغ ایجاد می نماید و لذا گاهی به منظور فوق تنقیه آن داده می شود و اگر همراه با تیمول الکل خورده شود مسمومیت ایجاد می نماید، زیرا تیمول در الکل محلول بوده جذب شده و باعث مسمومیت می شود.

تیمول ۵-۱ در هزار به صورت غرغره، پماد (۲-۱ درصد) مصرف می شود. گلهای آویشن کوهی مقوی معده، خلط آور، ضد

درد، تشنج، معرق و قاعده آور است.

نسخه: دم کرده آن (۳۰-۲۰) گرم در یک لیتر آب، نفخ شکم را بر طرف می سازد.

برای آسم جوشانده ۳۰-۲۰ گرم ساقه گلدار آویشن در یک لیتر آب با عسل روزانه ۵-۴ فنجان و در سیاه سرفه دم کرده ۳۰-۲۰ گرم ساقه گلدار با عسل روزانه ۴ فنجان و در ضعف زیاد نیز دم کرده آن خورده شود و در رگ به رگ شدن و پیچیدگی عضلات کمپرس پارچه خیس شده از دم کرده مذکور و در دردهای معده و اختلالات کلیه و زکام نیز دم کرده آویشن مؤثر است و حتی می توان زخمها را با آن شستشو داد.

آویشن کوهی برای دردهای مفاصل و روماتیسمس بصورت ضمادی از گل و برگش که گرم باشد نافع است و آویشن شیرازی ضد سم، ضد تشنج، برای عفونت های ریوی و نارسایی کبد مؤثر است و جوشانده آویشن شیرازی از ریزش مو جلوگیری می نماید. جوشانده آویشن و سیر در سیاه سرفه مؤثر است. در دردهای شدید نیمه سر، انواع تب، قاعده های اتفاقی، خستگی، کوفتگی دست و پا، دل دردها و ورم امعاء، دم کرده آویشن و در آسم دم کرده گل آن نافع است (هر مورد ده گرم در یک لیتر آب).

تئوفراست آویشن را به کسانی که دچار بی خوابی می شدند یا به آنان که مالیخولیا داشتند و دیسقوریدوس به عنوان مدر و سنت هلید گراد در تشنج، تبخال، عفونت های کبد و اختلالات مغزی تجویز می کردند.

حیوانات مبتلا شده به برفک روزانه یک تا دو لیتر آب جوشانده از آویشن خورانده شوند، بهبود می یابند[۳۶].

آویشن در کلام محمد زکریای رازی:

صعتر (آویشن کوهی)، تمام انواع گوناگون این سبزی به بدن حرارت می بخشد و باد را خارج می کند و از چیزهایی که باید اشخاص سرد مزاج بخورند به هضم غذا کمک می کند.

آویشن و انواع آن را به اسامی سعتر، آذربه، کلیک اودی، ندغ، زعتر و کاکوتی می نامند. پروفسور" تروسو "گوید: « آویشن دشمن سم است ».

در خواص طبی آویشن گفته اند: خون را به جریان می اندازد، اعمال جنسی و تناسلی را در بدن تحریک و تقویت می کند، آویشن قابض و ضد درد و تشنج است و هوش و قوه ادراک را زیاد می کند و برای ضعف و نارسایی کبد و ریزش مو و برای تقویت پیازهای مو مفید است.

آویشن در عفونت های ریوی، زکام و برونشیت، آسم، گریپ، آنژین، سوءهضم و تخمه، دل درد، ورم امعاء و اختلال قاعدگی بسیار خوب است[۳۶].

نتیجه گیری:

با توجه به افزایش روزافزون مصرف گیاه آویشن در صنایع دارویی و تقاضای زیاد این گیاه، در جهت تولید به شیوه علمی، توصیه می شود که کشت آویشن در تراکم ۱۵×۵۰ (فاصله بین ردیف های کاشت ۵۰ سانتی متر و روی ردیف ها ۱۵ سانتی متر) و برداشت آن یک نوبت در اوایل خردادماه و نوبت دیگر در پایان فصل رشد (قبل از شروع یخبندان پائیزه) یعنی اواخر مهرماه انجام گیرد. در ضمن با توجه به میزان و مدت تابش نور خورشید در شرایط آب و هوایی ایران و نقش بسزایی آن در تولید محصول آویشن با کیفیت بالا، گسترش سطح زیر کشت آن برای رفع نیاز صنایع داروسازی داخلی و حتی صادرات در راستای ارزآوری توصیه می گردد. اگرچه گیاه آویشن (T.Vulgaris) بومی ایران نیست و بطور خودرو در ایران نمی روید ولی به دلیل ارزش بالای آن در صنایع دارویی، بهداشتی، آرایشی و همچنین صنایع غذایی، کشت و تولید انبوه آن در راستای تأمین نیاز دالی کشور و حتی صادرات ضروری می باشد.

منابع:

۱. بقالیان کامبیز، نقدی بادی حسنعلی. گیاهان اسانس دار. چاپ اول، انتشارات اندرز. ۱۳۷۹.

۲. زرگری علی. گیاهان دارویی. چاپ ششم. انتشارات دانشگاه تهران. ۱۳۶۹، جلد چهارم.

۳. ولاگ ژان و ژیری استودولا. گیاهان دارویی- روش های کشت، برداشت و شرح مصور رنگی. ۲۵۶ گیاه انتشارات ققنوس. ۱۳۷۴. چاپ دوم.

۴. McGimpsey JA, Douglas MH, van Klink JW,Beauregard DA and Perry NB. Seasonal variation in eassntial oil yield and composition from naturalized Thymus Vulgains L. in Newzealand. Flavour and Fragrance J. ۱۹۹۴.

۵. امید بیگی رضا. تولید و فرآوری گیاهان دارویی. جلد سوم. چاپ دوم. انتشارات آستان قدس رضوی. ۱۳۷۹.

۶. Malik MS, Satter A and Khan SA. Essential oils of the species of labiatae. Part III. Studies on the essential oil of Zataria muliflora. Pakistan, J. Sci. Ind. Res. ۱۹۸۷.

۷. James TK, Rahman A, and Douglas JA. Control of weeds in five herb crops. Hort.

۸. Leung AY and Foster S.Encyclopedia of common natural ingredients: used in food, drugs, and cosmetics. A Wiley Interscience Publication – John Wily & Sons, Inc. ۱۹۹۶.

۹. McGimpsey J. Thyme-Thymus valgaris. . http://www.crop.cri.n۲/broadshe/thyme.htm.۱۹۹۳.

۱۰. Buring D. Wild flowers of Mediterranean. Dorling Kinderseley. ۱۹۹۵.

۱۱. Morton JF. Major medicinal plants, botany, culture and uses. Charles C. Thomas Publisher, Bannerstone House. ۱۹۹۷.

۱۲. Letchamo W, Marquard R, Holzi J and Gosselin A. effect of Water supply and light intensity on growth and essential oil of two thymus vulgaris selection. Hort. Absts. ۱۹۹۵.

۱۳. آئینه چی یعقوب. مفردات پزشکی و گیاهان دارویی ایران. انتشارات دانشگاه تهران. ۱۳۶۵.

۱۴. مومنی تاج خانم، شاهرخی نوبهار. اسانس های گیاهی و اثرات درمانی آنها. انتشارات دانشگاه تهران. ۱۳۷۰.

۱۵. Prakash V. Leafy spices. CRC Press U.S.A. ۱۹۹۰.

۱۶. Furia TE and Bellance N. Fenaroli's Handbook of Ingredients. VOL ۱, ۳rd Edition, CRC Press. ۱۹۹۵.

۱۷. Letchamo W, Xu HL and Gosselin A. Variation in photosynthesis and essentioal oil in thyme, J. Plant Physiol. ۱۹۹۵.

۱۸. Letchamo W, Xu HL and Gosselin A. Variation in photosynthesic Potential of thymus Valgaris Selections under two light regimes and three soil watere levels. Scienntia Horticulturae ۱۹۹۵.

۱۹. Yanli li, Craker LE and Potter T. Effect of light Level on essential oil Preduction of sage (salvia officinalis) and thyme (Thmus valgaris). Hort. Absts. ۱۹۹۷.

۲۰. Novikov PG and Kapelev IG. Propagation of some essential oil-bearing plants of the

.labiatae family by softwood cuttings. Hort. Absts ۱۹۸۴

۲۱. Hartmann HT, Kester DE and Davies FT. Plant Propagation, Principles and Practices. Fifth edition PRENTICE HALL. ۱۹۹۰; p.۶۴۷.

۲۲. Putievsky E, Sanderwich D and Ron R. Growing spice plants from seeds or cuttings. Hort.

۲۳. Rey C. Direct Field sowing of thyme (Thymus vulgaris L). Hort Absts. ۱۹۹۵.

۲۴. Shalaby AS and Razin AM. Dense cultivation and fertilization for higher yield of thyme (Thymus vulgaris L). Hort Absts.

۲۵. نقدی بادی حسنعلی، یزدانی داراب و ساجد محمدعلی. تغیرات فصلی عملکرد و ترکیبات اسانس آویشن در تراکم های مختلف کاشت. فصلنامه گیاهان دارویی. شماره پنجم، ۱۳۸۱.

۲۶. Ceylan A, Bayram E and Ozay N. The effect of N-Fertilizer on the yield and quality of Thymus vulgaris L. in ecological conditions of Bornova-Izmir. Hort. Absts.۱۹۹۵.

۲۷. امید بیگی رضا. کشت گیاهان دارویی و نکاتی مهم پیرامون آن، ماهنامه دارویی رازی. ۱۳۷۳، سال پنجم. شماره ۷.

۲۸. نقدی بادی حسنعلی، یزدانی داراب و ساجد محمدعلی. تآثیر فاصله کاشت و زمان برداشت روی عملکرد اندام هوایی و میزان اسانس و تیمول آویشن. طرح پژوهشی جهاد دانشگاهی، ۱۳۸۱.

۲۹. میرحیدر حسین. معارف گیاهی (کاربرد گیاهان در پیشگیری و درمان بیماری ها). چاپ دوم. دفتر نشر فرهنگ اسلامی. ۱۳۷۵، جلد دوم.

۳۰. جهان آرا فهیمه، حائزی زاده بی بی مهشید. اطلاعات و کاربرد داروهای رسمی ایران. چاپ اول. شرکت داروگستر رازی، ۱۳۸۰.

۳۱. سرمدنیا غلامحسین و کوچکی عوض. فیزیولوژی گیاهان زراعی. انتشارات جهاد دانشگاهی، ۱۳۶۸.

۳۲. علیزاده امین و کوچکی عوض. کشاورزی و آب و هوا. انتشارات دانشگاه مشهد، ۱۳۶۹.

۳۳. Patric JW. Distribution of assimilate during stem elongation in wheat. Aust. J. Biol sci. ۱۹۷۲.

۳۴. جانی قربان مهین. همایش ملی گیاهان دارویی ایران- مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع. ۲۶-۲۴ بهمن ۱۳۸۰.

۳۵. پروفسور هانس فلوک، محمدرضا توکلی صابری- چاپ پنجم – انتشارات روز جهان- ۱۳۷۹.

۳۶. نورانی مصطفی، دورنمایی از طب اسلامی گیاهان دارویی. انتشارات مؤسسه مکتب اهل بیت- ۱۳۸۰.

۳۷. مؤمنی تاج خانم، اسانس های گیاهی و اثرات درمانی آنها. چاپ دوم، انتشارات دانشگاه تهران، بهار ۱۳۷۷.

۳۸. مظفریان ولی الله- فلور استان یزد- مؤسسه انتشارات یزد- تهران ۱۳۷۹.

۳۹. قهرمان احمد- فلور رنگی ایران- دانشکده علوم دانشگاه تهران- انتشارات مؤسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.

سایت طوبی

گیاهان ودرمان کلسترول

نویسنده : قربانعلی سورانی

افزایش چربی خون از جمله بیماریهای مزمن است که به دلیل اختلالات متابولیسمی ناشی از عوامل متعدد ایجاد می‌شود. با اینکه داروهای کاهند ?چربی خون در دسترس هستند هنوز این بیماری یکی از عوامل مهم در تشدید بیماریهای قلبی ـ عروقی در بیماران مبتلا به دیابت، فشار خون بالا و بیماران قلبی عروقی می‌باشد.

عواملی مانند عدم رضایت بیماران از مصرف داروهای رایج کاهند ?چربی خون، بروز عوارض جانبی ناشی از مصرف بیش از حد و طولانی این داروها، بیماریهای ناشی از افزایش چربی خون و هزینه‌های تحمیلی بر بیماران موجب شده است که تمایل به درمانهای جایگزین و سنّتی افزایش یابد.

مصرف گیاهان داروئی و میوه‌جات علاوه بر کاهش هزینه‌های درمان نتایج رضایت‌بخشی در عوارض افزایش چربی خون بالا در بسیاری از جوامع داشته است. باید توجه داشت که تمایل به مصرف گیاهان داروئی کاهش دهند ?چربی خون در اکثر جوامع حتی در کشورهای پیشرفته نیز بطور گسترده‌ای عمومیت یافته است.

مصرف این گیاهان بخصوص زمانی که درمانهای رایج قادر به کنترل بیماری نباشند، چشمگیر می‌باشد (فصلنام ?گیاهان داروئی، حسن فلاح حسینی). رژیم غذایی و مصرف گیاهان داروئی مؤثر بر چربی خون میانگین کلسترول تام و تری گلیسیرید (T.G) و لیپوپروتئین با دانسیت ?کم (LDL) و نسبت کلسترول توتال و لیپوپروتئین با دانسیت ?زیاد (HDL) را نسبت به قبل از درمان کاهش داده و میزان (HDL) را افزایش داده است (تحقیقات بالینی باریج اسانس، دکتر طوبی کاظمی ـ دکتر حسین پناهی).

کلسترول چیست؟

کلسترول ماده‌ای است از جنس چربی که در تمام سلول‌های بدن وجود دارد و در ساخت دیوار ?سلولی و برخی هورمون‌ها نقش مهمی ایفا می‌کند. مولکول‌های چربی پس از جذب از روده در سیستم گردش خون توسط کلسترول حمل می‌شوند. قسمت اعظم کلسترول در داخل بدن و توسط کبد ساخته می‌شود و بقی?ـآن با مصرف غذاهای پُر کلسترول و پُر چرب وارد بدن می‌شود .

بالا بودن کلسترول

بالا بودن سطح چربی خون ممکن است منجر به تصلّب شرائین و افزایش خطر سکته‌های قلبی شود. وجود چربی اشباع شد ?بیش از اندازه در رژیم غذایی ممکن است عامل آن باشد اما ارثی بودن آن هم قابل انکار نیست. کلسترول برای بسیاری از اعمال بدن لازم است و ذاتاً خطرناک نمی‌باشد.

انواع کلسترول

۱- کلسترول LDL (بد)

این نوع کلسترول خاصیت چسبندگی دارد و به راحتی به جدار داخلی دیوار ?رگها می‌چسبد و باعث باریک شدن و در نهایت انسداد مجرای داخلی رگها می‌گردد. از این رو به کلسترول بد معروف است.

۲- کلسترول VLDL (خوب)

این نوع کلسترول مولکول‌های چربی را از کبد به دیگر قسمت‌های بدن حمل می‌کند و بعد از انتقال چربی به بافت‌ها، تبدیل به کلسترول LDL می‌گردد.

۳- کلسترول HDL (خوب)

این نوع کلسترول، کلسترول‌های LDL موجود در طول دیواره‌های رگها را پیدا کرده و به آنها می‌چسبد و آنها را از جدار ?رگها پاك می‌کند و از باریك شدن و انسداد رگها جلوگیری می‌نماید. به همین دلیل به کلسترول خوب معروف است.

بطور کلی برای تشخیص بالا بودن چربی خون اندازه‌گیری دو نوع چربی خون یعنی کلسترول و تری گلیسیرید انجام می‌شود .

افزایش کلسترول خون

افراد زیادی دچار مشکل بالا- بودن کلسترول خون هستند. کلسترول ماد ?موم ماننـدی شبیه به چربی است که توسط کبـد ساخته می‌شود و در تمامی سلولهای بدن وجود دارد. بدن ما به کلسترول نیاز دارد تا بتواند هورمونها و بعضی ویتامینها و نیز دیوار ?سلولی را بسازد و وظایف مهم دیگری را انجام دهد.

قسمت عمـد ?چربی خون به صورت کلسترول می‌باشـد. گر چه مقادیر محدود کلسترول برای بدن لازم است لیکن بالا بودن میزان آن می‌توانـد موجب تصلّب شریانها و افزایش خطر حمـل ?قلبی و سکته‌های قلبی و مغزی شود و هر چه جزء بیشتری از کلسترول خون از کلسترول(HDL) تشکیل شده باشد و میزان کلسترول (LDL) آن کمتر باشد، خطر حمل ?قلبی کاهش خواهد یافت.

پژوهشگران طی بررسی‌های زیاد متوجه شده‌انـد که میزان بالای کلسترول خون همیشه خطرآفرین است و به ازای هر ۱٪ افزایش میزان کلسترول خون، خطر حمل ?قلبی تقریباً ۲٪ افزایش می‌یابد و به ازای هر ۱٪ کاهش کلسترول خون احتمال وقوع حملات قلبی ۲٪ کم می‌شود. به عنوان مثال اگر کلسترول خون فردی ۲۰٪ کاهش یابد، احتمال خطر قلبی در وی ۴۰٪ کم می‌شود.

عموماً اگر میزان کلسترول بدن شما کمتر از ۲۰۰ میلی‌گرم در دسی‌لیتر باشد، میزان آن در حد خوبی است (پایان‌نامه، دکتر علیرضا آثاررخ، ۶۹۰۲ کلسترول).

۱- اسیدهای چرب اشباع شده

اسید چرب بـا ۲ کربن (۲C)، اسیـد استیک در چربیها یافت نمی‌شود اما اولین اسید چرب اسید بوتریک(۴C) که اولین بار در کره مشاهده گردید. اسیدهای چرب اشباع معمولاً دارای مولکول‌های فاقد شاخ ?جانبی هستند.

اسید چرب اشباع با ۸ کربن در حرارت معمولی مایع است که در چربی شیر یافت می‌شود. بـا افزایش تعـداد کربنهـا در ساختار اسیدهای چرب اشباع شده بیش از ۱۰ کربن به صورت جامـد می‌باشـند. بـا افزایش تعـداد کربنهای اسیـد چرب نقط ?ذوب، وزن مولکولی و ویسکوزیته افزایش می‌یابد. اسیدهای چرب کاپریک (۱۰C)، میرستیک (۱۴C) و لوریک (۱۲C) در چربیهای نارگیل و روغن هست ?نخل وجود دارد.

میزان اسیدهای چرب پالمتیک (۱۶C) و استئاریک (۱۸C) موجود در چربیها متفاوت می‌باشند. بخصوص روغن پالم (نخل) سرشار از اسید پالمتیک بوده اما بافت چربی حیوانی (پیه) سرشار از اسید استئاریک است.

۲- اسیدهای چرب اشباع نشده

اسیدهای چرب اشباع نشده دارای یک، دو و یا سه گروه آلیل می‌باشـند و به مقدار بیشتری نسبت به اسیدهای چرب اشباع شده در ساختمان تری گلیسیرید شرکت می‌کنند.

اسیدهای چرب اشباع نشـده برای اغلب حیوانـات و انسانهـا ضـروری هسـتند زیرا اسیدهای چرب اشباع نشـده در بـدن آنها سـنتز نمی‌شوند لذا باید این اسیدهای چرب در جیر ?غذایی روزان ?حیوان و انسان وجود داشته باشد.

بیشترین میزان اسیدهای چرب اشباع نشد ?موجود در چربیها و روغنها را گروه (۱۸C) تشکیل می‌دهند. این اسیدها با پیشوند امگا نشان داده می‌شوند. مهمترین آنها اسید اولئیک (۱ : ۱۸C) (امگا ۹) با یک پیوند مضاعف، اسید لینولئیک (۲ : ۱۸C) (امگا ۶) با دو پیوند مضاعف جزء اسیدهای چرب ضروری محسوب می‌شوند زیرا بدن قادر به سنتز آن نیست و یا اسیدهای چرب اشباع نشده با چنـد پیونـد مضاعف اسیـد لینولئیک (امگا ۶) توسط گیاهـان سـنتز می‌شـود و نقش تغـذیه‌ای مهمی را به عنـوان یـک اسیـد چرب ضروری به عهده دارد. جدول (۱) درصد اسیدهای چرب در ترکیب با گلیسرول را در بعضی از روغنها و چربیها نشان می‌دهد.

جدول (۱) ـ درصد اسید چرب ترکیب شد ?موجود در روغنها و چربیها

منابع چربیهای اشباع شده و اشباع نشد ?چند پیوندی

چربیهای اشباع شده به مقدار زیاد فرآورده‌های شیر

گوشت

مواد غذایی دیگر کره، خامه، شیر، پنیر

جگر، گوشت بره، گوشت گاو

روغن نارگیل، روغن هست ?پالم، روغن پالم، مارگارین جامد، پیه

چربیهای اشباع نشد ?چند پیوندی به مقدار زیاد روغنهای نباتی

میوه‌های گردویی

مارگارین روغن ذرت، روغن لوبیای سویا، روغن گلرنگ، روغن آفتابگردان

بیشتر آنها به جز میوه‌های نارگیلی

بسیاری از انواع مارگارین مخصوصاً مربوط به لوبیای سویا و دان ?آفتابگردان

اسیدهای چرب ضروری

اسیدهای چرب اشباع نشد ?چند پیوندی (PUFA) در تغذی ?انسان اهمیّت ویژه‌ای دارند. چون بعضی از آنها برای بدن ضروری هستند زیرا بدن نمی‌تواند آنها را بسازد و بنابراین باید از طریق غذا تأمین شوند. مهمترین اسیدهای چرب ضروری (EFA) اسید لینولئیک است که به مقدار زیاد در روغن‌های استخراج شده از دانه‌های ذرت، لوبیای سویا و آفتابگردان یافت می‌شود. اسید آراشیدونیک را نیز اغلب به عنوان یک اسید چرب ضروری می‌شناسند هر چند اگر بطور قاطع صحبت شود واقعاً چنین نیست چون می‌تواند در بدن از اسید لینولئیک ساخته شود.

اهمیّت اسید لینولئیک در تغذیه

مهمترین اسید چرب اشباع نشده از بُعد تغذیه اسید لینولئیک (۲ : ۱۸C) می‌باشد. چنانچه ذکر شد این اسید چرب در بدن سنتز نمی‌شود لذا باید توسط مواد غذایی تغذیه شود. کمبود اسید لینولئیک در جیر ?غذایی باعث بیماری تصلّب شرائین (انسداد عروق) در انسان می‌شود که نهایتاً منجر به سکت ?قلبی خواهد شد. این اسید چرب اشباع نشده در سلامتی انسان نقش اساسی دارد که عبارتند از:

۱- ترمیم بافتهای مجروح

۲- سلامتی پوست

۳- در مکانیسم رشد و تکامل

۴- سازند ?پروستاگلاندین

بیوسنتز اسید لینولئیک به پروستاگلاندین

اسید لینولئیک تغذیه شده می‌تواند در بدن انسان به پروستاگلاندین تبدیل شود. نمودار (۱) بیوسنتز اسید لینولئیک به پروستاگلاندین را نشان می‌دهد.

اسید لینولئیک (امگا ۶)

د ـ هموگامالینولئیک اسید

اسید آراشیدونیک

ایکزاپنتانیک اسید

پروستاگلاندین ترمبوزکران

پروستاگلاندین باعث سنتز ایکوزانوئیدها می‌شود که از لحاظ بیولوژیکی یک هورمون فعال‌کنند ?بافتها می‌باشد. ایکوزانوئیدها نقش اساسی در سنتز ترمبوژنازها، اریتروژنازها و تنظیم فشار خون دارد.

ایکوزانوئیدها می‌توانند از رسوب چربیها و تشکیل پلاکتها و یا به عبارتی از تصلّب شرائین جلوگیری نمایند. هر فرد می‌تواند احتیاج روزان ?اسید لینولئیک خود را با تغذی ?روغنهای گیاهی مانند روغنهای گلرنگ، آفتابگردان، سویا، پنبه‌دانه، بادام زمینی و کلزا تأمین نماید. جدول (۳) میزان اسید لینولئیک موجود در روغنهای گیاهی، چربیهای حیوانی و روغن آبزیان بر حسب درصد را نشان می‌دهد.

جدول (۳) ـ میزان اسید لینولئیک موجود در روغنهای گیاهی و چربیهای حیوانی بر حسب درصد

روغنها درصد چربیها درصد

روغن گلرنگ ۷۵–۸۰ چربی خوک ۱–۱۰

روغن آفتابگردان ۶۵–۷۵ چربی گاو ۱–۲

روغن سویا ۵۵–۶۵ چربی گوسفند ۲–۵

روغن پنبه‌دانه ۴۲–۴۸ چربی مرغ ۱۰–۲۰

روغن ذرت ۴۰–۵۵ کره ۰/۵–۳

روغن کلزا ۲۰–۱۸ روغن وال ۱–۵

روغن بادام زمینی ۱۵–۲۰ روغن ماهی هرینگ ۲–۵

روغن پالم ۸–۱۲

روغن زیتون ۶–۱۰

روغن نارگیل ۱–۳

روغن هست ?نخل ۱–۲

میزان مناسب کلسترول خون چقدر است؟

اگر کلسترول خون شخصی کمتر از ۲۰۰ میلی‌گرم در دسی‌لیتر خون باشد نشان ?بسیار خوبی برای سلامتی یک قلب سالم است اما اگر کلسترول خون بین ۲۰۰ تا ۲۳۹ میلی‌گرم در دسی‌لیتر خون باشد شخص در معرض خطر بالاـ رفتن کلسترول و خطر ابتلاـ به حمل ?قلبی قرار دارد و زمانی که کلسترول خون بالاـتر از ۲۴۰ میلی‌گرم در دسی‌لیتر خون باشد خطر حمل ?قلبی را باید جدی گرفته و حتماً میزان آن را بوسیل ?دارو و رژیم غذایی و یا هر دو کاهش داد.

اگر فردی همراه با کلسترول بالا مبتلا به فشار خون بالا نیز باشد احتمال خطر حمل ?قلبی به ۶ برابر می‌رسد و اگر این فرد سیگاری هم باشد احتمال خطر به ۲۰ برابر یا بیشتر خواهد رسید.

روشهای عمد ?کاهش چربی خون (کلسترول) و کنترل آن

حتی‌الامکان از مصرف چربیهای مضر کاسته شود و به جای آن مقدار محدودی از چربیهای مفید مصرف شود.

چربیهای مضر عبارتند از: چربیهای حیوانی که در گوشت مرغ و گوشت قرمز وجود دارند، چربیهای موجود در لبنیات، کره، روغن نباتی جامد، روغن نارگیل و روغن هست ?نخل.

چربیهای مفید عبارتند از: روغن زیتون، روغن آفتابگردان، روغن سویا، روغن ذرت، چربی موجود در گردو و فندق، ماهی‌های چرب و چربی‌هایی که در دمای محیط مایعند (درمان بیماریها به کمک داروهای گیاهی، مهندس میرزا قاسمی).

مواد غذایی غیر مجاز برای افراد دارای کلسترول بالا

غذاهای سرخ شده ـ لبنیات پُر چرب ـ غذاهای آماده مانند سوسیس، کالباس و پیتزا ـ چربیهای اشباع شده مانند روغنهای حیوانی و گیاهی جامد و کره ـ امعاء و احشاء حیوانی مانند دل، جگر، قلوه، سیرابی و مغز ـ میگو و گوشتهای پر چرب (حتی‌الامکان باید چربیهای قابل رؤیت جدا شوند) ـ دسرهای چرب ـ انواع کلوچه، کیک، شیرینها مخصوصاً شیرینی تر ـ روغن نارگیل ـ سس‌های سالاد ـ انواع شکلات، چیپس و پفک ـ زرد ?تخم‌مرغ هم محدود به ۳-۲ عدد در هفته می‌شود.

تأثیر رژیم غذایی در کاهش کلسترول خون

با ایجاد تغییر در نوع غذاها می‌توان میزان کلسترول خون را کاهش داد. مقدار کلسترول خون تحت تأثیر مواد غذایی مصرفی و نیز ارث می‌باشد اما با کاهش چربیهای غذایی می‌توان زمین ?ارثی را تا حدودی کنترل نمود. کاهش کلسترول خون با کاهش دریافت کلسترول چربی رژیم و افزایش مصرف فیبرهای غذایی محلول و ثابت نگه داشتن وزن در حد مناسب امکان‌پذیر است.

همراه با کاهش مصرف چربیهای جامد باید غذاهایی غنی از نشاسته مانند نان و سیب‌زمینی آب‌پز یا کبابی، غلات و حبوبات، میوه و سبزیجات، شیر و لبنیات کم چرب و همچنین روغن زیتون مصرف شود. در افراد دچار اضافه وزن و کلسترول خون بالا، کاهش وزن کمک شایانی می‌کند.

کاهش کلسترول خون با ورزش

انجام فعالیتهای ورزشی باعث کاهش کلسترول خون می‌گردد، اما این فعالیتها شامل نظافت منزل، باغبانی کردن، طراحی برنامه یا فکر کردن نمی‌باشد. تمرینات ورزشی به چند روش به کاهش کلسترول خون کمک می‌کند:

ـ ورزش باعث افزایش مقدار (HDL) خون توأم با کاهش(LDL) می‌گردد.

ـ ورزش موجب کاهش وزن و کنترل آن می‌شود.

ـ ورزش منجر به بهبود گردش خون و پاک شدن از مواد زائد می‌گردد و عضل ?قلب را قوی‌تر کرده و اثر مثبتی بر روی عمل پمپ قلب دارد.

یک نمون ?رژیم غذایی مناسب برای افراد مبتلا به کلسترول بالا

صبحانه: نان سنگک + گردو + پنیر کم چرب

میان وعده: سبزیجات خام مانند هویج + میوه

نهار: سبزیجات خام یا پخته + سین ?مرغ به صورت آب‌پز + برنج کم چرب + ماست کم چرب یا دوغ

میان وعده: میوه

شام: سبزیجات خام یا پخته + سوپ جو همراه روغن زیتون + نان سنگک

چربیها (Lipid)

انرژی‌زاترین موادی هستند که در رژیم غذایی وجود دارند. لیپیدها در آب نامحلول بوده و در حلالهای آبی مثل اتر و بنزن حل می‌شوند.

انواع چربیها

۱- چربیهای اشباع (بد)

دارای نقط ?ذوب بالاتر از محیط و جامد هستند.

۲- چربیهای غیر اشباع (خوب)

دارای نقط ?ذوب پایین‌تری بوده و در دمای محیط به صورت مایع هستند.

میزان مصرف این چربیها در روز بایستی کمتر از ۱۰٪ کالری باشند زیرا این چربیها عامل بیماریهای قلبی و عروقی هستند (ترکیبات

شیمیایی چربیها و روغنها ...).

بالاـ بودن چربی خون و نیز بالاـ بودن کلسترول خون از عوامل خطرساز مهمی برای آترواسکلروز می‌باشند. رابط ?بین غلظت کلسترول در مردان جوان و میزان وقوع بیماری ایسکمیک قلبی نشان می‌دهد هنگامی که مقدار کلسترول بیشتر از ۲۰۰ میلی گرم در دسی‌لیتر باشد، میزان خطر افزایش می‌یابد در حالیکه این مقدار نزدیک به میزان میانگین برای مردان گروه سنی ۴۰ تا ۴۹ سال در این جمعیت می‌باشد. با افزایش سن میزان کلسترول و تری گلیسیرید پلاسما افزایش می‌یابد.

افزایش کلسترول بطور عمده با افزایش غلظت لیپوپروتئین کم‌تراکم (LDL) و افزایش تری گلیسیرید با افزایش لیپوپروتئین بسیار کم‌تراکم (VLDL) همراه است. بالا بودن کلسترول با افزایش میزان وقوع بیماری ایسکمیک قلبی زودرس همراه است.

در مطالع ?Farmingham میزان کلسترول در مردان کمتر از ۴۰ سال ارتباط نزدیکی با پیدایش ایسکمیک قلبی دارد. خطر مرگ ناشی از ایسکمیک قلبی در مردان دارای سطح کلسترول بالاتر از حدود ۶ ملی‌مول در لیتر (۲۴۰ میلی گرم در دسی‌لیتر) بیش از ۳ برابر نسبت به مردان دارای کلسترول کمتر از حدود ۵ میلی‌مول در لیتر افزایش دارد (پایان‌نام ?دکترای داروسازی، کیومرث زارع).

گیاهان داروئی کاهش دهند ?چربی خون (کلسترول خون)

نقش گیاهان در جهت کاهش چربی خون بسیار مؤثر بوده و حتی می‌توان تا ۳۰٪ در کاهش کلسترول مؤثر باشند و علاوه بر کاهش دادن چربی تأثیر گسترده‌ای بر کاهش دهندگی چربی خون و تأثیر گسترده‌ای بر متابولیسم بدن یا متابولیسم داروهای مصرفی توسط بیماران داشته باشد (فصلنام ?گیاهان داروئی، حسن فلاح حسینی ـ حسین فخرزاده).

شوید (Anethum Graveolens L).

شوید گیاهی است یکساله و معطر، تمامی پیکر رویشی گیاه محتوی اسانس بوده و مهمترین ترکیبات اسانس در پیکر رویشی گیاه د ـ کاروون و د ـ فلاندرون می‌باشند و مهمترین ترکیبات اسانس حاصل از بذرهای کاملاً رسید ?د ـ کاروون و لیمونن می‌باشد (فصلنام ?گیاهان داروئی، داراب یزدانی ـ امیرحسین جمشیدی ـ شمسعلی رضازاده).

مهمترین ترکیبات اسانس حاصل از بذرهای کاملاً رسیده عبارتند از کاروون (۶۰–۴۰ درصد)، لیمونن (۲۸–۲۰ درصد). تمامی پیکر رویشی گیاه محتوی اسانس و مقدار آن در اندام‌های مختلف، متفاوت است بطوریکه در پیکر رویشی مقدار اسانس بین ۶/۱–۸/۰ درصد می‌باشد. بذرهای رسیده بیشترین مقدار اسانس را دارا می‌باشند که مقدار آن ۵–۲ درصد گزارش شده است (تولید و فرآوری گیاهان داروئی، امید بیگی رضا، جلد سوم).

از اسانس این گیاه برای معطر و مطبوع ساختن مواد غذایی استفاده می‌شود و عصار ?این گیاه همچنین اثرات ضد باکتری داشته و جهت ناراحتی‌های گوارشی مانند نفخ شکم، سوء هاضمه، درد معده، کولیک شیرخواران استفاده می‌شود. دان ?شوید نیز اثر آنتی‌اسپاسموریک بر عضلات صاف لول ?گوارش دارد (گیاهان داروئی، علی زرگری، چاپ دانشگاه تهران).

داروهای ساخته شده از گیاه شوید

اخیراً دو دارو به نامهای آنتوم و دیل‌سان وارد بازار داروئی ایران شده که قسمت عمد ?آنها عصار ?شوید است.

اثرات مناسب این دارو در درمان هیپرلیپیدمی نشان می‌دهد که قطر ?دیل‌سان کلسترول را ۲/۱۳٪، تری گلیسیرید را ۷/۵٪ و لیپو پروتئین‌های با دانسیت ?کم (LDL) را ۱/۲۰٪ کاهش و لیپوپروتئین با داسیت ?زیاد (HDL) را ۲/۶٪ افزایش داده که در هم? موارد فوق با میزان‌های قبل از درمان از نظر آماری تفاوت معنی‌دار بوده است و در تحقیق دیگری اسانس شوید وابسته به دوز غلظت کلسترول، تری گلیسیرید و LDL)) را کاهش داده و غلظت (HDL) را افزایش داده است (تأثیر داروی آنتوم و دیل‌سان بر روی کلسترول خون، دکتر محمود میرحسینی ـ دکتر محمود رفیعیان).

در مورد اینکه گیاه شوید با چه مکانیسمی بر هیپرلیپیدمی مؤثر است، مشخص نشده اما در مطالعه‌ای که بر روی تأثیر چند ترکیب فرار موجود در اسانس گیاهی بر میزان تمایل (LDL) به گیرنده‌های مربوط در مرکز تحقیقات قلب و عروقی دانشگاه و علوم پزشکی اصفهان انجام شده است، نشان داده شده که لیمونن خاصیت آنتی‌اکسیداتیو دارد و بر روی برداشت (LDL) توسط سلولهای آدرنال اثر دارد و در مورد عوارض آنتوم همانطور که اشاره شد، عارض ?خاصی مشاهده نشده گر چه برای آنتوم عوارضی مانند آلرژی، ژنوتوکسیسیتی و ایجاد موتاسیون گزارش شده است ولی در مطالع ?ما این عوارض مورد بررسی قرار نگرفته است (تأثیر داروی آنتوم و دیل‌سان بر روی کلسترول خون، دکتر محمود میرحسینی دکتر محمود رفیعیان).

قطر ?دیل‌سان حاوی ۰/۵٪ اسانس شوید می‌باشد کاهش معنی‌داری در کلسترول تری گلیسرید (LDL) داشته و میانگین (HDL) را افزایش می‌دهد و در بررسی دیگر آنتوم با داروهای کلسیترامین، نیکوتینیک اسید و ترکیب این دو نشان می‌دهد که آنتوم ۵/۲٪ کلسترول را کاهش می‌دهد (تحقیقات بالینی باریج اسانس، دکتر طوبی کاظمی ـ دکتر حسین پناهی).

ترکیبات کنگر فرنگی (Cynara Scolymus)

در اروپا برگهای کنگر فرنگی به عنوان یک داروی مدر به منظور تحریک کلیه‌ها و به عنوان محرک صفرا جهت تحریک ترشح صفرا از کبد استفاده می‌شود. در اوایل قرن بیستم دانشمندان فرانسوی از این گیاه به عنوان محرک کبد و مثانه و کاهش غلظت کلسترول خون به بیماران تجویز می‌کردند (فصلنام ?گیاهان داروئی).

اخیراً کمیسیون E آلمان بر استفاده از برگ کنگر فرنگی در جهت بهبود مشکلات بد هضمی غذا تأکید کرده است. بد هضمی غذا می‌تواند به علت ترشح ناکافی صفرا و در نتیجه مشکلات بد هضمی غذا شود. شواهد قابل اطمینانی مبنی بر اینکه برگ این گیاه مستقیماً باعث بهبود بد هضمی غذا می‌شود وجود ندارد. مطالعات روی حیوانات آزمایشگاهی نشان می‌دهد که برگ کنگر فرنگی سنتز کلسترول را در سلولهای کبد مهار و همچنین کبد را از صدمات سموم شیمیایی حفظ می‌کند.

بر اساس مطالعات انجام شده روی ۱۴۳ فرد دارای کلسترول بالاـ عصار ?برگ کنگر فرنگی بطور معنی‌داری میزان کلسترول خون افراد را بهبود بخشید. کلسترل کل به میزان ۱۸/۵٪ در گروه دارو در مقایسه با ۸/۶٪ گروه داروئی کاهش یافت.

(LDL) به میزان ۲۳٪ در مقایسه با ۶٪ و نسبت LDL/HDL برابر با ۲۰٪ در مقایسه با ۷٪ در گروه داروئی بود (واحد تحقیق و توسع ?باریج اسانس).

میزان مصرف: طبق نظر کمیسیون E آلمان میزان ۶ گرم گیاه خشک یا مشابه آن (مجموعاً سه بار در روز) جهت درمان بد هضمی غذا قابل مصرف می‌باشد.

سینارین موجود در آن به عنوان محرک کبد و مثانه و کاهش غلظت کلسترول به بیماران تجویز می‌شود.

فرآورده‌های داروئی این گیاه به نام قطر ?خوارکی سینابایل که برای درمان سوء هاضمه و کپسول‌های داروئی ساخته شده و از این گیاه برای درمان کاهش چربی استفاده می‌گردد (فصلنام ?گیاهان داروئی).

سیر (Allium Sativum)

سیر حداقل از ۵۰۰۰ سال قبل گیاه با ارزشی شمرده می‌شود. اثر شناخته شده‌ای در کاهش میزان کلسترول خون دارد حتی علم پزشکی هم این نکته را پذیرفته است که سیر احتمال خطر حمله‌های قلبی را در بیماران قلبی کاهش می‌دهد.

سیر در طب سنتی، در درمان طیف وسیعی از بیماری‌ها مصرف می‌شود. ترکیب بودار آلیین یکی از مهمترین ترکیبات موجود در سیر است. هنگامی که سیر بریده یا له می‌شود آنزیمی به نام آلیناز (Allinase) با اثر بر آلیین آن را تبدیل به آلیسین می‌کند که عامل بوی شدید سیر است.

آلیسین از ترکیبات گوگرددار بوده که بیشتر خواص داروئی سیر به همین ترکیبات مربوط است. فرآورده‌های بدون بوی سیر قطعاً

کم اثرترند.

سیر محرک سیستم ایمنی، آنتی‌بیوتیک، خلط‌آور، محرک تعرق، کاهند ?فشار خون، ضد انعقاد، کاهند ?کلسترول خون، کاهند? قند خون، ضد هیستامین، ضد انگل می‌باشد (اثر سیر بر کاهش کلسترول خون و درمان بیماریها، دکتر عبدالله حاجی‌وندی ـ دکتر غلامرضا بابائی ـ دکتر محسن ناصری).

حبّ ?سیر در درمان عفونتها، مشکلات تنفسی، اختلالات گوارشی، عفونتهای قارچی مثل برفک و در درمان درازمدت، درمان خوبی برای بیماریهای قلبی است، باعث کاهش کلسترول اضافی خون، مانع تصلّب شرائین، موجب کاهش خطر لخته شدن خون درون رگها می‌شود، در تنظیم قند خون تأثیر بسزایی دارد (درمان بیماریها به کمک داروهای گیاهی، مهندس میرزا قاسمی).

میزان مصرف: دوز مصرفی متداول عصار ?پودر سیر روزانه ۹۰۰ میلی‌گرم است که حاوی ۳/۱٪ آلیین یعنی روزانه حدود ۱۲ میلی‌گرم آلیین می‌باشد. تنها اثر جانبی متداول سیر بوی نامطبوع آن است (فصلنام ?گیاهی داروئی، حسن فلاح حسینی).

داروهای ساخته شده از سیر

گارلیک (قطر ?خوراکی)، گارسین (قرص روکش‌دار)، گارلت (قرص روکش‌دار)، گارلی‌کپ (کپسول).

دوز مصرفی: سه بار در روز و هر بار بعد از غذا (اینترنت: داروهای گیاهی رسمی ایران).

روغن زیتون

روغن زیتون حاوی آنتی‌اکسیدان و مقادیر زیادی اسید اولئیک و دارای نقط ?ذوب بالایی است (۲۱۰ درج ?سانتیگراد).

مصرف روغن زیتون باعث کم شدن کلسترول بد خون گشته و روزانه ۸ دانه زیتون می‌تواند ۱۶٪ کلسترول بد خون را کاهش دهد (پژوهشگر تغذیه، خانم پروین میرمیران).

ویژگی خاص روغن زیتون در ترکیب اسیدهای چرب و نیز دارا بودن سایر مواد و ترکیباتی که خاصیت آنتی‌اکسیدانی دارند، است. در روغن زیتون مقدار اسید اولئیک ۵۵ الی ۸۳ درصد و مقدار اسیدهای چرب اشباع شده حدود ۸ الی ۱۴ درصد و بالاخره مقدار اسیدهای چرب با بیش از یک باند دوگانه حدود ۲۰-۱۵ درصد می‌باشد. ضمناً ترکیباتی چون ویتامین E ، ویتامین K و پلی‌فنولها با خواص آنتی‌اکسیدانی قوی مکانیسم دفاعی بدن را در مقابل اثرات التهابی آترواسکلروزیس و مواد سرطان‌زا تقویت می‌کند.

اسید اولئیک ضمن کنترل سریع (LDL) میزان (HDL) را افزایش می‌دهد. مکانیسم عمل به این ترتیب است که اسید اولئیک گیرنده‌های (LDL) سلول را فعال کرده و ورود آنها را به درون سلول تسهیل نموده و ثانیاً با افزایش مقدار (HDL) کلسترول اضافی را به درون کبد منتقل و بعد از استریفیه کردن از طریق صفرا به خارج منتقل می‌شود.

روغن زیتون باعث جذب بیشتر کلسیم و معدنی شدن استخوانها می‌شود که این پدیده برای افراد در سنین رشد و نیز افراد سالخورده بسیار مهم است.

سویا (Glycine max L)

سویا به عنوان یک ماد ?غذایی سرشار از پروتئین در آسیا و به عنوان گوشت بدون کلسترول در غذای سنتی آمریکائیان مصرف می‌شود.

در طب سنتی سویا جهت کاهش کلسترول خون استفاده شده و همچنین به عنوان ضد سرطان و در درمان پوکی استخوان کاربرد دارد. سویا به ۳ دلیل باعث کاهش کلسترول خون می‌گردد.

۱- فاقد کلسترول است.

۲- حاوی پروتئین است که پروتئین کلسترول خون را کاهش می‌دهد.

۳- اکثر چربیهای موجود در سویا از نوع چربیهای غیر اشباع هستند.

مصارف درمانی: چندین بررسی نشان داده است که سویا می‌تواند (LDL) خون را تا ۱۰٪ کاهش دهد. مصرف روزان ?۴۷ گرم سویا حدود ۹٪ کلسترول خون و ۱۳٪ (LDL) را کاهش می‌دهد و اثر سویا بر روی (HDL) کمتر است (فصلنام ?گیاهان داروئی). ترکیباتی همچون ایزوفلاوون‌های موجود در سویا به عنوان عامل اصلی در کاهش کلسترول خون نقش دارند.

تداخل داروئی: سویا ممکن است اثر داروهای تیروئیدی را کاهش دهد و ایزوفلاوون‌های سویا مستقیماً از عمل غد ?تیروئید ممانعت نماید که این حالت ممکن است فقط در افراد دارای کمبود ید معنی‌دار باشد (طرح تحقیقاتی، قاسم دهکردی، ۱۳۷۶).

در نهایت توصیه می‌شود که افراد دارای مشکلات تیروئیدی از مصرف مقدار زیاد سویا خودداری نمایند و همچنین سویا ممکن است جذب روی، آهن و کلسیم را نیز کاهش دهد و برای جبران این حالت دو ساعت بعد از مصرف سویا مواد دارای این ترکیبات استفاده شود.

سویا باعث کاهش میزان هورمون تستوسترون در مردان می‌شود و برخی مطالعات نشان دهند ?وجود خاصیت استروژنی در ایزوفلاوون‌های سویا است به همین دلیل استفاد ?زنان باردار از سویا ممکن است منجر به آسیب به جنین شود (طرح تحقیقاتی، قاسم دهکردی، ۱۳۷۶).

خار مریم (Silybum Marianum L)

عصار ?بذر گیاه داروئی خار مریم به سیلی مارین معروف است. سیلی مارین داروی گیاهی با خواص محافظت کبدی دارای ترکیبات متعددی از جمله فلاوونوییدها با خواص آنتی‌اکسیدانی، تثبیت غشای سلولی و افزایش گلوتاتیون خون می‌باشد که تأثیرات مثبت آن در بهبود بیماری‌های متعدد از جمله افزایش چربی خون در مطالعات آزمایشگاهی گزارش شده است (تحقیقات بالینی باریج اسانس، دکتر حسین پناهی).

نتایج تحقیقات بالینی حاکی از آن است که سیلی مارین‌ها می‌توانند به عنوان یک کاهش دهنده کلسترول خون در بیماران هایپرکلسترولمی مطرح شوند. در ۱۵ بیمار دارای کلسترول خون بالاـ مصرف سیلی مارین با دوز ۴۲۰ میلی‌گرم یک بار در روز موجب کاهش غلظت کلسترول در صفرا در مقایسه با گروه کنترل شده که نشان دهند ?کاهش سنتز کلسترول در کبد است.

در مطالعه بالینی که روی ۱۴ بیمار دارای کلسترول خون بالا از نوع دوم صورت گرفت، سیلی مارین با دوز ۴۲۰ میلی‌گرم موجب کاهش میزان کلسترول تام و افزایش میزان (HDL) خون بیمار شد. مطالعه‌ای که در بیمارستان شریعتی تهران انجام گرفته تجویز داروی گیاهی سیلی مارین به بیماران دیابتی مبتلا به چربی خون بالا موجب کاهش کلسترول تام، (LDL) و تری گلیسرید خون گردید (فصلنام ?گیاهان داروئی، شماره ۱۱).

شنبلیله (Trigonella Foenum – Graceum)

شنبلیله در طب سنتی در بیماریهایی مانند دیابت، کلسترول بالا، یبوست، برونشیت، سوء هاضمه و مشکلات کلیوی تجویز می گردد. مطالعات انجام شده بر روی حیوانات آزمایشگاهی و بررسی‌های بالینی نشان می‌دهد که این گیاه میزان قند خون را در افراد دیابتی کاهش داده و سطح کلسترول را نیز پایین می‌آورد. مشابه سایر مواد غذایی دارای فیبر زیاد، ممکن است جهت یبوست نیز مفید باشد.

میزان مصرف: دوز مصرفی متداول ۵ تا ۳۰ گرم پودر بذر گیاه یا روغن گرفته شده از آن سه بار در روز همراه با غذا می‌باشد.

تنها اثر جانبی این گیاه ایجاد اختلالات گوارشی خفیف در صورت مصرف زیاد آن است. عصار ?حاصل از بذر شنبلیله ایجاد اثر تحریکی روی رحم خوکچه‌های هندی نموده است به همین دلیل زنان باردار بهتر است از مصرف آن پرهیز نموده و در صورت تمایل باید مقدار ۵ گرم در روز و تحت نظر پزشک این دارو را مصرف نمایند.

تداخل داروئی: بذر شنبلیله به علت خاصیت کاهش قند خون، اثر انسولین یا اثر سایر داروهای کاهش دهند ?قند خون را کاهش می‌دهد (فصلنام ?گیاهان داروئی).

عرقیات گیاهی

۱– عرق آویشن

دارای طبع گرم و خشک می‌باشد.

ـ کاهش کلسترول: روزانه ۳ الی ۴ فنجان از عرق آویشن به منظور کاهش کلسترول خون، درمان سیاه‌سرفه، رفع دل‌درد و سوء هاضمه مفید می‌باشد.

ترکیبات آویشن: اسانس حاوی تیمول، الکل، لینانول، ژرانول، اسید اولئانولیک می‌باشد.

۲– عرق بابا آدم

بیشتر از ریش ?آن استفاده می‌کنند. هنگامی که یکساله است و قبل از آنکه گل بدهد جمع‌آوری می‌کنند که دارای طبع گرم و خشک است و تأثیر خوبی روی درمان فشار خون، دیابت و کلسترول خون دارد. هر صبح و عصر به صورت ناشتا مصرف می‌شود.

۳– عرق زرشک

باعث کاهش کلسترول خون، کاهش فشار خون شده و طبعی سرد و خشک دارد، عرق زرشک از میو ?زرشک تهیه می‌گردد.

۴– عرق زیره

عرق زیره دارای طبعی گرم است، مصرف مجاز آن یک فنجان در نصف لیوان بعد از غذا می‌باشد. درمان به جهت کاهش کلسترول و چربی خون، می‌توان از آب مقطر زیره به جای چای روزانه استفاده نمود. در درمان و تقویت اعصاب و تقویت شنوایی و کلیه نیز استفاده می‌شود.

۵– عرق سیر

عرق سیر دارای طبعی گرم و خشک است. مهمترین خواص آن پایین آورند ?فشار خون، قند خون، چربی خون، تقویت کار گلبولهای قرمز، تنظیم کنند ?مقدار کلسترول و ضدعفونی کنندگی می‌باشد. خوردن مداوم عرق سیر به علت داشتن منگنز موهای سفید را سیاه می‌کند.

۶– عرق شوید

عرق شوید دارای طبعی گرم و خشک است. مهمترین خواص داروئی آن در پایین آوردن چربی خون و فشارخون، برطرف کنند? آرتروز، ضد اسید اوریک، مقوی معده، مدر و بادشکن می‌باشد.

۷– عرق گاو زبان

دارای طبعی گرم و خشک می‌باشد. خوردن ۲ فنجان عرق گاو زبان باعث کاهش کلسترول خون می‌گردد.

ترکیبات: موسیلاژ، ماد ?تلخ رزین، مواد معطر، تانن‌ها.

۸– عرق ریحان

به منظور تقویت قلب، کاهش فشار خون، کم خونی و کاهش کلسترول خون و تقویت قوای چشایی روزانه نیم استکان صبح و نیم استکان عصر عرق ریحان میل نمایید.

منابع

۱– امید بیگی رضا، تولید و فرآوری گیاهان داروئی، جلد سوم.

۲– علی زرگری، گیاهان داروئی، انتشارات دانشگاه تهران.

۳- حسن فلاح حسینی ـ حسین فخرزاده، فصلنام ?گیاهان داروئی، گیاهان داروئی مؤثر بر چربی خون.

۴- دکتر طوبی کاظمی ـ دکتر حسین پناهی، تحقیقات بالینی باریج اسانس.

۵- دکتر علیرضا آثاررخ، پایان‌نامه، ۶۹۰۲ کلسترول خون.

۶- ترکیبات شیمیایی چربیها و پالایش روغن ...

۷- کیومرث زارع، پایان‌نام ?دکترای داروسازی.

۸- مهندس میرزا قاسمی، درمان بیماریها به کمک داروهای گیاهی.

۹- فصلنام ?گیاهان داروئی، بررسی تغییرات درصد و اجزای روغن فرار در مراحل مختلف رشد گیاه شوید.

۱۰- دکتر سید محمود میرحسینی ـ دکتر محمود رفیعیان، بررسی تأثیر داروی آنتوم و قطر ?دیل‌سان بر روی کلسترول و لیپوپروتئین‌های خون.

۱۱- دکتر عباس حاجی‌وندی ـ دکتر غلامرضا بابائی ـ دکتر محسن ناصری ـ انوشیروان کاظم‌نژاد، درمان بیماریهای عروقی و اثر سیر بر کاهش کلسترول خون، دانشکده پزشکی دانشگاه تربیت مدرس.

۱۲- قاسم دهکردی، طرح تحقیقاتی، ۱۳۷۶.

۱۳- سایت اینترنتی داروهای گیاهی ایران.

منبع: سایت طوبی

تاجریزی

دیسقوریدوس گوید :انواع بسیاری دارد که از این قرار است .

۱ ـ کاشتنی که بسیار بزرگ نمی شود .

۲ ـ نوع دوم را تعفین گویند .

۳ ـ نوع سوم خواب آور است و اکثراً در سنگلاخها نمو می کند .

۴ ـ نوع چهارم را مجنن گویند که در طبرستان کوبریل نامیده شده است .

۵ ـ نوع پنجم را بعضی از مردم وریطموس می گویند .

هر آن نوعی که برگ سبز و میوه زرد می دهد بهتر است .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت : تاجریزی کاشتنی تخمش قبوضیت دارد و خواب آور است .

ورم و جوش : در علاج انواع ورم های گرم ، ورم بر رویه باشد یا ناپدید ، بسیار مفید است .

در علاج ورم های گرم درونی و ناپیدا آبش را می خورند و در علاج باد سرخ و مورچگی آب آن را با سفیداب و روغن گل ضماد می گذارند .

پرزه های ریشه اش بسیار خشکاننده است و برگش نیز که با گیاه کوشاد باشد در خشکانیدن و شفا بخشیدن باد سرخ و مورچگی مفید است .

سر :اگر بیش از دوازده دانه (حبه)از دانه های آن نوع که تخدیر کننده است بخورند سبب دیوانگی می شود .

اگر به وزن یک مثقال از الیاف ریشه اش را با آب انگور کهنه خورند می خواباند .

اگر تاجریزی را بخوبی خرد کنند و بکوبند و بر پیشانی ببندند سر درد از بین می رود .ضماد کوبیده تاجریزی ورم بیخ گوش و ورم

پرده مغز را درمان می کند .

آب آن را در گوش بچکانند درد گوش آرام می یابد .

اگر پوست بیخ نوع سومی را در آب انگور کهنه بپزند و در دهان نگه دارند درد دندان تسکین می یابد .

چشم :آب تاجریزی علاج غرب (جوش در چشم) است .

افشره انواع تاجریزی حتی نوع خواب آورش چشم روشنی است و دید را نیرو می بخشد .

اگر میله های دارویی در چشم کشیدنی را به جای آب و سفیده تخم مرغ با آب تاجریزی درست کنند در بیماری چشم مفید است .

اندام های غذا : تخم مرغ مخدر از تاجریزی بول را ریزش می دهد .

کلیه و مثانه را می پالاید ، همه انواع تاجریزی را اگر بردارند خونریزی حیض را قطع می کند ، سردی می بخشد و خواب های جنسی را باز می دارد .

زهرها : یک نوع از انواع تاجریزی که نه کاکنج است و نه کاشتنی و نه مخدر اگر چهار مثقال از آن را بخورند می میرند و کمتر از آن دیوانگی می آورد و از فواید تاجریزی نصیبی ندارد مگر در ضماد شدن

ترب

دارویی ترین جزء ترب به ترتیب اولویت ، تخم ، پوست ، برگ و مغز آن

است .

روغن ترب ،هم قوت روغن کرچک و از آن گرمتر است . ترب بیابانی قوی تر است . نیرومندترین جزئش تخم آن و غذایی ترش در آب جوشیده است .

مزاج : گرم و تر است .

خاصیت : ترب بادآور و تخمش بادشکن است . ترب و به ویژه تخمش نرمی بخش است . ترب بیابانی التهاب می آورد . ترب غذای کم و بلغمی می دهد .

آرایش : با آرد شلمک مخلوط کنند و بر سر بمالند موی مبتلا بهکم مویی و داء الحیه را باز می رویاند . ترب و عسل ضماد شود لکه های زیر چشم خونی و غیر خونی را می زداید .

تخم ترب داروی نقطه های گوناگون اندام ها و زداینده لکه های ناشی از ضربه خوردن و لکه های سیاه پوست است . ترب و کندس و سرکه را بر پوست می مالند و اگر در حمام بر پوست بمالند بهتر است ، لک وپیس سیاه را از بین می برد .ترب شپش را در بدن می افزاید .

جوش :با آرد شلمک بر جوش های شری بگذارند شفا می دهد .

زخم و قرحه :ترب و عسل ضماد شود زخم چرکی و شری را بر می کند .

تخم ترب با سرکه علاج زخم است و بیماری ویروسی را ریشه کن می کند .

مفاصل :تخم ترب درد مفاصل را دوا می کند و ضربان مفاصل را آرام می نماید .

سر : به زیان سر و دندان و دهان است . افشره اش باد گوش را می پراکند .

چشم :آب ترب را در چشم می چکانند هر چند برای چشم خوب نیست اما دیده را جلا می دهد .آب ترب لکه های زیر اشک ریز را می زداید . ابن ماسویه گوید :برگ ترب دید را تقویت می کند .

نفس کش و سینه :ترب پخته در علاج سرفه کهنه و همیشگی ، کیموس غلیظ که در سینه پیدا می شود و خناق ناشی از قارچ سمی

بسیار مفید است . ترب را با سکنجبین بپزند و با آن غرغره کنند در دفع خناق مفید ولی برای گلو زیان دارد . شیر پستان را افزایش می دهد .

اندام های غذا : برای معده بد و آروغ آور است .

تخم ترب و سرکه با هم بسیار قی آور است .

آماس طحال را فرو می نشاند .

ابن ماسویه گوید :خوردن ترب و به ویژه برگ آن بعد از طعام ، طعام را هضم می کند .

آب برگ ترب بند آمده های کبد را باز می کند و علاج یرقان است .

زهرها :ترب پادزهر نیش مار است . تخم ترب در دفع گزند سم و نیش حشرات مفید است .

قاچی از ترب را بر کژدم بگذارند می میرد .آبش را بر کژدم بپاشند فوراً کژدم را می کشد . اگر ترب خورده را کژدم بزند تأثیری ندارد .

زعفران ، طلای سرخ

مقدمه

زعفران با نام علمی کرکوس ساتیوس Crocus Sativus از خانواده زنبقیان Iridaceae می باشد. در برخی منابع، مثلا در دائره المعارف آمریکانا Americana Encyclopedia ذکر شده است که این کلمه از کریکوس Corycus که نام منطقه ای در سیلیسیا Cilicia واقع در شرق مدیترانه می باشد گرفته شده است. عده ای مبداء زعفران را ایالت قدیم ماد ایران می دانند، برخی از محققین نیز خاستگاه زعفران را در منطقه وسیعتری از کره زمین شامل یونان، ترکیه، آسیای صغیر و ایران می دانند.

ایرانیان ضمن صدور زعفران به بسیاری از نقاط جهان باستان، خواص آن را به یونانیها، رومیها، چینیها و اقوام سامی از جمله عربها معرفی کردند و شیوه زراعت آن را در سده های اول تا چهارم هجری به امم اسلامی پیرامون مدیترانه آموختند. به این ترتیب که نخستین زعفران زارها به وسیله ایرانیان تبعید شده توسط معاویه در نواحی شام دایر شدند، سپس کاشت زعفران در شمال افریقا و اندلس (اسپانیای اسلامی) وصقلیه (سیسیل) رواج یافت و اقوام ایرانی همچون رستمیان و بنوطبری در انتقال فرهنگ زعفرانکاری مؤثر بودند.

مستندات تاریخی بیانگر این واقعیت است که ایرانیان از روزگاران کهن به زر و زعفران علاقه و توجهی بلیغ داشته اند به طوری که در جشن ها و سرور ها و مجالس بزم و نشاط مانند عروسی ها و اعیاد، یا استقبال از بزرگان و زائران زر و زعفران نثار قدمها می کردند. در برپایی با شکوهتر این گونه آئین ها، ضمن آذین بندی و آینه بندان، سکه های زرین و سیمین را به همراه زعفران و گل و نقل بر سر عروس و داماد یا شخصیتهای مورد نظر، و گاهی همه حاضران در این گونه مراسم می ریختند. در برخی ازمراسم زعفران را به تنهایی، یا همراه با مشک وعنبر و عود دود می کردند و گلاب می پاشیدند.

درعصرهخامنشیان زعفران برای تزئین گرده های نان ومعطر کردن خوراکها به کار می رفته است. فردیناند یوستی ضمن شرح زندگانی داریوش نوشته است: ((شاه ایران تن خود را روغنی معطر می مالید که عبارت بود از مخلوط روغن آفتاب گردان که در پیه شیر پخته و با زعفران و شراب خرما تهیه میشد)). در دوره پارتها زعفران ایران به یونان و روم می رفت، بعدا چین هم از مشتریان زعفران ایران شد. در عصر ساسانیان کاشت زعفران در قم و بون نیز رایج گردید و مرغوبیت محصول آنها شهرت یافت. در همان روزگار زعفران در پرداخت کاغذهای گران قیمت کاربرد پیداکرد، اما پیشتر از آن محلول زعفران به عنوان مرکب تحریراستفاده می شد،وتا قرنها بعددرترکیب مرکبهای تحریر مرغوب به کار می رفته است. از انواع مرکب زعفرانی کم رنگ و پر رنگ (از زرد

کمرنگ تا قرمز خونین) برای نوشتن عنوان فرمانها و نامه های سلاطین و خلیفگان و امرا، و همچنین در تحریر عنوانها و سرفصلهای کتب و رسالات و نیز در تذهیب و تشعیر ، و در تصویر ها و نقوش حواشی و متن استفاده می شده است. افزون بر اینها در تحریر دعاهای مقدس و همچنین تعویذ ها و طلسم های خاص بر روی کاغذ و پارچه و گاهی کفن، مرکب زعفران به کار می رفته است . در منابع پهلوی زعفران با نام پارسی (کرکم) ثبت شده است. در یک ترجمه بندهش زعفران جزو اسپرغم ها یا عطرها یا گیاهان خوشبوی به حساب آمده، و در ترجمه دیگری از این کتاب، زعفران در شمار گیاهان رنگ کننده پارچه ذکر شده است. کلمه زعفران یک واژه عربی یا احتمالا معرب است که ریشه و وجه اشتقاق آن ناشناخته مانده، گو اینکه در منابع غربی برای این کلمه و کلمه کرکم مبنای سومری عنوان شده است. این نظر قابل تامل در صورتی به واقعیت نزدیک است که مبدا سومریان از نواحی زعفران خیز ایران باشد، یا بتوان آنها را همان بومیان رانده شده از ایران زمین، پس از هجوم آریاهای دامدار و شبان پیشه پنداشت.

در منابع لغت فارسی و عربی دهها کلمه به معنی زعفران ثبت شده است. اما این کلمات به ندرت در مآخذ و متون کهن فارسی به کار رفته است. مثلا کلمه کرکم در نوشته ها و سروده های فارسی در موارد بسیار اندک ذکر شده است، اما کلمه زعفران با همه خصلتها و خصوصیات و خواص نباتیش مورد توجه بسیاری از ادبا و نویسندگان و شاعران قرار گرفته است، به طوری که با جرأت می توان گفت کلمه زعفران و تعبیرات و تشبیهات مربوط به آن به اندازه ای که در منابع و متون و دواوین فارسی آمده در آثار مکتوب هیچ یک از السنه جهانی به کار نرفته است.

کشت زعفران در گذشته ای بسیار دور در غالب مناطق مرکزی ایران متداول بوده است. شهرت زعفران قم در زمان قبل از اسلام حکایت از پیشینه کشت این گیاه در ایران قدیم دارد. در قرن دهم میلادی کشت زعفران توسط اعراب (که خود اعراب نیز آن را از ایرانیان آموخته بودند) در اسپانیا متداول گردید و متعاقب آن در قرن هجدهم در ناحیه ای به نام Walden در Essexانگلستان رواج داشته و امروزه این محل به نام Saffron Walden معروف است .

به طوری که از نوشته های ادبی و پزشکی هندوستان برمی آید ، زعفران از دیر باز برای مردم آن سرزمین شناخته شده بوده است. همچنین زعفران نزد مردم مصر، یونان، کلیمیان، هندوها و مسلمانان از توجه خاصی برخوردار بوده است.

می‌گویند خوردنش آرامش‌بخش است و برای تمدد اعصاب مفید، به افزایش خنده نیز کمک می‌کند و افسردگی را می‌کاهد. زیبایی و طراوت خاصی به برنج می‌بخشد، اگرچه قیمت بالایی دارد و همچون طلا، گرمی و مثقالی سنجیده می‌شود.

زعفران که به گل سلامتی، سلطان ادویه‌ها و طلای سرخ معروف است، ارزشمندترین رستنی ایران و نشات گرفته از دامنه‌های الوند می‌باشد. کشت زعفران در ایران به سال‌های قبل از میلاد برمی‌گردد و در مناطق بسیار کم باران ایران که دارای زمستان سرد و تابستان گرم هستند گسترش دارد. درواقع منشا آن دامنه‌های کوه الوند (همدان) بوده است. نخستین زعفرانزارهای جهان در اطراف همدان و کرمانشاه دایر شده و پس از آن به نقاط مختلف ایران از جمله خراسان رسیده و تولید انبوه و مرغوب آن در قهستان و قاینات رواج یافته است.

زعفران از کلاله گل زعفران به دست می‌آید به طوری که تقریبا از هر هزار گل زعفران، حدود ۱۰گرم زعفران حاصل می‌شود. از زعفران به علت دارا بودن خواص منحصر به فرد در عطر و طعم و رنگ و خواص دارویی آن در انواع مواد غذایی مانند برنج، گوشت، شیرینی، بستنی، چای و صنایع داروسازی استفاده می‌شود.

قدیمی‌ترین اسنادی که از مصرف زعفران بر جای مانده مربوط به دوران شاهان هخامنشی است که بر روی کتیبه‌ای از آن دوران مقدار زعفران مصرفی دربار چیزی در حدود یک کیلوگرم نوشته شده است.

علاوه بر این، در کشورهای باستانی دنیا مانند یونان و ایتالیا و ... کم و بیش رواج دارد.

زعفران با نام علمی Saffron Crocus Sativies Lnriaeus از خانواده زنبقی‌ها Iridaceae، گیاهی است به ارتفاع ۱۰-

۳۰سانتیمتر، چند ساله و بدون ساقه، دارای پیاز غده‌ای و کروی شکل به قطر ۳-۵ سانتیمتر، گل‌های معطر هر بند ۱ تا ۴ عدد و دارای ۳ کاسبرگ و ۳ گلبرگ بنفش رنگ شبیه به هم و ۳ پرچم هستند. برگ‌های حقیقی زعفران ۵ تا ۱۱ عدد بوده که همزمان با گلدهی و یا کمی بعد از آن در می‌آیند که به رنگ سبز با پهنای ۱/۵ - ۳میلیمتر هستند. قسمت خوراکی و تجاری زعفران کلاله قرمز رنگ شاخه است که محصول زعفران را تشکیل می‌دهد.

زعفران کاربردهای گوناگونی دارد که مصارف عمده ی آن شامل غذایی و دارویی و شیمیایی (صنعتی)است.

مصارف غذایی

بر اساس قانون سازمان نظارت بر مواد غذایی و دارویی آمریکا (FDA) زعفران به عنوان رنگ دهنده طبیعی مجاز است و مقدار مصرف آن به عنوان عطر و طعم دهنده طبیعی محدودیتی ندارد.

در تهیه مواد خوراکی مانند سوسیس و مارگارین- کره و پنیر و صنایع لبنی - کیک و دسر و ژله و نوشابه - شکلات و نوشیدنی‌ها - سوپ و برنج و مرغ استفاده می‌شود.

مصارف درمانی

زعفران به علت دارا بودن مواد تلخ موجب سهولت هضم غذا می‌شود.تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که ترکیبات فعالی چون Crocin , Crocetin و انواع دیگری از کارتنوئیدها در زعفران وجود دارند که می‌توانند حالت توموری بافت‌ها را کاهش دهند و خاصیت ضد سرطانی دارند و نیز می‌توانند میزان چربی سرم خون را کاهش داده و از ایجاد حالت هیپولیفمیک (hypolipemic) در سرم خون جلوگیری کند، اکسیزناسیون بافت‌ها را افزایش داده و نیز می‌تواند از اختلالاتی نظیر آلزایمر و پارکینسون به طور قابل ملاحظه‌ای جلوگیری کند.

همچنین از زعفران در درمان دامنه وسیعی از اختلالات جسمی مانند زکام، نفخ، سوءهاضمه، یرقان، هپاتیت، اسپاسم و دیابت و ... و نیز به عنوان یک ماده اشتهاآور، نشاط‌آور، محرک معده و ... استفاده کرد.

مصارف صنعتی

از زعفران در صنعت برای رنگ آمیزی ابریشم و نخ ... استفاده می‌شود.برخی‌ترکیبات شیمیایی آنالیز شده از گیاه زعفران شامل موارد زیر هستند:

۱ - کربوهیدرات: قندهای احیا کننده که بیش از ۲۰درصد وزن زعفران را تشکیل می‌دهند مانند گلوکز و مزوکتوز و گلیکز و ..

۲ - مواد معدنی: شامل $K_2O, NA_2O-P_2O_2-CL_2$

۳ - ویتامین‌ها: مانند ویتامین B_1 و ریبوفلاوین B_2

۴ - چربی: مانند استگیما استرول، کاپتااسترول

۵ - رنگدانه‌ها: شامل کارتنوئیدهای محلول در چربی مانند لیکوین a- کاروتن و b- کاروتن و کارتنوئیدهای محلول در آب مانند کروسین و آنتوسیانین است. کروسین crocin عامل اصلی رنگ زرد زعفران است با فرمول $C_{44} H_{64} O_{24}$ و درصد این ماده در هنگام گل دادن بین ۹/۱ تا ۱۵درصد متغیر است.

۶ - گلیکورند picro crocin: گلیکورند فاقد رنگ است که طعم تلخ زعفران را باعث می‌شود با فرمول $C_{16} H_{26} O_7$ و نقطه ذوب ۱۵۶ درجه سانتیگراد که در زعفران تازه حدود ۴درصد گلیکورند وجود دارد.

۷ - روغن‌های فرار: عامل عطر و آروما در زعفران سافرانال است که عمده ترین ترکیب موجود در روغن‌های فرار است.

گیاهشناسی

زعفران با نام علمی (.Crocus Sativus L) از خانواده زنبقیان (Iridaceae) گیاهی علفی، چند ساله، بدون ساقه و پیازدار

است. پیاز زعفران از نوع توپر و تقریبا کروی شکل با قطر ۳ تا ۵ سانتی متر و پوششی قهوه ای رنگ می باشد که در زیر خاک قرار می گیرد. هر پیاز ۶تا ۹ برگ باریک، نظیر برگ علفهای چمنی تولید می نماید. ریشه های زعفران ازنوع افشان هستند که از قاعده پیازها و از روی دایره محیطی آن می رویند. گل زعفران اولین اندامی است که در اوایل پاییز ظاهر می شود. در سال اول کشت، به علت ضعف پیازها و عدم استقرار کامل آنها در خاک و کشت عمقی، جوانه های گل توان کافی برای رویش ندارند و حتی برگها در سال اول دیرتر از معمول ظاهر می شوند. پوشش گل از سه کاسبرگ و سه گلبرگ همرنگ بنفش تشکیل می شود، به طوریکه تشخیص کاسبرگها از گلبرگها مشکل می باشد. تعداد پرچمها سه و طول میله پرچم دو برابر بساک است. بساک زعفران زرد رنگ می باشد. مادگی در مرکز گل قرار گرفته و دارای یک تخمدان است و از قسمت تخمدان خامه باریکی خارج می گردد. خامه طویل و کشیده بوده به رنگ زردکمرنگ است که به یک کلاله شفاف قرمز نارنجی سه شاخه ای به طول۳-۲ سانتی متر ختم می شود. سه کلاله همراه با خامه پس از خشک کردن، زعفران تجارتی را تشکیل می دهند.

زعفران گیاهی است که از لحاظ مورفولوژیکی تقسیم میشود به مشخصات ریخت شناسی برگ، کلاله، خامه، گلبرگ، کاسبرگ، پیاز(سوخ)، چمچه مشخصات برگ:برگ زعفران معمولاـ از ?? سانتی متر تا ?? سانتی متر می‌باشد، برگ‌های نوک تیز داردکه روی برگ آن تیره تر است ودرارقام مختلف متفاوت می‌باشد.زیر برگ آن روشن است ودر گونه‌های مختلف زعفران فرق می کند.ضخامت برگ ممکن کم تا زیاد باشد وارقام مختلف زعفران مانند خزری، زاگرسی، سفید، بنفش، زیبا وجوقاسم متفاوت است. کلاله:رنگ کلاله که به میزان کارتنویید ولیکوپن موجود درآن بستگی دارد متفاوت است.از قرمزررنگ تا نارنجی کمرنگ دیده شده‌است.کلاه سه شاخه‌است ونسبت به خامه که تعداد ان نیز سه عدد می‌باشد متفاوت است.ممکن است بلندتر، کوتاهتر، وبرابر با آن باشدوهمچنین طول آن نسبت به گلبرگ‌ها نیز متفاوت است. ودیده شده‌است که در ارقام مختلف در ایران بلندتر، کوتاهتر وتااندازه‌ای برابر وجود دارد. در انتهای کلاله لبه آن حالت چین خورده دارد که در برخی ارقام زعفران بسیار بیشتر دیده میشود.وعرض دهانه آن نیز بستگی به گونه آنهن تا نازک وجود دارد.ورنگ لبه انتهایی کلاله دارای رگه سفیدی می‌باشد که کم تا زیاد وجود دارد. خامه:دارای رنگ زرد می‌باشد که در برخی ارقام مانند زعفران خزری بسیار زرد آن پررنگ می‌باشد ودر رقمی مانند زعفران زاگرسی زرد کمرنگ تری دارد و به نسبت کارتنویید آن متفاوت خواهد بود. سوخ: شکل عمومی سوخ می‌تواند بیضوی پخ، لوزی، تخم مرغیریا، دایره‌ای، وبیضوی پهن باشد.ویکی از صفات مورد بررسی آن پهنای گردن آن می‌باشد که ممکن است خیلی باریک، باریک، وتا بسیارپهن دیده شود.شکل قاعدهپیاز زعفران ممکن است گرد ویا تو رفته باشد.از لحاظ ضخامت قطر آن در ابتدا وانتهای ووسط سوخ دیده شده‌است که شکل سوخ را متفاوت کرده.وازصفات بسیار مهمی می‌باشد از لحاظ استفاده بازار. در پیاز زعفران حالت چندقلویی نیز وجو دارد چنانچه در تمام گیاهان دارویی که دارای پیاز هستند وجود دارد وممکن هم هست که وجو نداشته باشد ودرصد نبود ان بیشتر است. پیاز زعفران دارای الیاف قهوه‌ای می‌باشد که در برخی گونه‌ها بسیار فشرده می‌باشد ودر برخی گونه کم پشت تر است ورنگ سفید پیاز به وضوح دیده می‌شود. گلبرگ/کاسبرگ:هرکدام به تعداد ? تا می‌باشد و ضخامت آنها کم تا زیاد وجود دارد. چمچه:اولین اندامی است از زعفران که به محظ جوانه زدن در سطح خاک دیده میشود. چمچه‌ها در برخی لرقام بسیار بلند هستند و در ارقام پابلند زعفران دیده شده ودرارقام پاکوتاه زعفران بصورت بسیار کوتاه نیز وجودارد و بیشتر ارقام متوسط ان وجو دارد.

ترکیبات شیمیایی

رنگ زعفران مربوط به ماده‌ای به نام کروسین است که در آن وجود دارد. پیاز زعفران سمی است و مصرف بیش از حد آن برای حیوانات کشنده است.

اندامهای مختلف گیاه زعفران

تکثیر زعفران از طریق ایجاد پیازچه های جدید که از پیاز مادر تولیـد می شود صورت می گیرد. پیاز زعفران در ماههای تابستان به صورت غیرفعال و راکـد در زمین باقی می مانـد و رشـد دوباره خود را در حـدود پایان تابسـتان شـروع می نماید. بر طبق گزارشات موجود چندین واریته شناخته شده در کشورهای مختلف کشت می گردد.

تقسیم بندی انواع زعفران

در ایران معمولاً زعفران تولیـدی به چند شـکل تقسـیم بندی می شود. یکی از اصـطلاحاتی که از دیرباز در این زمینه مورد اسـتفاده قرار می گرفته زعفران دخترپیـچ است. این نوع زعفران شامـل قسـمت کلالـه و خـامه، (قسـمت سـرخ و قسـمت سـفید یـا زردرنگ زعفران) می باشـد که در فارسـی به آن زعفران دسـته‌ای نیز گفته می‌شـود، و در خـارج از کشـور آن را به عنوان زعفران Bunch (دسته ای) یا Red & White(سـرخ و سفید) می شناسند. در واقع قسمت قرمز دراین نوع زعفران بایدبین ۷۵-۷۰٪ باشد و قسمت ریشه یا کنج آن حدود ۳۰-۲۵٪ است.

از نامهـای جدیـدتری کـه بعـداً مرسوم شـد، زعفران سـرگل یـا بـه اصـطلاح عامیـانه زعفران سرقلم بـود کـه از زعفران دسته ای تولیدگردید، بدین نحو که قسـمتهای زرد آن رابا قیچی کردن وسـپس با اسـتفاده از روش الکتریسیته ساکن جدا نمودند و زعفرانی تمیزتر و کاملاً قرمز به دست آوردنـد که در زبان انگلیسـی به آن All-Red (کاملا سـرخ) گویند و مشابه زعفرانی است که کوپه Coupé (قطع شده یا بریده)خوانده می شود. بعدها زعفرانهایی را که برای تهیه آنها مستقیماً قسـمت قرمز(تنها شامل مقدار بسیار کمی از زردی) را از گل جـدا می‌کنند پوشالی نامیدند، شاید به این دلیل که این نوع یک حالت حجیم و پوشال مانند پیدا می‌کند، که البته پایگـاه معتقـداست این اسم منـاسبی نیست و بایـد نـام بهـتری برای این نـوع زعفران انتخـاب شود. هر کـدام از این زعفرانها ممکن است درجه یك یا دو و مرغوب یا نامرغوب باشند و هیچیك را نمی توان به دیگری ترجیح داد. آنچه که مسلم است قدرت رنگـدهی و کیفیت زعفران دسته به مراتب پـایین تر از انواع دیگر زعفران است، همینطور از نظر روش خشـك کردن چون با تاخیر خشك می شود و در واقع بخشی از قدرت رنگدهیش را در طول فرآیند خشك کردن از دست می دهد کیفیت پایین تری دارد.

برخلاـف نتایـج بررسـیهای علمی و آنالیزهـای انجـام شـده برخی تصور می کننـد زعفران دسـته‌ای و حتی ریشه یا کنـج دارای عطر بیشتری است. این کاملاً اشـتباه است، زیرا منشا مواد موثره زعفران (کروسین، پیکرو کروسین و سافرانال، مخصوصاً کروسین موجود در قسمت زردی(کنج) زعفران، کلاله آن است و مواد مذکور در اثر حرکت در بافت گیاهی از کلاله به آنجا انتقال پیدا کرده اند، خود زردی(کنج) نه تنها دارای مقدار قابل توجهی از آنها نیست(در مقایسه باکلاله) بلکه کروسین موجود در آن صفر است. از نظر عطر نیز تنها به این علت که به سبب نوع بافت گیاهیش امکان جذب رطوبت بیشتری از کلاله دارد، معطرتر به‌نظر می‌رسد.

وقتی زعفران سـرگل را از زعفران دسـته‌ای جدا می‌کنیم، قسمت ریشه یا سفید که در فارسی به آن کنج یا سفید زعفران و در اروپا به آن white (سفید) یا style (خـامه)گفته می‌شـود،جـدا می‌شود و در واقع نمی توانیم آن را زعفران تلقی کنیم. این مـاده کنج زعفران نامیده می شود و تعریف زعفرن را شامل آن نمی‌دانیم.

از تقسیم بندیهای دیگری که وجود دارد تقسیم بندی است که توسط بعضـی از شـرکتها مورد استفاده قرار گرفته و در آن زعفران برمبنـای کیفیت به درجه هایی تحت عناوین ۱و ۲و۳ یا ۱و۲و۳و۴ و همینطور حروف انگلیسـی مثل A،B و C درجه بندی شده اند. اینها اسـتانداردهای کارخانه‌ای هستند، و امیدواریم در آینده پایگاه زعفران بتواند با کمک موسسات ذیربط مثل مؤسسه استاندارد و اتحادیه صادرکنندگان و سایر بخشها یک نامگذاری واحد را برای زعفران ایران رایج نماید.

خواص داروئی

زعفران از نظر طب قـدیم ایران گرم و خشك است. مهمترین خاصـیت زعفران که از قدیم‌الایام از آن اسـتفاده می‌شده است درمان افسردگی می‌باشد. این خاصیت مهم حتی در شعر شاعران نیز انعکاس یافته است. شاهد آن شعر خاقانی است که می گوید:

گر کسی را زعفران شاید فزاید گو فزای چون تو با غم خو گرفتی زعفران کس مخور

خوردن چای زعفران باعث هضم غذا می‌شود.

اثر مسکن درد دارد.

قاعده‌آور است.

باعث تحریک اعصاب می‌شود.

زعفران خون ساز است و گردش خون را آسان می‌سازد.

مصرف زعفران خونریزیهای بعد از زایمان را از بین می‌برد.

قوای جنسی را تقویت می کند.

کبد را تصفیه و قوی می‌سازد.

سرفه را رفع و اثر مفید روی درمان برونشیت دارد.

کلیه و مثانه را پاک می کند.

آرام بخش و خواب‌آور است.

زعفران ضد تشنج است.

گاز معده را برطرف می کند.

ادرار آور است.

اگر می‌خواهید همیشه شاد و خندان باشید زعفران بخورید.

مضرات

چون زعفران بر روی سیستم تولید مثل اثر دارد بنابراین زنان حامله باید در خوردن آن احتیاط کنند؛ چرا که ممکن است باعث سقط جنین شود خوردن زیاد زعفران برای کلیه‌ها مضر است اشتها را کم و ایجاد سردرد می کند و باعث اختلال حواس می‌شود

زعفران را باید در شیشه‌های دربسته و دور از نور نگهداری کرد زیرا عطر و رنگ خود را در اثر نور از دست می‌دهد

مصرف سه گرم زعفران در ماه برای هر فرد مناسب است و استفاده بیش از پنج گرم زعفران در یک وعده غذایی عوارضی همچون سرگیجه، کاهش تعداد ضربان قلب و احساس تهوع در پی دارد؛ همچنین، این میزان زعفران در دوران بارداری احتمال سقط جنین را افزایش می دهد .

مصرف زعفران به مقدار زیاد سمی است و باعث استفراغ ، خون ریزی رحم ، اسهال خونی ، خون روی از بینی ، پلک ها و لب ها ، سرگیجه ، بی حالی ، زردی پوست وتحریکات شدید ماهیچه های صاف و حتی گاهی مرگ نیز می شود .

با آزمایشاتی که به عمل آمده ، مصرف حداکثر تا ۵/۱ گرم در روز برای یک فرد بالغ بلامانع است ولی باید سعی کرد که برای جلوگیری از عوارض و مشکلات بعدی ، کم تر از این مقدار مصرف شود و از زیاده روی در مصرف آن خودداری ورزید .

زعفران و هنر

از میان هنرهای بسیاری که نزد ایرانیان یافت میشود، در حال حاضر حداقل به دو هنر بسار قدیمی می توان اشاره کرد که در آنها از زعفران استفاده شده است. این دو عبارتند از تذهیب و فرشبافی (در اینجا ذکر دو نکته لازم است، اول اینکه منظور نگارنده از این کلمات هنرهایی هستند که منشا ایرانی دارند، در غیر اینصورت هنرهایی مانند نقاشی و خوشنویسی از شناخته شده ترین هنرهایی هستند که می توان در آنها از زعفران استفاده کرد، نکته دوم این که احتمالا از این ماده در هنرهای دیگری نیز استفاده شده است که اثبات صحت و سقم این موضوع نیاز به بررسی دارد.)

در فرشـهای ابریشـمین که با رنگهای طبیعی توسط اسـتادان بزرگ ایران از قرون مختلف بافته شده، به اقصی نقاط دنیا رفته وشهرت جهانی دارنـد، از زعفران به عنوان یک رنگ طبیعی و با ثبات اسـتفاده گردیده، همینطور در کتب خطی در خوشنویسیهای مختلفی که استادان این هنر انجام داده اند از زعفران به عنوان یک مرکب یا جوهر ارزشمند و بادوام استفاده شده وبرخی از سلاطین به دلیل اعتقادی که به یمن زعفران داشـتند دسـتور می داده اند که فرامین، احکام و سایر موارد مهم با زعفران نوشته شوند، کما این که این بـاور در ذهن بسـیاری از مردم عـادی نیز ریشه دوانیـده است، مثلادرنوشـتن بعضـی از ادعیه مورد اعتقـاد مردم بر پوسـتهای مختلف وپـارچه هـا از زعفران اسـتفاده می شـده است. علاوه بر این در سالهای اخیر هم از این ماده ارزشـمند در نقاشـی، مجسـمه سازی و هنرهای دیگر بهره گرفته شده است.

نگهداری:

زعفران بایـد دور از نور ورطوبت بوده وبهـتر است که درظروف شیشـهای یـا فلزی دربسـته نگهـداری شود.بـاتوجه به اینکه اسـانس زعفران قابل تبخیر شدن است ،درصورت نگهداری در محیط باز ،از اثرات داروئی و مرغوبیت آن کاسته می شود.

تجارت زعفران:

براساس آمارهای سازمان خواروبار جهانی (فائو)، میزان تولیـد زعفران در جهان حـدود ۲۱۰ تن است که ایران با تولیـد سالیانه ۱۸۴ تن ، حدود ۸۱ درصد زعفران جهان را به خود اختصاص داده است واسپانیا با ۱۲ درصد تولید جهانی پس از ایران در رتبه دوم قرار دارد.

متاسـفانه برداشت های سنتی وغیر علمی زعفران،نبود سیستم بسته بندی مناسب وبازاریابی کم ازطرف ایران و وجود صنعت پیشرفته بسـته بندی ،تبلیغات گسترده برای فروش وبازاریابی از طرف اسپانیا باعث شده است که اسپانیا زعفران ایران را با قیمت ارزان جمع آوری وبه نـام شـرکت هـای تجـارتی خود در دنیـا عرضه نموده و عنوان نخصت صادر کننـده زعفران در جهان رابه خود اختصاص نمایـد .

تقلب در فروش زعفران

چون زعفران بسیار گران قیمت می‌باشد، از قدیم سوداگران حقه باز در آن دستکاری می‌کردند و مجازات تقلب در زعفران گاهی حکم اعـدام داشـته‌است. مهم ترین تقلبی که به عنـوان زعفران صورت می‌گیرد گـل رنـگ می‌باشـد که شباهتی به زعفران دارد و می‌توانـد ایجـاد رنگ زرد کنـد.گاهی برای اضافه شـدن وزن به آن روغن یا آب نبات و عسل اسپری می‌کننـد. بهترین نوع زعفران زعفرانی است که به آن دختر پیـچ می‌گوینـد یعنی صـد درصـد طبیعی است و سـر ریشه دست نخورده‌است مانند رشـته‌ای نخ قرمز است که پایین آن سفید و نیمه بالای آن قرمز است.

شناسایی زعفران تقلبی:

تارهای زعفران را بین کاغذ کاهی قرار داده کمی فشار می دهیم اگر لکه چربی باقی گذاشت زعفران تقلبی است.

اگر چند تار زعفران اصل را در بنزین بیاندازیم نباید بنزین را رنگین کند.

مزه زعفران اصل کمی تلخ ولی مطبوع و بوی آن کمی تند است.

تحقیقات جدید

به طور اصولی تغییرات آب و هوا و شـرایط جغرافیایی بر روی کمیت و کیفیت مواد مؤثر گیاهان کاملا تأثیر گـذار است و گیاهانی که در نقاط مختلف دنیا کشت و برداشت می شوند ، ممکن است دارای مواد و در نتیجه اثرات مختلف و یا ارزش های درمانی و یا مثلا سمی مختلف باشند .

یکی از مواد موجود در زعفران که مقـادیر زیـاد آن بـاعث سـمیت می شود ، ماده ای به نام Safranal است که جزو مواد اصـلی

زعفران است و بدان اشاره شد .

با تحقیقات جدیدی که اینجانب و همکاران در دانشکده ی داروسازی تهران روی زعفران انجام داده ایم ، مشخص شد که زعفران ایرانی دارای درصد کم تری از Safranal نسبت به زعفران نقاط مختلف جهان است و این مسئله یکی از بزرگ ترین مزیت ها و تفاوت های بین زعفران ایرانی و غیرایرانی است .

در حقیقت می توان گفت که سمیت زعفران ایرانی در مقادیر زیاد ، کم تر از انواع غیرایرانی که این موضوع هنوز برای مجامع علمی و استفاده کنندگان در جهان گزارش نشده و تازگی دارد .

طرز استفاده

از زعفران می‌توان به شکل‌های مختلف استفاده کرد

۱ – دم کرده زعفران یا چای زعفران ۲گرم زعفران را در یک لیتر آب جوش ریخته و به مدت نیم ساعت روی آتش بسیار ملایم بگذارید تا دم بکشد

۲ – گرد زعفران زعفران را در فر با حرارت ۲۵ درجه سانتیگراد خشک کرده و سپس آسیاب کنید و از الک خیلی ریز رد کنید تا گرد نرمی بدست آید

کشت زعفران

آب و هوای مناسب زعفران:

زعفران گیاهی است نیمه گرمسیری و در نقاطی که دارای زمستانهای ملایم و تابستان گرم و خشک باشد بخوبی می روید

مقاومت زعفران در مقابل سرما زیاد است و لیکن چون دوران رشد آن مصادف با پائیز و زمستان و اوایل بهار است طبعا در این ایم به هوای مناسب و معتدلی نیاز دارد. در دوره خواب یا استراحت گیاه (تابستان) بارندگی یا آبیاری برای آن مضر است بنابراین کشت و کار آن در مناطق گیلان و مازندران و مناطق گرم جنوب کشور معمول نیست. اراضی آفتاب گیر و بدون درخت که ضمنا در معرض بادهای سرد نیز نباشد برای رشد زعفران مناسب است. با این وجود در برخی از روستاهای بیرجند و قاین در زیر سایه بوته های زرشک و درختان بادام که در تابستان کمتر آبیاری می شوند کاشته می شود.

حداکثر دمای این گیاه بین ۴۰ تا ۳۵ درجه سانتی گراد و در ارتفاع بین ۱۳۰۰ تا ۲۳۰۰ متر از سطح دریا عملکرد خوبی را نشان داده است.

خاک مناسب پرورش زعفران:

از آنجاییکه پیاز زعفران مدت نسبتا زیادی (۷ – ۵ سال) در زمین می ماند. خاک زمین باید سبک یا ترکیبی از شن و رس باشد که پیاز بتواند در این مدت علاوه بر تامین مواد غذایی، در مقابل شرایط خاص منطقه ای نیز مقاومت نماید.

بنابراین جهت رشد و نمو مناسب گیاه و تولید محصول مرغوب و مطلوب زمین های حاصلخیز و زهکشی شده بدون درخت با خاک(لومی، لیمونی، رسی و شنی) و آهک دار که PH آن بین ۷–۸ باشد بر زمین های شور، فقیر و مرطوب، اسیدی ترجیح داد.

زعفران در زمین هائیکه دارای قلوه سنگ یا علف های هرز یا مواد آلی پوسیده نشده باشد محصول خوبی نمی دهد.

تهیه زمین:

در تهیه زمین به منظور کاشت زعفران لازم است توجه و دقت خاصی معمول شود ابتدا در فرصتهای مناسب در پائیز یا زمستان زمین مورد نظر را شخم عمیق می زنند درصورتیکه شرایط مناسب نبوده یا دسترسی به تراکتور مقدور نباشد می توان شخم را در پایان بهار یا اوایل تیرماه نیز انجام داد.

در تهیه زمین بطریق سنتی در اوایل بهار پس از قطع بارانهای بهاره زمین را با گاوآهن ایرانی شخم می زنند بعد از ۱۵ – ۱۰ روز

مجددا به شخم زمین اقدام می کنند و اگر زمین دارای کلوخ باشد گاوآهن را باز کرده و کلوخ ها را با استفاده از ماله خرد می کنند بعد از دو یا سه هفته مجددا زمین را دوبار در جهات عمود بر هم شخم می زنند قبل از شخم سوم برای هر ۱۰۰ متر مربع زمین ۱۰ – ۵ بار الاغ کود حیوانی پوسیده پخش می نمایند کشاورزان بخوبی دریافتند که شخم های مکرر صرفنظر از تهیه بستر مناسب کشت زمین را تا حدودی از وجود علف های هرز پاک می سازند.

در این طریق زمین کرت بندی شده و طول و عرض کرتها را نسبت به شیب زمین و قدرت آب تعیین می کنند. معمولاً عرض و طول کرتها در حد بین ۴*۱۰ تا ۱۰۰*۱۰ متر می باشد در زراعت مکانیزه زعفران زمین را در پاییز سال قبل از کشت با گاوآهن شخم عمیق می زنند در بهار پس از قطع بارانهای بهاری خاک را با انجام شخم متوسط ضمن سله شکنی از وجود علفهای هرز پاک می کنند در مرداد یا شهریور پس از پخش ۴۰ –۸۰ تن کود حیوانی و ۲۰۰ کیلوگرم فسفات آمونیوم زمین را بصورت فارو در میاورند و برای کشت آماده می کنند. (البته متخصصین تغذیه ای توصیه می کنند که حدود ۲۵۰ کیلوگرم سولفات پتاسیم نیز در این مرحله با خاک مخلوط گردد)

انتخاب پیاز و زمان کشت زعفران:

احداث مزارع جدید زعفران فقط بوسیله پیاز آن مقدور و معمول است. بنابراین تهیه و انتخاب پیاز مرغوب جهت کاشت در ایجاد و گسترش کشت حائز اهمیت است. پیاز زعفران را می توان از خاک درآورد به انبار یا مزرعه دیگری منتقل نمود، با توجه به دوده خواب یا استراحت پیاز که از اواخر اردیبهشت ماه تا اواخر مرداد ادامه دارد می توان در این فاصله نسبت به بیرون آوردن پیاز اقدام کرد. بهتر است پیازها پس از بیرون آوردن از زمین کاشته شوند تا پیازها ضمن ادامه استراحت در زمین جدید مستقر شوند. از بیرون آوردن پیازها در اواخر مرداد به بعد باید خودداری کرد چون در این موقع بعضی از پیازها ممکن است برای ریشه دادن و جوانه زدن آماده باشند هر قدر فاصله بیرون آوردن پیازها تا کاشت کمتر باشد بهتر است با وجود این پیاز زعفران را برای مدت چندماه در محل سرد و خشک با ارتفاع ۳۰ – ۲۰ سانتی متر می توان بصورت پخش شده نگهداری نمود ولی این امر باعث عدم توسعه فیزیولوژیکی گلها شده و باردهی سال اول کشت را شدیدا کاهش می دهد.

پیاز زعفران را از موقع خزان بوته (اوایل خرداد تا اواسط مهرماه می توان کشت نمود ولی بهتر است از کاشت پیاز در اواخر تیر و اوایل مرداد خودداری شود زیرا در این موقع هوا و زمین بسیار گرم است و بیم آن می رود که رطوبت پیاز موقع جابجای از بین رفته و به آن صدمه وارد شود. بر اساس تحقیقات انجام شده توسط مرکز پژوهشهای صنعتی خراسان بهترین زمان کشت خرداد ماه می باشد.

نوع و مقدار کشت پیاز زعفران:

بطوریکه گفته شد زعفران بوسیله غده ساقه که عبارت از پیازهای تو پر (بنه) می باشد ازدیاد می شود و اندازه آن از یک فندق تا یک گردو متفاوت است. پیازهای انتخابی باید درشت تر، سالم تر و بدون زخم و خراشیدگی و عاری از هر نوع بیماری باشد.

پیازها بهتر است قبل از کاشت با سموم قارچ کش از قبیل سرزان، سری تیزان و گرامنیون و غیره به نسبت ۵۰۰ – ۳۰۰ گرم سم برای یکصد کیلو پیاز بر علیه بیماریهای قارچی ضد عفونی شوند. در موقع کاشت بهتر است پولک یا لایه خشک کف پیاز به همراه مقداری از پوسته آزاد روی پیاز جدا شوند تا جذب آب بوسیله پیاز آسانتر و جوانه زدن آن سریعتر انجام شود. مقدار کاشت پیاز بسته به ریزی و درشتی از ۱۰ – ۳ تن در هکتار فرق می کند. فواصل کاشت معمولاً ۳۰ – ۲۵ سانتی متر از هر طرف می باشد.

تعداد پیاز انتخابی جهت کاشت در هر چاله ۳ پیاز است با وزن متوسط ۶ گرم برای هر پیاز می باشد در صورتیکه پیازها ردیفی در فارو کاشته شوند بصورت منفرد و با فاصله ۸ – ۶ سانتی متر از یکدیگر به مقدار ۳ تن و در صورتیکه بصورت سنتی و در هر چاله ۵ عدد مصرف کنند میزان کاشت پیاز به ۵ تن بالغ خواهد شد. گفتنی است که در تحقیقات انجام شده بهترین پیازها، پیازهایی با

اندازه بیشتر از ۸ گرم بود.

عملیات کاشت پیاز زعفران:

برای کاشتن پیاز زعفران ابتدا چاله های یک ردیف را با بیل در می آورند و در داخل هر چاله بطوریکه گفته شد از ۳ – ۱۵ پیاز قرار می دهند. عمق کاشت پیاز ۲۰ – ۱۵ سانتی متر در نظر گرفته و در موقع کاشت سر پیازها باید رو به بالا قرار گیرد. پیازها در عمق ۲۰ سانتی متری در زمستان از سرما و یخبندان و سایر تنش های محیطی و در تابستان از گرما زدگی مصون می مانند.

برای کاشت زعفران ۵ – ۴ نفر شرکت می کنند به این ترتیب که یک نفر با بیل چاله ها را در می آورند دو نفر پیازهای قابل کشت را بصورت دسته های ۳ تا ۵ یا ۱۵ تائی انتخاب می کنند و نفر چهارم پیازها را در داخل چاله ها قرار می دهند و بقیه نفرات کار خود را ادامه می دهند تا تمام زمین کاشته شود. سرانجام سطح مزرعه را که نا مسطح شده با بیل یا ماله ایکه صاف و فشرده می سازند تا پیازها به خاک بچسبد.

زمین کشت شده به همین صورت تا موقع آبیاری پائیزه رها می شود قبل از آبیاری در حدود ۲۰ – ۱۰ تن کود حیوانی کاملا پوسیده با بیل یا چهر شاخ در سطح زمین پخش می نمایند.

در اسانیا کاشت زعفران به صورت دیم صورت می گیرد پیازهای زعفران بجای کپه کاری در داخل ردیف ۴ بفاصله ۵ تا ۸ سانتی متر از همدیگر کاشته می شود. و ردیف های کاشت از یکدیگر ۳۵ – ۳۰ سانتی متر فاصله دارد. پس از انجام عمل کاشت روی شیارها را با ماله پوشانده و زراعت ردیفی بنظر می رسد.

آبیاری:

پس از پایان کاشت پیازهای زعفران که حداکثر تا آخر شهریورماه طول می کشد حدود ۱۵ تا ۱۰ روز بعد از کاشت اقدام به آبیاری مزرعه می نمایند. در نقاط مختلف خراسان بسته به وضعیت آب و هوایی منطقه از اواسط مهر ماه تا دهه اول آبان آبیاری زعفران شروع می شود. با توجه که گل کردن زعفران تا حدودی تابع آب اولیه می باشد لذا برای اینکه برداشت زعفران با مشکل مواجه نشود آب اول را در بین قطعات با فاصله چند روز تقسیم می کنند تا بدین وسیله دوران اوج گلدهی قطعات با یکدیگر همزمان نباشد.

آب اول زعفران خیلی مهم است و تمام نقاط زمین باید بطور کافی و یکنواخت آب بخورد تا گلهای یک قطعه با هم و هم زمان بیرون آیند بعد از گاورو شدن مزرعه برای سله شکنی از کج بیل و چهار شاخ فلزی یا گاو آهن ایرانی با عمق کم استفاده می شود متعاقب آن زمین را ماله می کشند. سله شکستن زمین باعث می شود که جوانه های گل با سهولت بیشتری از خاک بیرون آمده و رشد قوی و مطلوبی داشته باشند.

پس از آبیاری اول بفاصله ۱۵ – ۲۰ روز بعد از آن اولین گلهای زعفران ظاهر می شوند بدیهی است که مزرعه زعفران در سال اول محصول قابل توجهی نمی دهد. از اوایل فروردین تا زمانیکه رنگ برگها به زردی مایل شود هر ۱۲ – ۶ روز یکبار آبیاری انجام می شود.

باید توجه داشت که بعد از وجین یک نوبت آبیاری به تاخیر بیفتد تا علف های هرز از بین رفته و مجددا سبز نشوند. آب آخر در درشت شدن پیاز موثر است.

سله شکنی:

همان طور که اشاره شد بعد از آبیاری اول به محض گاورو شدن زمین سطح مزرعه باید سله شکنی شود بنحوی که پیازها صدمه نبینند بهترین وسیله سله شکنی کج بیل و بیل شیار دار و گاوآهن ایرانی و کولتیواتر است.

سله شکنی باعث می شود که گلها بآسانی از خاک بیرون آمده و کود حیوانی با خاک مخلوط گردد. در مواقعی که زارع نتوانسته

باشد بزمین خود کود دهد قبل از اجام آبیاری می توان کود لازم را در سطح خاک پخش نموده و با شخم سطحی با خاک مخلوط نمود و بعد از این عمل که در واقع حکم سله شکنی را دارد جهت هموار نمودن زمین و چسباندن خاک به پیازها زمین را ماله می کشند.

وجین علف های هرز: علف های هرز از طریق رقابت با گیاه زعفران از نظر آب و مواد غذایی و نور خورشید سبب کاهش محصول می شود علاوه بر این ممکن است در مراحل کاشت و برداشت زعفران مزاحمت های ایجاد و میزبان تعدادی از بیماریها و حشرات و بخصوص نماتد باشد. وجین مزرعه در هر موقع که علف های هرز رشد کردند ضروری است در مزارع زعفران اولین وجین بعد از آبیاری دوم انجام و این وجین باعث از بین رفتن علف های هرز مزرعه زعفران می گردد.

بطور معمول اولین وجین زعفران بعد از برداشت گلها و دومین آن در صورت لزوم به فاصله در حدود یک ماه قبل از آب سوم انجام می شود. در مورد مبارزه شیمیایی با علف های مزرعه باید توجه کرد که چون اثر این علف کش ها بر روی گیاه آزمایش نشده لذا باید حتی الامکان به هنگام رشد بوته های زعغران از مصرف علف کش های شیمیایی خودداری شود.

عملیات به زراعی زعفران:

با توجه به اینکه اصلاح نبات زعفران از طریق به نژادی امکان پذیر نیست لذا برای بازدهی بیشتر محصول و ارتقاء کمی و کیفی آن باید به عوامل زیر متوصل شد:

۱ – زمین اتخاب شده برای کاشت زعفران باید حاصلخیز بوده و غنی از مواد غذایی و آلی باشد.

۲ – پیازهای درشت و سالم عاری از هر گونه بیماری و آلودگی برای کشت مزرعه انتخاب شود.

۳ – ردیف کاری به جای کپه کاری نتیجه بهتری می دهد و عملیات ماشینی را در داخل مزرعه سهل و آسان می کند.

۴ – از پیازهای خشکه کن و محافظت شده در شرایط خشک و خنک و تهویه شده استفاده شود.

۵ – در هنگام استراحت تابستانی گیاه زعفران از آبیاری آن خودداری شود.

۶ – در عمق کاشت پیازها دقت شود که در مناطق سردسیر ۲۰ – ۱۵ سانتیمتر و در مناطق معتدل ۱۵ – ۱۰ سانتیمتر کمتر نباشد.

۷ – حتی الامکان در موقع خواب تابستانه با علف های هرز مبارزه شود.

۸ – چون هرساله پیازها به سطح خاک نزدیک می شوند افزودن لایه ای معادل ۲ – ۳ سانت متر از کود و خاک و خاکستر سبب حفاظت بیشتر پیازها از تنش های محیطی شده و در عین حال مواد مغذی بیشتری به گیاه می رسد.

۹ – بهنگام تهیه زمین از اضافه کردن کودهای حیوانی بهمراه کودهای شیمیایی لازم که قبلا به مقدار و زمان مصرف آن اشاره شده مایقه ای نشود.

۱۰ – پس از آبیاری سله شکنی زمین ضرورت کامل دارد تا گلها بآسانی بتوانند از خاک بیرون آیند منتهی باید دقت کرد که عمق سله شکنی طوری نباشد که به پیازهای زعفران آسیب برسد.

۱۱ – مبارزه با جوندگان بخصوص انواع موش از اهمیت زیادی برخوردار است هرگونه سهل انگاری در این خصوص باعث از بین رفتن محصول و استقرار موشها در زمین می گردد.

۱۲ – برداشت گل در ساعات اول روز (۴ – ۹ صبح) موقعی که گلها بصورت غنچه باشند باید انجام شود.

۱۳ – در خشک کردن گلها باید دقت شود تا رنگ و عطر دلپذیر زعفران محفوظ بماند.

۱۴ – بهترین روش خشک کردن زعفران روش توسینگ یا خشک کردن اسپانیایی است که بوسیله هیتر و الک نسوز انجام می شود.

۱۵ – بالاخره زعفران باید در ظروف در بسته فلزی، چوبی قلع دار یا شیشه ای در دار دور از نور و رطوبت و حرارت نگهداری

شود.

منابع :

زعفران چیست ؟ http://www.iranmania.com

تاریخچه زعفران http://www.farhangsara.com

مصارف غذایی ، دارویی و صنعتی زعفران http://www.parsiteb.com

زعفران «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

زعفران http://fa.wikipedia.org

زعفران http://www.iranmania.com

کشت زعفران http://www.sabziran.ir

زعفران را بیشتر بشناسید http://iscanews.ir

روناس ، لوله بازکن بدن

تهیه کننده : مجید مکاری

منبع : راسخون

روناس یک گیاه دائمی است که گل دهی آن از خرداد تا مرداد می باشد. بصورت بومی در کشورهای اروپایی حاشیه مدیترانه و ترکیه می روید و قبلاً بطور وسیعی در فرانسه کشت می شد و ماده رنگ طبیعی موجود آن بنام آلیزارین برای رنگ کردن شلوارهای قرمز پیاده نظام فرانسویان و نیز برای بعضی مقاصد دیگر مثل کلاههای قرمز ترکیه ای استفاده می شود. در حال حاضر این گیاه برای مقاصد پزشکی در اروپا و آسیای مرکزی کشت می شود. از زمانهای بسیار قدیم در نواحی مدیترانه ای کشت و پرورش داده می شده است. ریشه این گیاه در بهار (فروردین) و یا پاییز (مهر) از گیاهان دو ساله و یا استثنائا سه ساله برداشت می شود. آنها ابتدا تمیز شده و سپس خشک می شوند. حرارت اعمال شده بطور معمول مصنوعی و کمتر از ?? درجه سانتی گراد است. داروی حاصله دارای بوی مشخص و دارای مزه قدری تلخ و قابض می باشد. دارای مشتقات انتراکینونی که پیگمانهای محلول در آب هستند. یکی از مهمترین عواملی درمانی موجود آن روبریتیک اسید می باشد.خاصیت جلوگیری از تشکیل سنگ در کلیه و مجاری ادراری و ادرار آور است و نیز دارای اثر ضدعفونی کنندگی و مسکن می باشد. دارو بصورت پودر مصرفی داخلی داشته بفرم جوشانده در تهیه چای علفی مخلوط و بصورت ترکیبی ویژه دردرمان سنگ های کلیه و مثانه کاربرد دارد. ثابت شده است که نقش فعالی در تخریب سنگها و دفع آن توسط ادرار دارد. این گیاه همچنین سبب شل شدن کشش عضلانی می گردد. در استعمال خارجی این دارو گاهی برای درمان آبسه و زخمهایی که دیربهبود هستند بکار می رود.

روناس با استفاده از خارهای ریزی که درد به دیوار و درختان می‌چسبد و بالا می‌رود. برگ‌های آن بیضی، نوک تیز و دراز بوده که به‌صورت گروهی و به شکل چتر از کنار ساقه بیرون می‌آید گل‌های روناس کوچک و به رنگ زرد مایل به سبز می‌باشد. میوه آن گوشتی و به رنگ تیره است ریشه آن به‌نام روناس معروف است به رنگ قرمز تیره و به‌صورت دراز باریک و استوانه‌ای می‌باشد دارای طعمی تلخ و گس بوده و قسمت مهم این گیاه از نظر طبی محسوب می‌شود از ریشه روناس در قدیم برای رنگرزی پارچه و نخ استفاده می‌شده است

گیاه علفی پایا.

گل : آذین گرزن ، واحد ۵ کاسبرگ سبز ، ۵ گلبرگ زرد .

میوه : آبدار سیاه رنگ ، کرک دار ، میوه آن به اندازه خردل است .

برگ : سبز رنگ ساده با لبه صاف ؛ اگر برگ را در بین دستها مالش دهیم دست به رنگ قرمز تند مایل به سیاه در میآید

مشخصات ریشه : ریشه از نوع راست ساده است . ریشه این گیاه در نواحی شن زار تا عمق یک متری خاک فرو میرود . در رنگرزی با رناس مهمترین عامل میزان عمر ریشه است . رنگهای قرمز شاداب و متمایل به سرخ از ریشه های چهار و ÷نج ساله آن به دست می آید و ریشه هفت ساله رنگهای لاکی و ارغوانی و ریشه های سه ساله نارنجی تیره پدید می آورد .جنس رناس نیز در رنگ آن عامل موثری است . از ریشه گونه هایی که در مناطق سردسیری میرویند ، لاکی پر مایه تری نسبت به مناطق معتدل و گرمسیر به دست می آید .

به همین علت است که رنگ لاکی به دست آمده از رناس آذربایجان و خراسان که مناطق سردسیری هستند با رنگهای بدست آمده از رناس کرمان و فارس ، که مناطق گرمسیری محسوب میشوند تفاوت بارزی دارد .

موسم گل : اواخر بهار

انتشار جغرافیایی :اراک ، دماوند ، تبریز دیلمان ، ارومیه ، آذربایجان کرمان ، مازندران ، یزد و بلوچستان .

روناس در بیشتر نواحی به صورت خود رو دیده میشود و عمر طولانی دارد .هم اکنون در برخی از نقاط ایران مانند بم و یزد روناس کشت میشود . این بوته نخستین بار توسط سودا گران عرب به اسپانیا و برای دومین بار پس از قرون وسطی توسط اهالی جلفای اصفهان به اروپا برده شد . طبق مدارک موجو یکی از بازرگانان ونیزی که از سال ۹۱۳ هجری قمری مدت هشت سال و نیم در ایران بوده است . مینویسد " : در این شهر [خوی] رنگ سرخ لاکی به مقدار فراوان میسازند و آن را از ریشه های سرخی فراهم میکنند که در زیر زمین است و با بیل و کلنگ بیرون می آورند و سپس به هرمز میفرستند و از این ریشه ها برای ساختن و به کار بردن رنگ سرخ در غالب نقاط هندوستان بهره میجویند (۱.")

۱ ـسفرنامه های ونیزیان در ایران ، ترجمه منوچهر امیری ، تهران ۱۳۴۹ ، ص ۳۸۰.

بدون تردید این گیاه همان روناس است . طبق شواهد تاریخی روناس از زمانهای باستان در دره سند وجود داشته است . صدور روناس از آذر بایجان به هندوستان به احتمال زیاد یا به دلیل کافی نبودن و یا پایین بودن کیفیت رنگ آنها بوده است .

طریقه رنگرزی با روناس به طرق مختلف از گذشته های دور سینه به سینه به نسل حاضر رسیده و نگهداری شده است . امروز بهترین روناس ایران در شنزارهای اطراف یزد یافت میشود و ارتفاع بوته آن بین ۵۰ تا ۱۰۰ سانتیمتر است .

همان گونه که گفته شد رنگ در این گیاه بیشتر در ریشه آن موجود است که شامل قسمتهای زیر است :

۱. خارجی تری بخش که لایه چوب پنبه ای ریشه است که بسیار نازک و به رنگ قهوه ای است .

۲. پارانشیم پوستی که نسباتا "ضخیم است .

۳. استوانه مرکزی که نازک و به رنگ قرمز است .

قدرت رنگی ریشه روناس با مدت زمانی که در خاک میماند نسبت مستقیم دارد کهنگی و تازگی روناس را از طعم و رنگ آن به خوبی میتوان تشخیص داد .

طعم ریشه گیاه جوان شیرین و گیاه پیر گس و تلخ است . برداشت روناس معمولا "در اواخر پاییز انجام میگیرد و در سایه خشک میشود . گاهی ریشه روناس را به وسیله کوره خشک میکنند که باعث پایین آمدن کیفیت رنگ میشود .

ریشه این گیاه بخصوص پارانشیم پوستی آن واجد گلوکوزی است که تحت تاثیر دیاستازی (۲) تجزیه میشود و الیزارین (Alizarine) میدهد . این ماده رنگی اگر درون شیره سلولی دیده شود به رنگ زرد است ولی در مجاورت هوا رنگ آن قرمز میشود .

ماده رنگی ریشه روناس نامهای مختلفی دارد مثل :

۱) madder

۲) garance

۳) knapd

۴) lizari

شماره روناس در کالر ایندکس ۶-۸-۹-۱۰-۱۱ تا ۱۲ است .

برای استفاده از ریشه روناس باید پس از خشک کردن آن نخست پوسته خارجی را که باعث کدری رنگ میشود از آن جدا کرد و سپس آن را کوبید . این عمل برای جدا کردن خاک از ریشه انجام میگیرد که ممکن است برای سهولت مدتی آن را در آب قرار داد و سپس خشک کرد و یا اینکه ریشه را با روغن چرب کرد . در این روش پوسته خشک و سپس خرد و جدا میشود . البته با چرب کردن رنگ حاصله شفافیت خود را از دست میدهد . پس از این مرحله باید گیاه را به گرد تبدیل کرد و ۲۰ برابر مقدار آن آب سرد و ۲٪ اسید سولفوریک افزود و مدت دو ساعت محلول را به هم زد تا اسید در آن نفوذ کند . پس از این مدت آن را صاف میکنند و باقیمانده را چندین بار ابتدا با محلول رقیق کربنات سدیم و سپس با آب میشویند تا کلیه عکس العملهای اسیدی آن از بین برود . سپس آن را خشک کرده و دو مرتبه میسایند تا دوباره به گرد تبدیل شود .

از لحاظ شیمیایی روناس دارای یک ماده ازته است که نقش فرمان را دارد و تحت تاثیر این فرمان مواد رنگی ایجاد میگردد.

تجزیه مواد ریشه روناس به ترتیب زیر است :

۱) روبیادین

۲) گلوکوزید روبیادین

۳) پورپورین

۴) گلوکوزید پور پورین

۵) اسید روبر تریکو

۶) آلیزارین

مهمترین این مواد در رنگرزی آلیزارین است . مهمترین خاصیت آلیزارین از لحاظ رنگرزی آن است که با اسیدهای فلزات مختلف ترکیب میشود و لاکهای رنگین تولید میکند که در اسید ها و قلیا های ضعیف حل نمی شوند .

آلیزارین در آلمان ، هلند و چند کشور دیگر تولید میشود . هلندیها در گذشته نیز یکی از تولید کنندگان مهم روناس بودند . در حال حاضر آلیزارین به صورت خمیر در بشکه های کوچک و بزرگ با بهای زیاد وارد ایران میشود و بخصوص در مورد پارچه های قلمکار بسیار مورد نیاز است .

آلیزارین به شکل کریستالهای زرد رنگ است که در ۲۹۰ درجه ذوب میشود و در آب خیلی کم قابل حل است (حتی آب ۱۰۰ درجه) . ولی در محلولهای قلیایی مانند کربنات دو سود و سود سوز آور حل میگردد .

برای تهیه آلیزارین پودر ریشه روناس را در آب و اسید سولفوریک میریزند و سپس صاف میکنند . محلول را در آب خلائ غلیظ میکنند ، پودر مانده را با الکل حرارت میدهند و به محلول اولیه اضافه میکنند . این عصاره ها را ، که گرانسین نامیده میشود غلیظ میکنند و به وسیله (Na OH)رقیق شده با کربنات سود خنثی و کمی اسید کلرید ریک به آن اضافه میکنند . رسوبهای لخته ای ایجاد شده را با آب میشویند سپس خشک و به طریق « سوبله کردن » آن را خالص میکنند .

رنگرزی با آلیزارین به وسیله اکسیدهای فلزی و زاجها هم بر الیاف پروتیینی و هم الیاف سلولزی ممکن است ، به طوری کهدر هنر

قلمکار اکنون با استفاده از زاج سفید (۳) ابتدا مهر مورد نظر را بر پارچه میزننـد و سپس در حمامهـایی از محلول آلیزارین داخل میکننـد و با دادن حرارت به آن رنگ قرمز ظاهر میگردد . ثبات آن به صورتی است که در مقابل مواد سفید کننـده ای مثل کلر نیز پایداری میکند .

در رنگرزی با روناس با استفاده از الیاف فلزی رنگهای متفاوتی به دست می آید . برای مثال زاج آهن (زاج سیاه) رنگ قرمز قهوه ای میدهد .

جوهر سرکه نیز از دنـدانه هایی است که بیشتر در نواحی فارس به کار میرود . یکی از معروفترین رنگهای به دست آمده از روناس رنگ دوغی است که از خیسانـدن کلافهای رنگ گرفته از روناس در دوغ حاصل میشود . طول مـدت قرار گرفتن پشم در این مایع هر قـدر بیشتر شود رنـگ روشـنتر میشود تا آنکه به فام صورتی کم رنگ مبـدل میگردد . یکی از روشـهای سـنتی استفاده از رنگ روناس نیز بدست آوردن به وسیله جوشاندن خامه در پیش آب گاو است !

ترکیبات شیمیایی:

ریشه روناس دارای ماده ای رنگی به نام آلیزارین می باشد که برای رنگرزی بکار می رفت ولی بعد از اینکه توانستند این ماده را به طریقه شیمیایی تهیه کنند کشت آن برای تهیه آلیزارین متوقف گردید .

خواص داروئی

روناس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .

۱. باز کننده گرفتگی ها در بدن است.

۲. ادرار آور است و حبس البول را درمان می کند .

۳. برای معالجه بیماری فلج آنرا با عسل مخلوط کرده و به بیمار بدهید .

۴. ترشح شیر راز یاد می کند.

۵. درد سیاتیک را رفع می کند.

۶. یبوست های سخت را معالجه می کند .

۷. اشتها آور است.

۸. قاعده آرو است .

۹. خـارش پوست را برطرف می کنـد بـدین منظور می توان از ضـماد اسـتفاده کرد و یا اینکه جوشانـده آنرا در وان حمام بریزیـد و مدتی در آن استراحت کنید .

۱۰. اوره خون را پائین می آورد .

۱۱. جوش خوردن استخوان شکسته را تسریع می کند .

۱۲. تورم را در بدن از بین می برد .

۱۳. از کمپرس جوشانده روناس برای رفع بیماریهای پوستی استفاده کنید .

طرز استفاده

دم کرده : یک قاشق مربا خوری ریشه خرد شـده روناس را در یک لیوان آب جوش ریخته . بگذارید به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد . مقدار مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است .

جوشانده روناس : ۱۰ گرم ریشه روناس را د یک لیتر آب ریخته و بگذاریـد برای مـدت ده دقیقه بجوشد . این جوشـیده را در وان حمام بریزید و برای رفع بیماریهای پوستی در آن استراحت کنید .

مضرات : همانطور که گفته شد روناس ترشح ادرار را زیاد می کند و فشار آنرا بالا می برد بنابرین ممکن است در اثر استفاده زیاد ایجاد خون در ادرار کند و در اینصورت بهتر است که روناس با کتیرا خورده شود .

گیاهشناسی روناس

گیاهی است علفی ، پایا به ارتفاع ۵۰ تا ۱۵۰ سانتی متر که به حالت وحشی درمنطقه مدیترانه از اسپانیا تا آسیای صغیر و همچنین در شمال آفریقا و برخی نواحی آسیا می روید. منشأ اولیه آن خاور نزدیک و قفقاز بوده است. ساقه خشن این گیاه چهار گوش و پوشیده از خارهایی کوچک و قلاب مانندی است که بدان وسیله به تکیه گاهها ارتباط پیدا می کند این خارها در کناره های برگ و رگبرگ میانی نیز دیده میشوند . برگهای آن بیضوی دراز و نوک تیز است و با آنکه بظاهر مجتمع به تعداد ۶ تائی در طول ساقه دیده میشوند معهذا بیش از ۲ تای آنها برگ نیست و بقیه استیپولهائی به ظاهر برگ مانند می باشند گلهای آن کوچک ، زرد رنگ و مجتمع به صورت چترهای متعدد در محور ساقه و یا در قسمتهای انتهائی آن است میوه آن به صورت سته ، گوشتدار و به رنگ قرمز تیره است. زراعت روناس سابقاً در بسیاری از نواحی اروپا و آسیا به منظور بدست آوردن ماده رنگی آلیزارین از ریشه آن معمول بوده است ولی از زمانیکه این ماده به طور سنتز در صنعت تهیه گردید پرورش آن در غالب نواحی متروک شد ریشه خشک شده روناس گاهی به صورت قطعاتی به طول ۱۰ تا ۱۵ سانتی متر و به قطر ۲ تا ۵ سانتی متر در بازارها یافت می گردد. در سطح خارجی این قطعات خطوط طولی به موازات محور طولی ریشه دیده می شود. پوست ریشه روناس رنگ قهوه ای قرمز داشته و به‌سهولت از طبقات پائین خود که رنگ قرمز روشن یا مایل به زرد دارند جدا می شود. طعم آن ابتدا ملایم ولی بعداً گس و تلخ میگردد.

خاک

روناس احتیاج به زمین عمیق و سبک با خاک شنی رسی دارد و در این نوع خاک ریشه بیشتری تولید می کند محصول روناس بدست آمده از زمینهای آهکی دارای رنگ مرغوب تری است. برای انجام کشت روناس باید بعد از کود دادن زمین را در پائیز به عمق ۵۰ تا ۶۰ سانتی متر شخم زد.و در زمستان آنرا به حال خود می گذارند در اوایل بهار یک شخم دیگر زده بذر را می کارند.

کود

روناس در هر هکتار احتیاج به ۴۰ تا ۵۰ تن کود حیوانی و حدود ۲۰۰ تا ۳۰۰ کیلوگرم کود فسفات دارد که باید قبل از شخم در پائیز به زمین داده شود. کود اوره بعنوان کود سرک در هر هکتار ۵۰ تا ۱۰۰ کیلوگرم به زمین داده می شود. ریشه روناس خاصیت تثبیت ازت هوا را دارا بوده و در کشت بعد از این محصول احتیاج به کود اوره نمی باشد از نظر تناوب زراعی به منظور جلوگیری از پوسیدگی ریشه کشت مجدد روناس تا هفت سال در همان قطعه زمین مرسوم نیست.

زمان کاشت

موقع کشت بذر روناس از نیمه دوم فروردین لغایت نیمه دوم اردیبهشت ماه بوده و زمان کشت ریشه روناس از شهریور لغایت اسفند ماه است.

کاشت

پس از اینکه زمین آماده کشت گردیدآبیاری کرده و بعد از گاو رو شدن بذر را بصورت ردیفی می کارند. بدین ترتیب که روی خطوط منظمی که فاصله آنها حدود ۷۰ سانتی متر است به فاصله ۲۰ تا ۲۵ سانتی متر با بیل های مخصوصی که نوک باریکی دارند حفره هایی به عمق ۲ تا ۳ سانتی متر ایجاد می کنندسپس داخل هر حفره حدود ۲۰ تا ۲۵ عدد بذر می ریزند و با ماسه بادی مخلوط با کود حیوانی رسیده روی آنرا می پوشانند چون از هر بذر روناس یک ریشه روئیده می شود به همین دلیل در هر حفره ۲۰ تا ۲۵ عدد بذر می ریزند تا تعداد ریشه بیشتری تولید گردد. میزان بذر مصرفی : بذر مصرف شده در هر هکتار به جنس خاک بستگی

دارد و بین ۱۰۰ تا ۴۰۰ کیلوگرم می باشد. ریشه تر مورد نیاز در هر هکتار جهت کاشت بین ۳ تا ۵ تن می باشد هر مقدار زمین رسی و سخت تر باشد میزان مصرف بذر و ریشه نیز بیشتر است. تکثیر روناس در زمینهائیکه برای اولین بار کشت می گردند بیشتر بوسیله ریشه انجام میشود.

داشت

مراقبت از روناس شامل آبیاری ، مبارزه با علفهای هرز و سله شکنی ، خاک دهی پای بوته ها و مبارزه با آفات و بیماریها می باشد. آبیاری : پس از کاشت، زمین را بایـد هر ۱۲ روز یکبار آبیاری کرده این عمل بایـد تا موقع سبز شـدن که حـدود ۴۰ روز طول می کشـد ادامه یابـد. در منطقه اردکان استان یزد بعـد از سبز شـدن به مـدت چهل روز آبیاری را قطع می کنند تا ریشه روناس به عمق زمین رفته و طول ریشه که مورد استفاده قرار می گیرد. طویل شود و بعـد از گـذشت چهل روز مجدداً هر ۱۲ روز یکبار آبیاری را ادامه میدهنـد. از مـاه آذر تـا فروردین مـاهی یـک بار آبیاری کافی است. ولی در تابسـتان هر ۱۲ روز یکبـار آبیـاری در این منطقه (اردکان) ضروری بنظر می رسد. بهترین موقع آبیاری روناس در شب یا صبح زود است که هوا خنک است این گیاه طبیعتاً به آب شور نیز ناسازگـار است. مبـارزه بـا علفهـای هرز و سـله شـکنی : در تابسـتان بایـد عملیـات سـله شـکنی وجین و کنترل علفهای هرز صورت گیرد. خـاک دهی پـای بوته ها : در پائیز سال اول پای بوته ها خاک مخلوط با کود حیوانی می دهنـد تا ریشه توسـعه پیـدا کرده و از سرمای زمستان محفوظ بماند. در تابستان سال دوم وقتی گیاه به گل رفت قسمتهای سبز ساقه و برگ را کف برکرده و به مصـرف تغـذیه دام می رساننـد در پائیز سال دوم نیز پای بوته ها را مجـدداً خاک همراه با کود حیوانی می دهنـد. در اواخر تابسـتان سال سوم یا چهارم روناس را کف بر کرده و ریشه ها را در مهر ماه برداشت می کننـد. مبارزه بیماریها و آفات : گیاه روناس نسـبت به امراض و آفات نسـبتاً مقاوم بوده و در بعضـی مواقع پوسیدگی ریشه و یا شته در روناس مشاهده گردیده است. برای جلوگیری از پوسیدگی ریشه بهتر است در کشت روناس تناوب زراعی رعایت گردد و در زمینی که این گیاه کاشته شده است برای مدت ۵ تا ۷ سال روناس کشت نگردد. ضـمناً بهتر است یکسال قبل از کشت زمین به صورت آیش باقی بمانـد تا در تابسـتان آفتاب و نور کافی به زمین برسد توصـیه شده که در اراضـی رسی خالص نیز این محصول کشت نشود. جهت مبارزه با شته از سموم فسفره مناسب شته کش و برای جلوگیری از پوسیدگی ریشه نیز از سموم مختلف قارچ کش می توان استفاده نمود.

برداشت

ریشه رونـاس را در پـائیز سـال سوم یا چهارم پس از کف بر کردن ساقه و برگهای سبز با بیل های مخصوص روناس کنی برداشـت می کننـد. عرض این بیلها حـدود ۱۲ سـانتی مـتر و طول آن ۵۰ سـانتی متر می باشـد. ضـمناً بهتر است رونـاس را در ۳ یا ۴ سالگی برداشت کرد زیرا ریشه هـا به اصـطلاح خوب رنـگ انـداخته و می توان رنـگ بیشتر و مرغوب تری اسـتخراج نمود. برای برداشـت ریشه توسط بیلهای مخصوص زمین را شـخم عمیق زده تا ریشه ها از خاک بیرون آیند. سپس توسط کارگر ریشه را از سطح خاک جمع آوری می کننـد. در موقع برداشت ریشه هـای سـالم و مرغوب را جهت کشت مجـدد انتخـاب می کننـد. خشـک کردن ریشه : ریشه ها را بعـد از برداشت به مـدت ۱۵ روز در هوای آزاد و در مقابـل نور آفتـاب قرار می دهنـد تـا رطوبت خود را از دست دهند سپس آنرا به آسـیابهای مخصـوص رونـاس سـائی می فرسـتند تـا بصـورت پـودر در آیـد. عملکرد رونـاس : میزان محصول ریشه تر روناس بین ۱۵ تا ۲۰ تن در هکتار است که ۱۰ تا ۱۲ درصد آن رنگ است میزان تولید محصول ۳ تا ۴ ساله بیشتر از دو ساله است بطور متوسـط عملکرد روناس سه ساله بین ۱۰ تا ۱۵ تن ریشه خشـک می باشـند مقدار تولید روناس دو ساله نصف محصول ریشه ۳ و ۴ ساله است لـذا برداشت روناس دو ساله مقرون به صـرفه نمی باشـد. بذر گیری : در تابسـتان سال دوم روناس را برای بذرگیری بحال خود واگذار کرده تا به گل بنشیند و در موقع گل دادن هم هر ۶ روز یک بار گیاه را آبیاری میکنند. بعد از اینکه گل تشکیل گردید در شهریور ماه بذرگیری می کنند . میزان بذر تولیدی در هر هکتار بین ۱ تا ۳/۱ تن می باشد.

دامنه انتشار

نواحی غربی ایران، اراک ،اطراف دماوند تبریز، یزد خاست ، اردکان ، خوی ، دیلمان و ارومیه .

منابع :

روناس «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir
روناس Madder http://aftab.ir
روناس http://www.parsiteb.com
روناس http://fa.wikipedia.org
روناس (Rubia-tinctorum) http://www.rugart.org)
گیاه روناس http://daneshnameh.roshd.ir
روناس Madder http://www.aghlam.com
روناس Madder http://www.money۵۸.netfirms.com

بلوط ، زیبا و مقوی

مقدمه

کلمه بلوط را می‌توان به صورت عمومی در مورد صدها گونه درخت از رده Quercus بکار برد. این رده ، بومی نیمکره شمالی است که شامل گونه‌های برگریز و همیشه سبز می‌باشد که از نواحی سردسیر تا گرمسیری آسیا و آمریکا گسترش دارند. درخت بلوط ، درختی آشنا و تنومند است که برگ‌هایش در زمستان می‌ریزد و طول آن تا چهل متر می‌رسد و شاخ و برگ‌های آن دورا دور تنه درخت را که پوستی صاف و خاکستری رنگ دارد و با گذشت سالیان شکافهایی بر می‌دارد، می‌پوشانند. برگ‌های دوک مانند آن در هر طرف ۳ تا ۷ لوب دارند و گل‌های شاتوتی در کنار آنها ظاهر می‌شوند. در فصل پاییز گل‌های بارور درخت ماده ، میوه‌های بلوط به رنگ قهوه‌ای مایل به سبز را تولید می کنند .

بلوطها درختانی هستند دارای شکل توپر ، حجیم و گسترده با تاجی گنبدی شکل و برگهای موج‌دار در لبه و همچنین میوه‌هایی ایجاد می کنند که درون یک محفظه فنجان مانند قرار دارند. بلوط یک بخش اساسی از نواحی روستایی ما در غرب کشور است که به صورت درخت و درختچه وجود دارد. برگهای کنگره‌دار بلوط ممکن است بیضی شکل یا کشیده و باریک باشند و یا در پاییز به ارغوانی روشن بگرایند. این درختان دارای تنه‌ای بزرگ و برگهایی که برای تصفیه هوا و سایه افکنی ارزش بسیاری دارند و البته مناسب برای خاکهای کم عمق نیستند.

درخت بلوط یا درخت مازو که عمری طولانی حدود ??? سال (گاهی حتی تا ???? سال دارد) در ایران بیشتر در دردامنه رشته کوه زاگرس وجود دارد. استان‌های لرستان ،کهگیلویه و بویراحمد ، چهار محال و بختیاری و ایلام دارای جنگل‌هایی از بلوط هستند که در نوع خود از بی نظیرترین جنگل‌های جهان می‌باشند. چوب این درخت از مرغوبترین چوب‌هاست و ذغال آن نیز مرغوب است. این موضوع یکی از دلایل بریدن بی رویه‌ی این درختان می‌باشد که این جنگل‌ها را تهدید می کند .

بلوط درخت بومی در مناطق معتدله است . ارتفاع این درخت در بعضی نواحی تا ۵۰ متر و قطر تنه آن به ۳ متر نیز می رسد . برگهای درخت بلوط پنجه ای و مانند انگشتان دست می باشد . میوه درخت بلوط که به نام بلوط معروف است مانند فندق بوده و در پیاله ای جای می گیرد .

ترکیبات شیمیایی بلوط:

در پوست و برگ درختان بلوط دارویی وجود دارد که نامش تانن است که از نظر شیمیایی مشابهت نزدیک با یکدیگر دارند. پوست شاخه‌های جوان گونه دارویی مذکور دارای ?? تا ?? درصد و در شاخه‌های مسن ? تا ?? درصد از نوعی تانن فیزیولوژیکی یعنی اسید کوئرسی تانیک محلول در آب و قندی به نام کوئر سیت ?/?، درصد اسید گالیک، اسید مالیک و یک ماده تلخ به نام کوئرسین، فلوروگلوسین، موسیلاژ و مواد پکتیکی، مواد رزینی و اکسالات کلسیم و نوعی ماده رنگی قرمز به نام قرمز بلوط و به مقدار کم کولا کاتشین است. میوه بلوط دارای ? درصد ماده روغنی ??/?، درصد پروتئین ?، درصد از قندهای مختلف ?/??، درصد آمیدون ?/? درصد پنتوزان و معادل ? درصد از نوع تانن می‌باشد. در گال(galle(که بر روی برگ و جوانه‌های بلوط تحت اثر حشرات مخصوص ایجاد می‌شود، نوعی تانن به نام اسید گالوتیک یافت می‌شود که در برگ، میوه و مخصوصا در گال درختان مخلوط بلوط و غیره وجود دارد.

خواص داروئی:

از قسمت‌های مختلف درختان بلوط استفاده‌های درمانی به عمل می‌آید که به شرح زیر می‌باشد: تانن این ماده مهم گیاهی در اعضای درختان بلوط فراهم می‌شود و خواص مختلفی دارد مانند رسوب دادن آلبومین به وجود آوردن پوشش محافظ برای بافت‌ها و جلوگیری از عفونی شدن، تاثیر داشتن فرآورده‌های تانن در درمان سل و همچنین فراهم آوردن موجبات التیام زخم‌ها به علاوه مانند سدی از پیشرفت میکروب‌ها جلوگیری می‌نماید. به کار بردن آنها از ترشح زیاد مخاط‌ها ممانعت به عمل می‌آورد. پکتین نیز از دیگر موادی است که مانند تانن عمل انقباض را به وجود می‌آورد و در گیاهان فراوان یافت می‌شود، پکتین هموگلوکزیدی است که تحت اثر فرمانی به نام پکتاز به صورت اسید پکتیک تغییر شکل می‌دهد این ماده خاصیت بند آورنده خون با اثر قاطع است و دلیلش این است که با مصرف آن انعقاد خون بالا می‌رود. اعضای مختلف درختان بلوط به علت داشتن تانن اثر قابض، بند آورنده خون و تقویت کننده عمل بعضی از اعضای بدن را دارند. برگ درخت بلوط اثر محرک و قابض ولی به نحو ضعیفی را دارد، که به صورت جوشانده‌های غلیظ یا به صورت غرغره در معالجه ورم لوزتین و حنجره مورد استفاده قرار می گیرد. پوست درخت بلوط به علت داشتن تانن فراوان کمتر در مصارف داخلی به کار می‌رود. در مصرف داخلی برای مدت طولانی باعث خستگی معده و احساس درد در عضله قلب می‌شود. علاوه بر تحریک دستگاه هضم، عوارض دیگری از قبیل درد معده و حالات تشنجی نیز ظاهر می کند. پوست درخت بلوط پادزهر خوبی برای مسمومیت‌های ناشی از فلزات است. ارزش درمانی پوست بلوط در استعمال خارجی بیشتر از مصارف داخلی آن است.

جوشانده پوست بلوط به صورت حمام‌های موضعی، لوسیون، غرغره و شستشو به صورت‌های مختلف جهت درمان بیماری‌ها توصیه شده است. از جوشانده مذکور به صورت حمام‌های موضعی در مواردی مانند: اولسرهای سرطانی، التهاب غدد به علت انسداد مجاری آنها، خون مردگی، سودا، بیماری‌های پوستی مزمن دیگر مانند اگزما و واریس استفاده می‌توان کرد.

در موارد خون آمدن از بینی می‌توان به این طریق عمل کرد؛ ابتدا ?? گرم پوست درخت بلوط و ? گرم زاج را در یک و نیم لیتر آب وارد کرد و سپس بر اثر جوشاندن حجم، آن را به یک لیتر تقلیل داد و با پنبه آغشته به جوشانده مذکور، حفرات بینی را شستشو داده، با این عمل خون به سهولت بند می‌آید. برای تهیه لوسیون‌ها جهت استعمال خارجی معمولا از جوشانده ??? گرم پوست درخت بلوط در یک لیتر استفاده می‌شود. از مخلوط آرد میوه درخت بلوط با آرد گندم در بعضی نواحی نان تهیه می گردد. میوه درخت بلوط مصارف درمانی بسیاری دارد.

اگر میوه بلوط را قطعه قطعه کرده و در یک استکان آب وارد کنید و مصرف نمایید جهت رفع دل‌پیچه‌های ناشی از نفخ موثر است.

در دوران‌های قبل میوه بلوط را بو می‌دادند تا تانن آن با این عمل کاهش یابد. سپس از آن در تهیه نوعی قهوه استفاده می کردند.

این قهوه که دارای دکسترین است جهت رفع اسهال و درمان آنزیم‌های داخل روده‌ها، سوء هضم درد معده، نزله‌های مزمن، کم‌خونی، نرمی استخوان، سیاه‌سرفه و درمان سل در مراحل اولیه سستی و ضعف استخوان‌ها به کار می‌رفته است.

مخلوط آرد میوه بلوط بو داده با کاکائو بهترین دارو جهت رفع اسهال‌های ساده اطفال است. برجستگی‌هایی که بر روی برگ یا جوانه انواع بلوط به وجود می‌آید دارای تانن فراوانی است. گال به عنوان مقوی معده، قابض و رفع کننده خونروی‌ها به کار می‌رود.

مقدار مصرف گرد آن ?/? تا یک گرم و چند دفعه در روز مخلوط در عسل و یا جوشانده ?? در هزار آن است.

میوه بلوط دارای ? درصد پروتئین ?، درصد چربی ??، تا ?? درصد هیدروکربن است و از بلوط شیره‌ای حاصل می‌گردد که در لفظ محلی استان ایلام آن را (شوکه) گویند.

شوکه برای ناراحتی‌های معده مفید می‌باشد ??، گرم برگ بلوط را در نیم‌لیتر آب دم کرده و در هر ساعت یک قاشق چای‌خوری تا یک استکان کوچک از آن مصرف شود، برای درمان سرفه عادی و تشنج بسیار مفید است. پوست بلوط به سختی کنده می‌شود. ابتدا پوست را با چاقو شکاف دهید، بعد آن را در آب جوش بیندازید و بعد از چند دقیقه آن را بیرون بیاورید، سپس پوست آن به راحتی کنده می‌شود.

برای درمان انواع بیماری و ناراحتی‌های گلو مثل آنژین، ورم لوزه و گرفتگی صدا می‌توان از این جوشانده استفاده کرد. ابتدا ?? تا ??گرم از پوست ساقه‌های جوان بلوط را که خشک کرده‌اید بکوبید و به صورت پودر درآورده و در یک لیتر آب سرد به مدت ??دقیقه بجوشانید سپس آن را خشک کنید و روزی ? بار آن را در دهان مزمزه کرده و بعد دور بریزید. این جوشانده برای ناراحتی های گلو، زرد زخم و اگزما بسیار مفید است. توجه داشته باشید که پوست بلوط را در ظرف‌های فولادی بجوشانید زیرا که تانن موجود در بلوط آهن را می‌خورد. پوست درخت بلوط، بواسیر و زخم‌هایی را که در اثر سرمازدگی و عرق ایجاد می‌شوند از بین می‌برد.

استفاده از مواد طبیعی به جای مواد افزودنی، اثر بهتر و سالمتری در بدن می‌تواند بگذارد.

بلوط از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است .خواص میوه بلوط میوه بلوط از قدیم الایام مورد مصرف بوده و از آن به عنوان غذا استفاده می کرده اند . حتی اگر آنرا خشک و در کرده و با در گندم مخلوط می کنند و از آن نان تهیه می نمایند . می توان بلوط را بوداده و سپس آنرا در کرده و از آن چائی تهیه کرد . مقدار مصرف آن یک قاشق چایخوری در یک لیوان آب جوش می باشد . این دم کرده را می توان برای مورد زیر بکار برد .

۱. بواسیر را برطرف می کند .

۲. اسهال ساده و اسهال خونی را رفع می کند .

۳. درد معده و گاز معده را برطرف می کند .

۴. برای رفع کم خونی موثر است .

۵. نرمی استخوان را درمان می کند .

۶. برای تقویت عمومی بدن موثر است .

۷. برای معالجه اسهال اطفال ،در بلوط را با کاکائو مخلوط کرده و دم کرده آنرا به اطفال می دهند .

خواص درخت بلوط برای استفاده از پوست درخت بلوط می توان آنرا دم کرده و با عسل مخلوط کنید و یا اینکه یک قاشق در آنرا در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه دم کنید .

۱. خونریزیها را متوقف می سازد .

۲. درمان کننده بواسیر خونی است .

۳. خاصیت ضد عفونی درد .

۴. ادرار را زیاد می کند .

۵. ترشحات زنانه را از بین می برد . مصارف خارجی پوست درخت بلوط برای استفاده خارجی از جوشانده پوست درخت استفاده می شود . بدین منظور باید ۱۵ گرم پوست درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد تا حجم آن به دو سوم تقلیل یابد .

از این جوشانده می توان بعنوان کمپرس استفاده کرد و یا آنرا در وان حمام ریخته ودر آن استراحت نمود .

۱. خون مردگی را درمان می کند .

۲. اگزما را از بین می برد.

۳. برای درمان بیماریهای پوستی در وان حمام که در آن جوشانده پوست درخت بلوط را ریخته اید به مدت یکربع ساعت استراحت کنید .

۴. اگر واریس درید این قسمتها را با جوشانده پوست بلوط کمپرس کنید .

گز علفی در اثر نیش زدن حشره ای مخصوص به برگ و یا شاخه های درخت بلوط ماده ای به بیرون تراوش می کند که در اثر مجاورت با هوا سفت شده و به صورت دانه هایی به قطر ۲ سانتیمتر بر روی ساقه و یا برگ ظاهر می شود . برای استفاده از گز شاخه های درخت را تکان می دهند تا دانه های گز به زمین بریزد . البته این دانه ها مخلوط با برگ و پوسته درخت است که باید تمیز شود . گز علفی از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . برای استفاده طبی از گز علفی می توان آنرا با عسل مخلوط کرد و یا جوشانده آنرا تهیه نمود .(۵۰ گرم در یک لیتر آب جوش) خواص گز علفی.

۱. قابض است .

۲. خونریزیها را متوقف می سازد .

۳. مقوی معده است .

۴. تقویت کننده دستگاه تنفسی است .

۵. سینه را نرم و صدا را صاف می کند .

۶. سرفه ها را برطرف می کند .

۷. تنگی نفس را درمان می کند.

۸. برای معالجه بواسیر گز علفی را با عسل مخلوط کرده و بر روی بواسیر بگذارید .

مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

دیگر دانستنی ها در مورد بلوط و درخت آن

واریته‌ها

Quercus.robur درختی بلند ، دارای برگهایی با برندگی دندانه‌ای نوک تیز یا بریدگی عمیق کنگره‌دار. این درخت به علت رشد زیاد برای فضاهای کوچک و متوسط مناسب نمی‌باشد. دارای یک واریته ستون مانند است که برای فضاهای کوچک مناسب است. برای خاکهای گچ‌دار Quercus.petraea که خیلی شبیه بلوط معمولی است مناسب می‌باشد. بلوط سریع‌الرشد ترکی (Quercus.corris) دارای رشد سریع و جوانه‌های زمستانه با ریشک بلند است.

بلوط قرمز (Quercus.rubra) نیز به سرعت رشد می‌کند و به صورت یک درخت بزرگ تا ارتفاع ۲۴ متر می‌رسد و اگر در

خاک اسیدی کاشته شود برگها در پایان فصل به ارغوانی می گرایند. بلوط دائم سبز (Quercus.ilex) بابرگهای کشیده بدون دندانه که می‌توان آن را به صورت درختچه نیز تربیت نمود و از آن به عنوان پرچین استفاده کرد چون هرس شدید را به خوبی تحمل می کند.

گونه‌های بومی

Quercus.castaneifera درجنگلهای شمال ، Quercus.sessilifolia بلوط کوهی مخصوص نواحی مرتفع جنگل ، Quercus.macranthera بلوط آذری مخصوص نقاط بسیار بلند ، Quercus.atropatana گز و مازو ، بلوط جنگلی در نقاط نیمه مرطوب. Quercus.persica مازوی گزانگبین در نقاط خشک.

زیستگاه طبیعی

درخت بلوط در خاک پر رس مرطوب رشد می کند، ولی خاک‌های شنی را نیز تحمل می‌نماید. این درخت در مناطق جنگلی و پست یافت می‌شود. بلوط سفید یک گیاه بومی آمریکای شمالی است که از آن استفاده‌های دارویی می‌شود.

هرس

هرس گونه‌های خزان کننده در آذر ماه و گونه‌های همیشه سبز در فروردین انجام می گیرد.

تکثیر

بوسیله کشت بذر بطور معمول انجام می‌پذیرد. دو گروه بلوط موجود است: گروه بلوطهای سیاه (که میوه‌ها در سال دوم می‌رسند) و گروه بلوطهای سفید (که میوه‌ها در همان سال اول می‌رسند). بذر گروه بلوطهای سفید یا بدون دوره استراحت یا دوره استراحت کوتاه بوده و به جز چند استثناء به محض رسیدن در پاییز قابل کشت هستند. بذر گروه بلوطهای سیاه دارای دوره رشد جنینی بوده و نیاز به استراتیفیه شدن (۰ تا ۲ درجه سانتیگراد) برای یک تا سه ماه دارند. میوه‌ها اغلب مورد حمله سر خرطومی (مخصوصا در انبار) قرار می گیرند. فرو بردن میوه ها در آب°۴۹ درجه سانتیگراد به مدت ۳۰ دقیقه از میزان خسارت آفت بسیار خواهد کاست.

در موقع کاشت ابتدا بذرها را درون ظرف آب فرو برده و آنهایی که شناور می‌مانند غیر قابل کاشت هستند. جهت جلوگیری از رشد طولی ریشه به خاطر اینکه بتوان نهال بذری را به راحتی جابجا کرد بهتر است در زیر محل بذرکاری از صفحات سیمی مشبک مسی استفاده نمود. نوک ریشه اصلی به این صفحه برخورد کرده و از رشد باز می‌ماند. روشهای مختلف پیوند با موفقیت بر روی بلوطها انجام می‌پذیرد فقط پیوند بلوطهای گروه سفید روی پایه‌های این گروه و پیوند بلوطهای گروه سیاه بر روی پایه‌های این گروه امکان پذیر است. تکثیر بلوط از راه قلمه یا خوابانیدن معمولاً با عدم موفقیت همراه بوده است.

خواص چوب بلوط

چوب بلوط فشره و محکم است و نماد قدرت و استقامت می‌باشد و از گذشته خیلی دور یکی از مهم‌ترین مصالح ساختمانی در اروپای شرقی بوده است. در گذشته علاوه بر مصرف انبوه الوار بلوط در ساختمان‌سازی ، از چوب بلوط برای ساختن کشتی‌های بازرگانی و جنگی استفاده گسترده می‌شده است .

درخت بلوط در میان مردم کشورهای اسکاندیناوی ، یونان و روم محل سکونت الهه باروری و نشان دهنده قدرت و باروری بوده است. روزگاری از تمام قسمت‌های درخت، استفاده‌های پزشکی به عمل می‌آمده است.

در افسانه‌های عامیانه قرون وسطا آمده که تماس یک میخ با قسمت صدمه دیده‌ی بدن و سپس فرو کردن همان میخ در درخت بلوط سبب می‌شده است که بیمار شفا یابد. زمانی برگ‌های بلوط را بر روی زخم و بریدگی‌های بدن می گذاشتند تا زخم التیام پیدا کند، اما امروزه گیاه پزشکان تنها از پوست درخت بلوط استفاده دارویی می کنند. خاصیت قابض‌کنندگی پوست بلوط ، عامل قطعی درمان اسهال‌های شدید می‌باشد و خاصیت گندزدایی و ضد میکروبی آن برای مداوای عفونت‌های گلو تجویز می‌شود. چای

پوست بلوط یک تقویت‌کننده است و مخلوط پوست و میوه‌ی درخت بلوط یک پادزهر را بوجود می‌آورد. میوه درخت بلوط معمولا برشته و آسیاب می‌شود و از آن قهوه تهیه می‌نمایند .

منابع :

بلوط http://daneshnameh.roshd.ir

خواص درمانی بلوط http://www.jadidtarin.com

بلوط http://fa.wikipedia.org

بلوط Oak Bark گز علفی (شیره بلوط) http://www.irteb.com

بلوط «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

بلوط http://aftab.ir

چای ، محبوبترین نوشیدنی جهان

چای چیست ؟

براساس یک داستان قدیمی حدود پنجهزار سال قبل تعدادی برگ چای دراثر وزش باد به درون یک فنجان آب داغ که در دست "شن نونگ "امپراتور چین بود، افتاد و حاکم نتیجه این حادثه را به عنوان یک تحول بزرگ برای آب ساده وبی طعم اعلام کرد. در پی آن مصرف چای همه گیر شد.

در تحقیقات امروزه مشخص شده چای ممکن است در کاهش خطر برخی بیماریهای مزمن عمده مثل سکته، حمله قلبی و بعضی سرطانها مفید باشد، این مطلب را دکتر جان وایسبرگر ، عضو بلند پایه موسسه بهداشت آمریکا، واقع در یک مرکز تحقیقاتی در نیویورک اعلام میکند.

نوشیدن چای میتواند از پوسیدگی دندانها جلوگیری کند؛ اینها اخبار بسیار خوبی برای مردم تمام دنیاست چون چای پس از آب پر مصرفترین نوشیدنی در دنیاست و روزانه یک میلیارد فنجان چای در دنیا نوشیده میشود.

گیاه چای به صورت بوته، درختچه یا درختی است با نام عملی THEA SINENSIS یا CAMELIA که از خانواده‌ی چای (THEACEAE) می باشد. این گیاه در نقاطی از جهان از جمله هندوستان، چین، سریلانکا، ژاپن، ایران و نواحی دیگر پرورش می یابد. چون در سه فصل از سال (بهار، تابستان و پاییز) برگ های آن برداشت می شود، لذا در اکثر نقاط ، چای به صورت بوته وجود دارد؛ ولی در صورتی که هیچ گونه برداشتی از آن صورت نگیرد، کم کم مرتفع شده و به صورت درختچه یا درخت در می آید.

قسمت اصلی مورد استفاده‌ی بوته ی چای، برگ آن است که به صورت‌های مختلف تبدیل به انواع چای می شود.

با توجه به این که در ایران دو نمونه چای سبز و چای سیاه وجود دارد و بسیاری از افراد از ماهیت آن‌ها اطلاع کاملی نداشته و خواص متعددی برای آن‌ها قائل می شوند، در این مطلب انواع چای موجود در ایران و جهان و خواص مربوط به آن را بیان می کنیم.

لازم به ذکر است که گیاه چای سبز و سیاه یکی است، ولی در نوع عمل آوردن آنها تفاوت وجود دارد.

موطن اصلی چای و انتشار آن در سایر ممالک

درخت چای که اصل آن از چین است و اول به عنوان دارو مصرف می‌شد ولی از قرن ۶ میلاد به بعد در چین به عنوان آشامیدنی و برای رفع تشنگی و خستگی مورد استفاده قرار گرفته است. شناسایی چای در اروپا تقریبا از اوایل قرن ۱۷ شروع شد وبه تدریج در

ممالک هلند ، آلمان ، فرانسه ، انگلستان ، روسیه و بالاخره در ۱۶۹۰ در ممالک متحده آمریکایی شمالی مصرف آن رواج گرفت. از نظر کاشت و مصرف چای چین اولین محلی است که این گیاه در آنجا کاشته شده و به مصرف رسیده است و از این کشور به سایر نقاط برده شده است.

مشخصات گیاهشناسی درخت چای

برگ درخت چای که از نظر اقتصادی و بهره برداری قسمت اصلی این گیاه را تشکیل می‌دهد همیشه سبز است و دارای شکل کشیده نوک تیز بوده و کناره آن دارای دندانه‌های ریز است و برگها بطور متناوب اطراف شاخه قرار گرفته‌اند. موقعی که برگها کوچک و جوان هستند پوشیده از کرکهای سفید ولی برگهای مسن صاف ، براق و بدون کرک می‌باشند. گلهای درخت چای بطور خوشه‌ای و مجتمع و یا تک گل در بغل برگ ظاهر می‌شوند و دارای ۵ گلبرگ و ۵ تا ۷ کاسبرگ و تعداد زیادی پرچم هستند. تخمدان دارای ۳ تا ۴ حفره بوده که درکدام از یک تا ۴ دانه مشاهده می‌شود میوه چای یک کپسول است.

انواع چای

۰- چای سیاه (BLACK TEA): روند تولید آن به این نحو می باشد که برگهای چای را پس از برداشت آن در دما و رطوبت کنترل شده رها می کنند تا اکسید گردد. اکسیداسیون در چای سبز قابل ملاحظه بوده و مدت آن ? هفته تا یک ماه بطول می انجامد. سپس برگهای چای خشک می گردند تا روندااکسیداسیون متوقف گردد. چای سیاه نسبت به انواع دیگر کافئین بیشتری دارد بهمین خاطر طعم آن قویتر می باشد. اما بر خلاف چای سبز، چای سیاه طعم خودرا پس از گذشت سالها از تاریخ تولید حفظ میکند. این نوع چای متداولترین و پر مصرف ترین نوع چای در دنیا میباشد.

-?چای سبز(GREEN TEA): روند اکسیداسیون در این نوع چای پس از حداقل اکسید شدگی متوقف می گردد. پس از چیدن برگ های چای سریعا با بخار آب داغ آنزیمهای اکسید کننده موجود در برگهای چای را از میان برده و سپس برگها را خشک می کنند. در واقع در چای سبز مرحله اکسیداسیون حذف می گردد. این نوع چای طعم ملایم و گیاه مانندی دارا بوده و بیشتر در چین و ژاپن

مصرف میگردد.

- ?چای اولانگ(OOLONG): اولانگ به معنی اژدهای سبز می باشد و مرحله اکسیداسیون آن ? تا ? روز بطول می انجامد. این چای نیز در چین و ژاپن مصرف می گردد.

- ?چای سفید(WHITE TEA): در تهیه آن از برگهای تازه روئیده (جوانه ها) چای استفاده میگردد که اکیسد نیز نمیگردند. بیشترین اثر ضد سرطانی را این نوع چای به خود اختصاص داده است. این چای در چین مصرف میگردد.

انواع دیگر چای بر حسب ترکیبات آن

چای یخ (ICED TEA): معمولا به چای اندکی لیمو ترش و شیره ذرت

اضافه شده و درون فنجان حاوی یخ ریخته شده و سرو می گردد.

چای کوهی (نام علمی Hypericum perforatum) گیاهی است از تیره کلازیاسه (Clusiaceae) که معمولاً ـ به صورت خودرو در میان کشتزارهای گندم و ذرت یافت می شود و به مقدار زیاد در آمریکا و اروپا پرورش می یابد و در ایران در دامنه کوههای البرز، چالوس، مازندران و نقاط غرب ایران و در مسیر قله چین کلاغ به حد زیادی می روید.

نام‌های دیگر آن گل راعی، هزارچشم، علف چای، هوفاریقون است.

گلهای این گیاه به رنگ سفید یا زرد است که در بالای ساقه به صورت مجتمع به چشم می خورد که این گلها کمی معطر و دارای بوی مخصوصی است. چای کوهی از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و خواص درمانی بسیاری دارد این گیاه ضد کرم

معده و روده است و گرفتگی صدا را باز می کند. این گیاه برای درمان مرض کزاز بکار می رود و اگر برگ آن را به صورت پودر روی زخمهای عمیق بپاشید این نوع زخمها را خوب می کند. چای کوهی درمان کننده بیماری مننژیت است؛ درد پشت و گردن و خشکی گردن را درمان می کند و ضدافسردگی است. این گیاه اشتها را باز می کند بنابراین می توان آنرا به بچه ها و افراد مسن که اشتها ندارند داد. کسانی که از داروهای آسم و ضدسرماخوردگی و حساسیت استفاده می کنند نمی توانند چای کوهی مصرف کنند خاصیت این گیاه در درمان افسردگی به اثبات رسیده و مکانیزم اثر ضد افسردگی آن از طریق مهار آنزیمی است.ماده موثره این گیاه هایپریسین میباشد که فراورده های آن هم بر اساس همین ماده استاندارد سازی می‌شوند و اثر ضد افسردگی گیاه نیز مربوط به این ماده میباشد.در واقع این ماده مهار کننده ی آنزیم mono amino oxidase Mao میباشد که کاملاً ـ مانند داروی ترانیل سیپرومین میباشد. از این گیاه دو فراورده دارویی در بازار ایران موجود میباشد.قطره هایپیران و قرص پرفوران که هر دو در درمان افسردگی کاربرد دارند. نکته قابل ذکر در مورد این گیاه و فراورده های آن تداخلات زیاد آن میباشد که مصرف آن را محدود نموده است و دلیلش هم مهار آنزیمی است.

سبک انگلیسی(ENGLISH STYLE): در این روش چای همراه با خامه

و لیمو ترش سرو میگردد.

بوبا (BUBBLE TEA،BOBA): این نوشیدنی تشکیل گردیده از چای یخ،

شیر و گوی های صمغ مانندی که به مروارید موسوم بوده و از گیاه تاپوئیکا تهیه میگردد.

چای کیسه ای (TEA BAG): در چای کیسه ای از

خاک چای استفاده میگردد که از نظر دوستاران چای زیاد

محبوب نمیباشد.

در فرهنگهای مختلف چای را همراه با مواد گوناگونی مصرف میکنند مانند:هل، شکر، عسل، لیمو ترش، شیر، مربای میوه ها و چاشنی های دیگر.

چگونه چای را دم کنیم

چگونگی دم کردن چای سیاه: آب رابه درجه جوش رسانده ??? (درجه سانتی گراد) سپس روی چای میریزیم- زمان دم کشیدن نباید کمتر از ?? ثانیه و طولانی تر از ? دقیقه گردد- زیرا پس ازآن تانین چای بتدریج آزاد شده و اثر محرک کافئین را خنثی و طعم چای را نیز تلخ میکند.

چگونگی دم کردن چای سبز: دمای آی در این حالت باید ??-?? درجه سانتی گراد باشد. معمولا هر چه کیفیت چای سبز بالا تر باشد دمای آب نیز میباشد کمتر باشد. ترجیحا بهتر است قوری چای پیش از دم کردن چای از قبل با قرار دادن قوری درون یک کاسه حاوی آب داغ، گرم گردد.

چگونگی دم کردن چای اولانگ: همانند دم کردن چای سبز میباشد اما دمای آب در این نوع چای میباید ??-??? درجه سانتی گراد باشد.

برای جلوگیری از پخش شدن تفاله های چای درون

قوری میتوانید از وسیله ای بنام اینفیوزر (TEA INFUSER) استفاده کنید که یک کره تو خالی مشبک است و چای را هنگام دم کردن درون آن ریخته و سپس درون قوری می اندازیم.

ترکیبات تشکیل دهنده چای

-?کافئین.

- ?تیوفیلین (THEOPHYLLINE): این ماده ساختاری همچون کافئین دارد که هم در چای سبز و هم سیاه موجود میباشد. اثرات آن در بدن عبارت است از:

شل کردن عضلات نایژه های ریه، افزایش جریان خون کلیه ها، افزایش انقباض پذیری و کارایی عضلات قلب، افزایش ضربان قلب، کاهش فشار خون و اثرات ضد التهابی.

- ?تانین (TANNIN): یک پلی فنول تلخ مزه میباشد. که اثر آن در بدن آرام بخشی سیستم عصبی مرکزی انسان میباشد. یک عیب تانن این است که از جذب مواد معدنی به ویژه آهن ممانعت میکند.

- ?تیانین (THEANINE): در چای چندین آمینو اسید وجود دارد اما بیشترین میزان اسید آمینه چای را تیانین تشکیل میدهد. عمده طعم چای به خاطر وجود همین ماده است.

- ?کاتچین(CATECHIN): این ماده بسیار مفید بوده و برای سلامتی بسیار سودمند است. کاتچین در چای سبز و سیاه وجود داشته اما میزان آن در چای سبز بیشتر میباشد. اثرات آن در بدن عبارتند از:

ضد سرطان میباشد، کاهش دهنده کلسترول خون، یک آنتی بیوتیک و آنتی ویروس قوی، جلوگیری از افزایش یافتن فشار خون و جلوگیری از افزایش یافتن قند خون.

- ?ویتامینهای E,C,B COMPLEX: ویتامین ای یک آنتی اکسیدان قوی میباشد که برای بدن بسیار مفید است. ویتامین سی کاهش دهنده استرس بوده و علایم سرماخوردگی را نیز تقلیل میدهد. ویتامین ب کمپلکس کمک میکند به متابولیسم کربوهیدراتها.

- ?فلوراید و فلووانوئید (FLAVONOID): فلوراید در استحکام دندان و فلووانوئید از ایجاد بوی بد دهان پیشگیری کرده و همچنین دیواره عروق خونی را تحکیم میکند.

- ?همچنین چای حاوی فیبر، کربوهیدرات، لیپید و کاراتنوئید نیز میباشد.

چای یک محرک است و یا یک آرام بخش؟

هر دو. چای تا پیش از ? دقیقه از دم کشیدن اثر محرک دارد اما پس از این مدت بتدریج از خاصیت محرک بودن آن کاسته شده و به خاصیت آرام بخشی آن افزوده میگردد. پس از گذشت ? دقیقه از دم کشیدن چای کاملا به یک آرام بخش مبدل میگردد.هر دو نوع چای سیاه و سبز برای سلامتی انسان مفید میباشند اما چای سبز بسبب آنکه عمل اکسیداسیون روی برگهای آن صورت نگرفته خاصیتش از چای سیاه بیشتر است.

فواید چای برای سلامتی بدن

- ?پیشگیری، تسکین علایم و تسریع بهبودی سرماخوردگی و آنفولانزا.
- ?پیشگیری از بوی بد دهان.
- ?پیشگیری و کاهش اثرات دیابت نوع دوم.
- ?کاهش علایم مواد حساسیت زا.
- ?کاهش علایم عارضه پارکینسون.
- ?گسترش عفونت ویروس HIV را در بدن کاهش میدهد.
- ?حفظ کننده تعادل مایعات بدن میباشد.
- ?رفع خستگی و استرس.
- ?پیشگیری و التیام درد بیماری آرتروز.

- ??پیشگیری از عارضه پوکی استخوان.

- ??آسیبهایی که سیگار به DNA وارد می آورد را کاهش میدهد.

- ??کند کننده روند پیری.

- ??جلوگیری از لخته شدن خون.

- ??یک ضد ویروس و ضد باکتری.

- ??افزایش متابولیسم و کمک به کاهش وزن.

- ??افزایش کارایی سیستم ایمنی بدن.

- ??اثرات ضد التهابی دارد.

- ??تصفیه خون و کنترل فشار خون و کلسترول .

- ??پیشگیری از اختلالات پوستی .

دیگر فواید چای

یکی از دلایل این که دم کرده چای در دوران گذشته در نجات زندگی افراد موثر بوده این است که آب جوشیده باکتریهای بیماریزا رااز بین میبرده. براساس نتایج یک تحقیق گسترده در هلند،خطر سکته مغزی برای مردانی که روزانه چهار پنج فنجان چای مینوشند ۷۰ درصد کمتر است . یک تحقیق دیگر در سال ۱۹۹۳ اعلام کرد مصرف زیاد چای، حملات قلبی مهلک را کاهش میدهد.

جان فولتس مدیر مرکز پیشگیری یک مدرسه پزشکی به این نتیجه رسیدکه چای از ایجاد لخته های خطر ناک خون که منجر به حملات قلبی و سکته میشود جلوگیری میکند. سایر مطالعات نیز نشان میدهد که سطح چربی خون و فشار خون برخی مصرف کنندگان چای پایین تر است. بیش از ۲۰ تحقیق در مورد حیوانات نشان داد که چای ممکن است از بعضی سرطانها مثل دستگاه گوارش،دستگاه تنفس و پوست جلوگیری کند.

"وایسبرگر "که پیشتر به نام وی اشاره شد اظهار میکند که نوشیدن چای همراه با خوردن مقداری میوه و سبزیها یک راه چاره ارزان و آسان برای کاهش خطر برخی سرطانها باشد. محققان دانشگاه حفاظت" کیس وسترن"در" کلویلند "دریافتند که مصرف چای تا ۹۰ درصد از آفتاب سوختگی منجر به سرطان پوست جلوگیری میکند.

حسن مختار"متخصص پوست که یک مطالعه منتشر نشده را راهبری کرده، میگوید": در آینده چای یکی از راههای محافظت پوست در برابر آفتاب خواهد بود ".دانشمندان تذکر میدهند، این که چای ممکن است در برابر برخی سرطانها محافظ باشد به دلایل گوناگون بودن عوامل بیماریهاست.

سر انجام اینکه چون چای حاوی فلوراید است، میتواند مقاومت دندانها را زیاد و از پوسیدگی آنها جلوگیری کند.در مطالعات آزمایشگاهی محققان ژاپنی پی بردند که چای با پیشگیری از تشکیل پلاک دندانی برخی باکتریهای دندانی را که میتوانند باعث بیماری لثه شوند ،نابودمی کند.

مضرات نوشیدن چای

نوشیدن چای (از نوع چای سیاه) پررنگ و غلیظ ممکن است برای عده ای باعث تحریک اعصاب و تپش قلب شود . همچنین نوشیدن چای پررنگ برای خانمها احتمال ابتلا به سرطان سینه را افزایش می دهد .

یکی از شیمیدان های معروف چینی می گوید ": چینی ها هر روز حدود بیست فنجان چای می نوشند ، بدون آنکه ضرری متوجه آن ها باشد، زیرا روشی را که در جوشاندن و دم کردن چای به کار می برند سبب می شود که قسمت عمده ای از (تانن) مضر

آن خارج شود ".

طریقه دم کردن چای به روش چینی

(این روش مخصوص دم کردن چای سیاه است.)

ابتدا سماور را ازآب صاف (آب چشمه بهتر است) پر کرده و بجوشانید .

در مقابل هر فنجان چای که مایلید دم کنید دو انگشت چای (مقدار چایی که میان انگشت شصت و سبابه قرار می گیرد) را در قوری ریخته و کمی آب جوش روی آن بریزید .و مدت ۲ دقیقه در کناری بگذارید. پس از ۲ دقیقه آب آن را خالی کنید . زیرا آب دارای مقدار زیادی (تانن) است سپس قوری را از آب جوش پر کرده ۳ تا ۵ دقیقه آن را روی سماور بگذارید تا دم بکشد.این چای مقدار زیادی از عناصر مضر خود را از دست داده است.

معطر کردن چای

برای معطر کردن چای می توان به آن مقداری گل یاس، گل سرخ، گل بهار نارنج، نعنا، هل، لیمویخشك یا تازه، چند پر زعفران(بسته به علاقه و ذائقه) را به صورت ترکیبی یا به تنهایی اضافه کرد.

شفابخش و انرژی زای قدیمی

در بسیاری فرهنگها در سراسر تاریخ ، چای به عنوان یک معجون شفابخش تلقی شده است. بیش از هزارسال قبل راهبان بودایی به دلایل مذهبی چای مینوشیدند ومعتقد بودندکه در زمان مدیتیشن به بیدار ماندن آنها کمک میکند.

راهبان بودایی همچنین معتقد بودند چای دارای نیروهای شفا بخش است و همراه با گسترش بودیسم ، چای وتقاضا برای آن نیز افزایش یافت. یکی از بزرگان ژاپنی قرن سیزدهم بنام" شوگون "در اثر پرخوری در آستانه مرگ قرار گرفته بود که یک راهب به او رژیم چای توصیه کرد و او بهبود پیدا کرد،همین کافی بود تا مردم ژاپن بیشتر به دم کردن چای روی بیاورند.

هلندیان در قرن هفدهم چای را از چین به اروپا اوردند.در اروپا چای در مغازه های عطاری عرضه میشد." نیکلاس تولپ "پزشک هلندی در کتاب خود تحت عنوان مشاهدات پزشکی در سال ۱۶۴۱ اعلام کرد،با نوشیدن چای از همه بیماریها در امان هستید و عمرتان طولانی میشود. در قرن ۱۸ زمانی که " آن "ملکه انگلیسی به عنوان نوشیدنی صبحانه خود چای را بجای آبجو انگلیسی انتخاب کرد ، مد بر مباحث پزشکی غلبه کرد .

دلیل دیگر رواج چای اجازه رفتن خانمها به چایخانه به جای قهوه خانه بود و این باعث شد چای در بین زنها عمومیت یابد. البته برای مدتی نوشیدن چای در مستعمرات امریکا تحریم شد. زمانی که بریتانیایی ها بر خریداران چای حتی برای اهداف درمانی ،مالیات تحمیل کردند،مستعمره نشینان در برخی جوامع به اعتراض برخاستند، بعدها همین معترضان تند خو مخفیانه سوار کشتیهای بریتانیایی شدند و ۳۴۲ صندوق چای را به" بوستون هاربور "بردند و با بهای ارزانتری آن را فروختند.

اکسیر

برای رسیدن به فواید سلامتی بخش چای روزانه چقدر باید نوشید"؟ وایسبرگر "میگوید ۴ یا ۵ بار و سایرین میگویند کمتر از آن هم کافی است. محققان مطمئن نیستند افزودن لیمو به چای اثر آن را کاهش میدهد یا خیر. افزودن شکر میتواند به دندانها آسیب بزند. پس بهتر است چای رابدون افزودن چیزی به آن بنوشید. وایسبرگر میگوید: خوشبختانه چای خنک نیز مانند چای داغ مفید است. این مطالب در جایی مثل آمریکا که از سا ل ۱۹۰۴ به بعد چای خنك(ایس تی) مینوشند رضایت بخش است.

حال، حدود ۸۰ درصد از چای خود را خنک مینوشیم. اما هیچ تحقیقی برای فهمیدن اینکه یک فنجان چای ملایم میتواند دل و جرئت انسان را بالاـ ببرد، لاـزم نیست. حکیم چینی" تین یی هنگ "معتقد بوده ": نوشیدن چای برای فراموش کردن غوغای دنیا است."

مطالعه ای تازه در ژاپن نشان می دهد که نوشیدن چای سبز می تواند خطر مرگ در اثر ابتلا به طیفی از بیماری ها را به میزان قابل توجهی کاهش دهد.

محققان با بررسی اطلاعات پزشکی بیش از ?? هزار نفر دریافتند که چای سبز خطر مرگ در اثر بیماری قلبی را بیش از ?? درصد کاهش می دهد.

اما متخصصان قلب در بریتانیا می گویند که این فواید ممکن است ناشی از رژیم غذایی ژاپنی ها در کل باشد چرا که غذاهایی که مردم این کشور عادت به مصرف آنها دارند از غذاهای رایج در غرب سالم تر است.

نتایج این تحقیق در نشریه انجمن پزشکی آمریکا چاپ شده است.

صرفنظر از آب، چای پرمصرف ترین نوشیدنی در جهان است و هرساله سه میلیارد کیلوگرم چای در جهان تولید می شود.

مطالعات انجام شده در آزمایشگاه ها و به روی حیوانات نشان داده است که به خصوص چای سبز (در مقایسه با چای تیره) دارای فواید زیادی برای سلامتی است.

بیشترین بهره برای زنان

در این مطالعه که در سال ???? آغاز شد محققان دانشگاه توهوکو فواید احتمالی چای سبز برای انسان را بررسی کردند.

آنها اطلاعات مربوط به ?? هزار و ??? فرد سالم ?? تا ?? ساله اهل شمال ژاپن، جایی که چای سبز مصرف زیادی دارد، را بررسی و تحلیل کردند.

در حدود ?? درصد مردم این منطقه چای سبز می نوشند به طوری که بیش از نیمی از آنها روزانه سه فنجان یا بیشتر از آن مصرف می کنند.

اطلاعات مربوط به این افراد برای مدت ?? سال ???? (تا) ???? دنبال شد. در پایان این دوره ? هزار و ??? نفر از آنها به دلایل گوناگون درگذشته بودند.

پژوهشگران همچنین داده های جمع آوری شده در طول ? سال ???? (تا) ???? را بررسی کردند تا مرگ و میر در اثر علل مشخص را بررسی کنند.

در این دوره هفت ساله ???، نفر از بیماری قلب و ???? نفر در اثر سرطان درگذشتند.

در طول مطالعه ?? ساله، نرخ مرگ در اثر کلیه عوامل، برای کسانی که روزانه ? فنجان یا بیشتر چای سبز نوشیده بودند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر نوشیده بودند ?? درصد کمتر بود.

مطالعه ? ساله برای کشف علل خاص مرگ و میر نیز نشان داد که خطر مرگ در اثر بیماری قلبی برای گروهی که ? فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشند ??، درصد کمتر بود.

ولی هیچ رابطه قابل توجهی میان مصرف چای سبز و مرگ در اثر سرطان مشاهده نشد.

در سراسر این مطالعه فواید چای سبز ظاهرا برای زنان بیشتر بود.

زنانی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشیدند - در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر مصرف می کردند?? - درصد کمتر با خطر مرگ در اثر بیماری قلبی روبرو بودند.

اما این مطالعه رابطه ای میان مصرف چای سیاه یا اولانگ و کاهش خطر مرگ در اثر بیماری قلبی نیافت.

"آمار پایین بیماری"

دکتر شینیچی کوریاما، که این مطالعه تحت سرپرستی او انجام شد، گفت": مهمترین یافته این است که چای سبز ممکن است عمر افراد را از طریق کاهش خطر بیماری قلبی افزایش دهد".

اما الن میسون، پرستار قلب در بنیاد قلب بریتانیا، گفت که رژیم غذایی ژاپنی ها در مجموع خیلی سالم است و این یافته ها ممکن است در مورد کسانی که به سبک غربی غذا می خورند صادق نباشد.

وی گفت": آمار بیماری قلبی در ژاپن هم اکنون یکی از کمترین ها در جهان است و تصور می شود رژیم غذایی ژاپنی ها نقشی عمده در پایین نگاه داشتن آن بازی می کند".

وی با اشاره به اینکه چربی اشباع شده در غذاهای رایج در بریتانیا بیشتر از ژاپن است، ابراز تردید کرد که نوشیدن همان مقدار چای سبز در بریتانیا تاثیری عمده بر نرخ ابتلا به بیماری قلبی داشته باشد.

قدمت استفاده از چای به بیش از ؟؟؟؟؟؟ سال قبل میرسد. شواهد گیاهشناسی نشان می‌دهند که هند، چین، برمه و تایلند خاستگاه چای می‌باشند. به نظر میرسد کلمه انگلیسی Tea از کلمه مالاکائی" teh "یا کلمه چینی" t'e "گرفته شده باشد. اصطلاح چینی "Ch'a "منشاء نامگذاری چای در سایر زبانها می‌باشد. هلندی‌ها و پرتغالی‌ها که اولین وارد کننده‌های اصلی چای بودند احتمالاً این نام‌ها را به کشورهای اروپایی و خاورمیانه معرفی نمودند. چای دارای بهترین کیفیت از جوانه‌های تازه شامل دو یا سه برگ اول بعلاوه شکوفه‌های در حال رشد بدست می‌آید چای با کیفیت پائین که در تهیه چای فوری و brick tea به کار می‌رود از برگ‌های پائین ساقه حاصل می‌شود.

از چای سبز در طب سنتی هند به عنوان نشاط‌آور ضعیف، محرک مدر و قابض و در طب سنتی چین بعنوان قابض، تقویت کننده قلب، محرک سیستم عصبی مرکزی و مدر استفاده شده است. سایر کاربردهای سنتی آن در درمان نفخ، تنظیم درجه حرارت بدن، تسریع هضم و بهبود روندهای تفکر بوده است.

نتایج مطالعات بالینی

بیماریهای قلبی- عروقی: بین محتوی فلاونوئید رژیم غذایی و کاهش خطر بیماری قلبی ارتباط مثبت قوی وجود دارد. موادی مانند چای، پیاز و سیب حاوی فلاونوئید هستند. همچنین مصرف کنندگان چای سیاه فشار خون سیستولی کمتری دارند.

اختلال عملکرد مغزی : خاصیت ضد اکسیداسیون پلی فنولهای چای سبز ممکن است در اختلالات مغزی یک اثر محافظتی داشته باشد.

اختلالات چربی: چای معمولاً موجب کاهش چربیهای خون می‌شود اما در همه مطالعات نتایج یکسانی حاصل نشده است.

اختلالات کلیوی: پلی فنولهای موجود در چای سبز عملکرد کلیه را در بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیه بهبود می‌بخشند.

سرطان: در ژاپن خوردن حداقل ؟؟ فنجان چای در روز با کاهش خطر سرطان معده همراه بوده است. همچنین مطالعات مختلفی در ارتباط با تأثیر مثبت چای در پیشگیری از سرطان لوزالمعده، روده بزرگ، ریه و رحم انجام شده است.

پوسیدگی دندان: عصاره برگ چای سبز دارای اثرات ضد میکروبی است و از ایجاد پلاک و پوسیدگی دندان جلوگیری می کند.

کاهش وزن: پلی فنولهای چای سبز فعالیت آمیلاز بزاق(آنزیم تجزیه کننده قندها) را مهار می کند. جالب است بدانید که چای بدون داشتن عوارض خطرناک داروهای کاهنده وزن میتواند موجب کاهش وزن، اندازه دور کمر و تری گلیسرید خون مبتلایان به چاقی شود.

موارد منع مصرف:

اعتقاد بر آنست که قبل و بعد از دریافت فرآورده‌های آهن و در شیرخواران نباید از چای سبز یا ترکیبات پلی فنول آن استفاده نمود. شواهد موجود حاکی از آنست که مقادیر بیش از ؟؟؟ میلی لیتر در روز با سوخت و ساز آهن تداخل نموده و موجب کم خونی می‌شود. شواهدی مبنی بر منع مصرف در حاملگی وجود ندارد با اینحال باید با پزشک مشورت نمود. مصرف چای سبز در دوران شیردهی توصیه نمی‌شود.

تداخلات دارویی:

افزایش اثر متی سیلین و بنزیل پنی سیلین، تشدید اثر آسپیرین و سایر داروهای
ضد انعقاد مانند وارفارین (ویتامین K موجود در چای سبز میتواند بر ضد اثرات وارفارین عمل نماید).

عوارض:

مصرف بیش از حد کافئین که در چای سبز و بعضی از عصاره های آن وجود دارد در بعضی از افراد باعث علائمی مانند عصبانیت، بیخوابی و بیقراری می‌شود.

توجهات ویژه:

چای دارای مقادیر کم سدیم و مقدار زیادی پتاسیم است و از آنجا که بیماران مبتلا به بیماری کلیوی مرحله پایانی بایستی مصرف پتاسیم خود را محدود نمایند، بایستی به این مسئله توجه نمایند. علاوه بر این انواع چای ممکن است موجب تحریک بروز آسم در افراد حساس شوند.

دانشـمندان یکی دیگر از فایـده هـای بـالقوه سودمنـد چـای را کشـف کرده انـد و می گوینـد کـه ممکـن اسـت در مقابـل بیمـاری پارکینسون از انسان محافظت کند.آنها یک ماده شـیمیایی ضداکسیداسیون (antioxidant) در چای سبز کشف کرده انـد که از انسـان در مقابـل چنـدین نوع بیمـاری محـافظت می کنـد.متخصـصان مصـرف چـای سـبز را به کـاهش خطر ابتلا ـ به سـرطان سـینه، لوزالمعـده، روده، مری و ریه در انسـان مربوط می داننـد.این گیاه حاوی ماده قدرتمنـد و ضداکسیداسیـون" پلی فنول "است. ثابت شده است این ماده در مقابل بیماری قلبی از بدن محافظت می کند.

پژوهشـهای پیشـین درباره حیوانات نشان داده بود که عصاره چای سبز می تواند دارای خواص محافظتی در مقابل پارکینسون باشد، اما ساز و کار اصلی عامل محافظت روشن نشده بود.

با این حال، دانشـمندان آمریکایی در نشـست سالانه" آکادمی عصب شناسـی آمریکا "گفتنـد که در درک عملکرد این ساز و کار که در آن" پلی فنول "با بیماری پارکینسون مقابله می کند، پیشرفت هایی حاصل کرده اند.

این بیماری با از بین رفتن سلول های مغزی تولید کننده" دوپامین "که حرکات بدن را کنترل می کند، همراه است.

محققان در" کالـج پزشـکی بیلور "در شـهر هوسـتون دریافتنـد که مواد ضداکسیداسـیون موجود در چای به مبارزه با رادیکال های آزاد کمک می کنند.

رادیکال های آزاد به سلول های مغزی آسیب می رساند و می تواند در مواردی به پارکینسون منجر شود.

بـا این حال این پژوهش تنها درباره موش انجام شـده است و هرچنـد دارای نتایـج مثبت بوده است، اما دانشـمندان می گویـد اکنون باید پلی فنول را روی انسان آزمایش کرد.

کارشـناسان می گویند موفقیت آزمایش در موش ها می تواند به آن معنی باشد که آن دسته از بیماران مبتلا به پارکینسون که چای سبز می نوشند یا از کپسول پلی فنول استفاده می کنند، احتمالا کمتر از سایرین از پیشرفت بیماری رنج می برند.

یـک سـخنگوی انجمن بیمـاری پـارکینسون در بریتانیـا گفت که در صورت اثبـات تـاثیر چـای سبز در جلوگیری از پـارکینسون در انسان"، باید میزان مصرف مورد نیاز آن مشخص شود".

نکاتی مهم هنگام مصرف چای

آیا خوردن چای بعد از صرف غذا باعث از بین بردن آهن آن می شود؟ و آیا باید مدت زمانی بعد از صرف غذا چای خورد؟

از نظر علمی چـای دارای ترکیباتی به نام تانن است که مزه‌ی تلـخ چای را ایجاد می کنـد. تانن‌ها با آهن ایجاد رسوب می نماینـد و این رسوب به دلیل درشتی ملکول و سـنگینی، غیر قابل جذب است. لذا در صورتی که غذای مصـرفی دارای آهن بوده و بلافاصله

بعـد از آن چای پُررنگ به مقـدار زیاد مصـرف شود، از جـذب آهن آن جلوگیری می کنـد و بهتر است از چای کم رنگ به میزان کم و با اندکی زمان پس از صرف غذا، به خوردن آن مبادرت کرد.

میزان مصرف چای

چای جزو گیاهان خوراکی طبقه بنـدی شده است که مصـرف متعادل آن دارای عارضه‌ی جانبی نیست، ولی به دلیل داشـتن کافئین که می تواند تا ۴ درصد وزن چای را تشـکیل دهد، مصرف بیش از حد آن می تواند عوارضی را به دنبال داشته باشد. این عوارض اکثراً مربوط به کافئین بوده و به دلیل متغیر بودن درصد کافئین در انواع چای نمی توان عدد خاصـی را برای حداکثر میزان مصـرف چـای در دنیا ذکر کرد. مثلاً گزارشـی در مورد خانمی که روزانه ۶۵ گرم چای (چای خشك) را به مـدت ۵ سال مصرف نموده و دچار عوارض کبدی شده است وجود دارد. البته این میزان مصرف، بیش از ده برابر مصرف چای در افراد ایرانی است.

به‌طور کلی مصرف چای در حد متعادل دارای عوارض جانبی نبوده و می تواند فواید بسیاری را بر بدن اعمال کند.

چای سبز باعث کاهش خطر ابتلا به سرطان می شود.

این آزمایش توسط کالج سـلامت عمومی دانشـگاه آریزونا و مرکز سرطان آریزونا انجام گرفت. محققین اثر مصرف چهار خوراک ۱۸ اونسـی در روز از چـای سبز بـدون کـافئین ?چای سیاه بـدون کافئین ?یا آب را برای مـدت چهار ماه، روی ۱۴۳ سیگاری قهار آزمـایش کردنـد. نتیجه مطالعات نشان داد میزان ۸-OHdG که نشـان دهنـده خسارت به DNA است ?به میزان تکـان دهنـده ۳۱ درصد کاهش پیدا کرد. البته برای دو گروه دیگر نتیجه این نبود.

اکسیده شدن DNA در کنـار بیماریهـای قلبی عروقی از جمله عوامل ایجاد سـرطان است. پلی فنل های چای نه تنها آنتی اکسـیدان های قوی هسـتند، بلکه همچنین بارورکننده فاز ۲ آنزیم هـای سم زدا که نتیجه اش از بین بردن بیش از پیش آسـیب هـای وارده به DAN که باعث کاهش خطر ابتلا به سرطان است، می‌شود.

مسول این آزمـایش: ایمـان حکیم دکـتر و پروفسور مرکز مطالعـات سـرطان در آریزونـا و مـدیر گروه دانشگاه سـلامت عمومی در دانشگاه آریزونا. بیماران مورد مطالعه مخصوصا سیگاری انتخاب شده بودند تا برسی فاکتورهای سرطان زا در آنها راحت‌تر باشد.

محققین همچنین معتقدنـد که فرآینـد جداسازی کافئین از چای ?بیشتر چای سـیاه را تحت تاثیر قرار میدهد تا چای سبز را. به همین خاطر اکثر مواد موثره چای سیاه در این آزمایش در فرآیند خارج سازی کافئین از دست رفته است.

ترکیب شیمیایی برگ چای

مواد متشـکله برگ چای عبارتند از مواد سـلولزی ، مواد صـمغی ، دکسترین ، پکتین ، مواد چربی ، مواد مومی ، نشاسته ، قند ، اسید گالیك ، اسید اگزالیك ، کورستین ، مواد پروتئینی ، الیاف ، مواد معدنی ، تانن ، کافئین یا تئین ، ترکیبات معطر و بالاخره دیاستاز.

آب و هوای مطلوب چای

درخت چای جزء گیاهان مناطق گرمسیر مرطوب می‌باشد یعنی در نواحی که معمولا مقدار گرما هیچگاه به صفر درجه نمی‌رسد و نزولات آسمانی نیز سالیانه در حدود ۱۸۰۰ تا ۲۰۰۰ میلیمتر است. این گیاه تا اندازه‌ای مقاوم به سـرما بوده و بدین ترتیب اگر سرما با برف همراه باشد بطوری که برف بوته‌ها را بپوشاند تا ۵درجه سرما را تحمل می‌کند.

تنهـا عامـل محـدود کننـده سـطح کـاشت چـای علاوه بر نوع خاك ، رطوبت هوا و مقـدار بارنـدگی سالیانه محل کاشت می‌باشـد. رطوبت زیاد مورد نیاز بوته چای بیشتر در رطوبت هوا می‌باشد تا رطوبت در خاك. از این نظر زمین باید نم باشد. اراضـی سنگین و باتلاقی برای کاشت و دادن محصول به هیـچ عنوان خوب نیست. رطوبت زایـد در اطراف ریشه باعث پوسـیدن آن شده و گیاه را از بین می‌برد.

خاك مطلوب چای

بوته چای گیاهی است فرار از آهک بنابراین از نظر واکنش شیمیایی چای را باید در خاکهای ترش (اسیدی) کاشت. حد اسیدیته خاک برای این محصول در حدود ۵.۵ است و هر گاه PH از این مقدار تجاوز کرد و یا کمتر شد باید با وسایل مناسب میزان اسید خاک را به ۵.۵ رساند. هر گاه اسیدی خاک زیادتر از این مقدار شد با دادن کودهای قلیایی و یا مخلوط کردن آهک به مقدار مناسب میزان اسیدی خاک را اصلاح می کنند.

هر گاه PH بیشتر از این مقدار شد با مخلوط کردن مقداری گرد گوگرد که ممکن است تا ۶۰۰ کیلو در هکتار برسد اسیدی خاک را به حد لازم زیاد می کنند. مناسب‌ترین خاک برای کاشت چای اراضی شنی و رسی فاقد آهک یا هر ماده قلیایی دیگر می‌باشد که مقدار زیادی مواد هوموس دارا باشد.

کود مورد استفاده

کودهای ازته نشین بیش از هر نوع کود دیگر مورد استفاده قرار می گیرد علاوه بر کودهای ازته ، کلیه املاح ازت و فسفر و پتاس نیز برای تقویت گیاه لازم می‌باشد و یکی دیگر از کودهایی که از نظر قیمت نسبتا ارزان است و از نظر اصلاح خواص فیزیکی و شیمیایی زمین نیز مورد توجه می‌باشند کود سبز است. کود سبز علاوه بر اینکه تولید هوموس کرده و مقدار قابل توجهی ازت به زمین می‌دهد همچنین در فصل تابستان که تابش و حرارت آفتاب زیاد است برگ بوته‌های چای را از سوختن در مقابل آفتاب حفظ می کند.

ازدیاد درخت چای

ازدیاد نهال چای به چند طریق انجام می گیرد یکی بوسیله تولید مثل جنسی یعنی با کاشت بذر چای در خزانه و دیگری بوسیله غیر جنسی که عبارت است از ازدیاد بوسیله قلمه و خواباندن شاخه و در بعضی موارد استثنای ازدیاد بوسیله پیوند.

چای در ایران

چای منطقه خاورمیانهپیشینه ?مصرف چای در ایران به سده هفدهم میلادی می‌رسد. جهانگردان از چایخانه‌هایی گفته‌اند که بزرگان و توانگران در آن جا جمع شده و چای می‌نوشیدند.

محمد علی معروف به کاشف السلطنه چایکار، متولد ???? خورشیدی در تربت حیدریه، که از دارالفنون و سپس از سوربن فرانسه فارغ‌التحصیل شده بود، با عنوان ژنرال کنسول ایران در سال ???? خ. مأمور خدمت در هند شد. وی به عنوان سفیر ایران در هندوستان در روزگار مظفر الدین شاه قاجار اولین فرد ایرانی است که با همت والای خود و در نقش یک بازرگان به فراگیری شیوه ?کاشت و مصرف در ایران و جهان پرداخت.وی با تلاش زیاد و نبوق خود توانست نژادهای خوب و مقوی چای را کشف نموده و با زاد و ولد آنها نام خود را ماندگار نماید.همچنین او شهر لاهیجان را به دلیل وجود هوای مناسب برای کشت چای انتخاب کرد. این شهر امروز به عنوان مرکز کشت چای در ایران درآمده است. مقبره ی کاشف‌السلطنه در لاهیجان امروز به صورت گنجینه ی تاریخ چای ایران در لاهیجان درآمده است. سهم ایران ? تا ?/? درصد از مصرف کل چای جهان است.

در چند سال اخیر صنعت چای ایران دوره تلخی را پشت سر گذاشته که به گواه دست اندرکاران، در تاریخ صدساله صنعت چای ایران بی سابقه‌است.

فرآوری و طبقه بندی

انواع چای براساس نوع فرآوری خود قابل تمایز هستند. برگهای بوته گیاه چای، اگربه سرعت پس از چیده شدن، خشک نشوند، پلاسیده و اکسیداسیون میشوند.این فرآیند مشابه با تبدیل جو به مالت است، که درآن نشاسته به انواع شکر تبدیل می‌شود؛ برگهای آن به سرعت تیره می‌شوند، و سبزینه آن تخریب شده و مواد جوهرمازو درآن آزاد می‌شود. گام بعدی در فرآوری، متوقف ساختن روند اکسیداسیون درمرحله‌ای ازپیش تعیین شده و از طریق زدودن آب برگها با حرارت دادن آنها می‌باشد.

اصطلاح «تخمیر»(احتمالاًبه وسیله پرورش دهنده گان انگور، تاک) برای تشریح این فرآیند بکاربرده شده، و حتی درمواردی که هیچگونه تخمیر واقعی (یعنی این فرآیند با مخمر انجام نگرفته و اتانول هم تولید نشود) صورت نگرفته باشد، استعمال شده‌است.اما، بدون کنترل دقیق رطوبت و دما، قارچ‌ها بروی سطح چای رشد می‌کنند. قارچها سبب تخمیرواقعی در چای می‌شوند که سبب آلودگی چای با مواد سمی و سرطان زا گشته، که درنتیجه آن چای را باید دور ریخت.

ازلحاظ سنتی، چای براساس درجه و دوره تخمیرشدن (اکسیداسیون) برگها، به گروه‌های زیر طبقه بندی می‌شود: ؛ چای سفید: برگهای تازه (جوانه‌ها) که تحت عمل اکسیداسیون قرار نگرفته اند؛ شکوفه‌های چای را برای جلوگیری از تشکیل سبزینه (کلروفیل) ازنورخورشید می توان دورنگهداشت. چای سفید نسبت به دیگر انواع چای در مقادیر کمتری تولید می‌شود و می‌تواند از همان نوع چای که با روشهای دیگر تولید شده ازلحاظ قیمت نسبتاً گرانتر تمام شود. این نوع چای درکشورهای دیگر به غیراز چین، کمتر شناخته شده‌است، اگرچه این شناخت با عرضه چای سفید به شکل کیسه‌ای، و نیز چای سفید سرد و فوری، بیشتر شده‌است. ؛ چای سبز: فرآیند اکسیداسیون پس از گذشت زمان اندکی از طریق حرارت؛ یا با بخار، که یک روش سنتی ژاپنی است؛ یا به وسیله بو دادن آن در تابه‌های داغ، به عنوان یک روش سنتی چینی متوقف می‌شود. برگهای چای را می‌توان به شکل برگهای جداگانه یا تبدیل شده به حبه که برای تولید چای باروتی استفاده می‌شود، برای خشک کردن کنارگذاشت. فرآیند اخیر، زمان بر بوده و به عنوان نمونه تنها برای چای‌های سیاه pekoe با کیفیت بالا استفاده می‌شود. چای یک یا دو روز پس از چیدن، فرآوری می‌شود. ؛ چای اولانگ ((Oollong: عمل اکسیداسیون در حدفاصل بین استانداردهای زمانی مربوط به چای سبز و چای سیاه متوقف می‌شود. فرآیند اکسیداسیون دو تا سه روز به طول خواهد انجامید. ؛ چای سیاه|چای قرمز: می گذارند برگهای چای بطور کامل اکسیده شود. چای سیاه در بیشتر نقاط جنوب آسیا (هند، سریلانکا، بنگلادش، پاکستان و غیره)، و نیز درقرن اخیر دربسیاری ازکشورهای آفریقائی از جمله کنیا، بروندی، روآندا، مالاوی و زیمبابوه متداول بوده‌است. ترجمه لغت به لغت عبارت «چای قرمز» را درزبان چینی، می‌توان برای عاشقان چای بکار برد. چینی‌ها آن را «چای سرخ» می‌نامند زیرا رنگ مایع دم کرده آن سرخ است. غربیها هم آن را «چای سیاه» می‌گویند چون برگهای چایی که معمولاً۔دم می‌کنند به رنگ مشکی است. اما چای قرمز به Rooibos نیز اشاره می‌کند، که یک ماده دم کردنی گیاهی tisane رایج درآفریقای جنوبی محسوب می‌شود. فرآیند اکسیداسیون از حدود دو هفته تا یک ماه طول خواهد کشید. چای سیاه در طبقه بندی دیگر به عنوان چای«ناب» ((orthodox یا "CTC ("خرد، پخش و به هم پیچیده، روش تولیدی که درسال????ابداع شده‌است) مطرح می‌شود. چای‌های سیاه غیر مخلوط نیز از طریق مکان، زمان و فصل (اول، دوم، یا پاییز) تولید خود شناخته می‌شوند. چای‌های ناب و CTC طبق کیفیت برگ پس از تولید و براساس سیستم Orange Pekoe نیز درجه بندی می‌شوند. ؛ پوئر((Pu-erh:(در فلات کانتون چین به عنوان پولی(polee) نیز خوانده می‌شود)، دو نوع از این چای وجود دارد، «خام» و «رسیده». نوع خام یا سبز آن را می‌توان بلافاصله مصرف نمود یا گذاشت تا رسیده تر شود. طی فرآیند رسیدن گیاه چای، چای متحمل عملیات تخمیر ثانویه و میکروبی (باکتریایی) می‌شود. پوئر رسیده از از برگ سبز چای ساخته می‌شود که بطور مصنوعی اکسیده می‌شود تا به طعم فرآیند رسیدن طبیعی خود نزدیک شود. این عمل تحت فرآیند مشابهی کنترل می‌شود تا آنها را با هم درآمیخته نماید که درآن هم رطوبت و هم دمای چای بطور دقیقی تحت نظارت قرار می گیرد. هردو نوع چای پوئر معمولاً به اشکال مختلفی متراکم می‌شوند ازجمله قالبی، قرص مانند، کاسه‌ای شکل یا قارچ مانند. درحالی که بیشتر انواع چای درهمان سال اول تولید خود، مصرف می‌شوند، اما چای پوئر را برای بهبود طعم آن می‌توان دِیرتر مصرف کرد و نوع خامش را بین ?? تا ??سال و نمونه رسیده اش را بین ??تا?? سال نگهداری نمود، اگرچه کارشناسان و طرفداران آن درمورد دوره زمانی بهینه توقف فرآیند رسیده شدن چای با هم اختلاف دارند. بیشتر اوقات، پوئر رابرای مدت? دقیقه درآب جوش خیس می کنند. علاوه براین، برخی از ساکنان تبت از پوئر را با کره گاو کوهاندار

تبتی((Yak، شکر و نمک مِی جوشانند و چای کره گاوی که بسیار مقوی هم هست را تهیه می کنند. چای‌هایی که همچون پوئر و لیوبائوLiu bao بر روی آنها اکسیداسیون ثانویه واقع می‌شود، در چین به عنوان چای سیاه شناخته می‌شوند. این را نباید با اصطلاح انگلیسی چای سیاه اشتباه گرفت که درچین به آن چای قرمز می گویند. ؛ چای زرد: یا تحت نام چای باکیفیت در]] دربار سلطنتی [[استفاده شود، و یا چای مخصوصی مشابه با چای سبز، این نوع چای مرحله کند تری از خشک را سپری می کند. ؛ کوکیچا (Kukicha): همچنین چای زمستان نیز نامیده می‌شود، کوکیچا از شاخه‌های کوچک و برگهای کهنه و هرس شده گیاه چای طی فصل زمستانه و با برشته سازی برشته سازی خشک، عمل می‌آید. این ماده به عنوان یک غذای سالم در ژاپن و نیز در رژیمهای افزایش طول عمر بطور رایجی مصرف می‌شود. ؛ ژنمایکا(Genmaicha): درزبان ژاپنی به معنای چای برنج قهوه‌ای رنگ است، آن چای سبزی است که با برنج خشک قهوه‌ای برشته شده (برخی اوقات برنج بوداده) ترکیب می‌شود، و در ژاپن بسیارمتدام بوده اما درچین هم مصرف می‌شود. ؛ چای گل (عطری): چای‌هایی که با گلها فرآوری یا دم می‌شوند؛و هرنوع گلی هم برای گونه خاصی ازچای همچون چای سبز یا سرخ، استفاده می‌شود. معروفترین چای عطری، چای یاسمن (هیوآنگ پین در فلات کانتون، هوآچا که نوعی درخت گل در ماندارین چین است) یا چای سبز یا اولانگ معطر (یا دم شده) با گلهای یاسمن است. گلهای رز، سدر، لیچی (Lychee)، گل Osmanthus، وگل داوودی نیز جزو گلهای رایج مورد استفاده در این نوع چای هستند.

منابع :

چای http://daneshnameh.roshd.ir

چای کوهی http://fa.wikipedia.org

انواع چای و خواص آن‌ها http://ylym.wordpress.com

خواص و انواع چای http://aftab.ir

چای http://www.senmerv.com

فواید چای سیاه http://weblog.azemat.com

چای http://fa.wikipedia.org

انواع چای http://www.parsiteb.com

روغن زیتون پرمایه

روغن زیتون را در آوندی مسین اما مس قبرسی بریزند و بر آتش بگذارند که آنقدر بجوشد تا مانند عسل پرمایه گردد کار افشره فلیزهره را می کند و از آن بهتر است .

سر :اگر آن را با آبغوره بپزند تا ببندد و بر دندان کرم خورده بگذارند آن را بر می کند .

چشم : گاهی با داروهای ترکیبی چشم بکار می رود .

اندام های راننده :تا کهنه تر باشد برای اندام های درونی بهتر است . وارد کردن به نفع معده و زخم زهدان است .

مفاصل :روغن زیتون غلیظ شده نو که نپخته باشد ، سائیده اش را بر نقرس بریزند مفید است و درد مفاصل را از بین می برد .

آهن

سه نوع آهن هست شاپورگان ،برماهن و فولاد .

خاصیت :زنگ آهن گیرنده است و خورنده .چرک آهن از چرک هر آلیاژی خشکاننده تر می باشد .

ورم و جوش :زنگ آهن با آب انگور کهنه را بر جمره و سایر جوش ها بمالند مفید است .

مفاصل :زنگ آهن با آب انگور کهنه را بر نقرس بمالند مفید است .

سر :آهن را در سرکه بسیار تند بجوشانند آن سرکه در مداوای ریم و چرک همیشگی گوش بسیار مفید است .

چشم :زنگ آهن در مداوای زبر شدن پلک و ناخنه مفید است .

اندام های غذا :آهن سرخ شده را در آب فرو کنند و آن آب را با آب انگور کهنه مخلوط نمایند در علاج آماس طحال ، سستی و ناتوانی معده بسیار سودمند است .

سونش آهن مواد آبکی را اسهال می دهد لیکن در این باره سونش مس از آن مؤثرتر است .زنگ آهن گیرنده است (قبض).

اگر آن را بردارند خونریزی زهدان را بند می آورد .زنگ آهن بواسیر را خشک می کند .آهن سرخ شده را در آب انگور کهنه فرو کنند آن آب انگور اسهال مزمن را بند می آورد ،سستی مقعد و خونریزی زنانه را علاج می کند و شهوت انگیز هم هست .

خواص دارویی رازیانه

رازیانه با نام علمی Foeniculum vulgare Mill گیاهی چند ساله است که به دو صورت وحشی و زراعی در ایران دیده می شود. به طور کلی تمام قسمت های گیاه خاصیت درمانی دارد، اما بیشترین قسمت مورد استفاده آن بذر است که حاوی روغن اسانس فرار است و مهمترین ترکیب شیمیایی آن آنتول است که بیشترین خواص این گیاه مربوط به این ترکیب است. از طرفی دیگر مزه شیرین رازیانه مربوط به وجود آنتول و استراگول در آن می باشد.

از دم کرده میوه برای درمان دل درد در کودکان استفاده می شود. مواد موثره این گیاه سبب افزایش ترشح شیر در مادران می شود. اسانس رازیانه در صنایع داروسازی، نوشابه سازی، صنایع غذایی، آرایشی و بهداشتی مورد استعمال فراوان دارد.

رازیانه Foeniculum vulgare گیاهی است دیپلوئید ۲۲=n۲ و از مهمترین و قدیمترین گیاهان دارویی ایران، منشاء آن مدیترانه و متعلق به خانواده چتریان (Apiaceae) می باشد. ظاهر کلی رازیانه مخصوصا از نوع برگ بی شباهت با شوید نیست ولی بوی مطبوع و معطر و ساقه مرتفع و ریشه ضخیم گیاه به سهولت آن را از شوید متمایز می سازد. گل های آن زرد رنگ و مجتمع به صورت چتر مرکب است. قسمت مورد استفاده رازیانه، ریشه، برگ و میوه آن است ولی معمولاـ کلیه قسمت ها مورد استفاده قرار می گیرد.

در افسانه های قدیمی آمده است که مارها در زمان پوست اندازی چشمان خود را با مالیدن به رازیانه قوی می نمایند، از این روی بود که مردم برای رازیانه اثر تقویت کننده نیروی بینایی قائل بودند و حتی هنوز هم که قرن ها از آن روزگار می گذرد، مردم به آن معتقد هستند. جالینوس حکیم از مصرف آن در تهیه غذاها صحبت نموده است و در قرن پنجم برای آن اثر مسکن سرفه قائل بودند. اسانس رازیانه حاوی آنتول، استراگول، متیل اوژنول، فلاندرن، آلفاپینن، فنچون و ... می باشد. آنتول موجود در اسانس رازیانه اثر فعال کننده مراکز عصبی مغزی را دارد. طعم میوه رازیانه معطر، کم و بیش با بوی ملایم و به حالت تازه ناپسند است.

جدول زیر تاثیر عناصر غذایی در عملکرد میوه و مقدار اسانس میوه رازیانه را نشان می دهد.

عناصر غذایی (کیلوگرم در هکتار)

عملکرد میوه

٪ اسانس

(در وزن خشک گیاه)

ازت

اکسیدفسفر

اکسیدپتاس

تن در هکتار

درصد

۲۰۶/۱

۱۰۰

۲۷/۴

۴۰

۸۰

۴۰

۲۰۶/۱

۱۳۲

۴۲/۴

۴۰

۸۰

۴۰

۹۰۹/۱

۱۵۸

۲۶/۴

۴۰

۱۲۰

۴۰

۲۰۲/۲

۱۶۰

۲۶/۴

۶۰

۱۲۰

۴۰

۷۱/۱

۱۳۵

۰۱/۴

استخراج اسانس رازیانه

جهت استخراج اسانس ابتدا ۱۰۰ گرم از بذر گیاه آسیاب شده سپس به مدت ۴ ساعت با استفاده از روش تقطیر با آب اسانس گیری و درصد آن تعیین گردید. سپس باید در شرایط دور از نور نگه داری شود. مقدار اسانس بذر بین ۰۱/۲ تا ۰۱/۶ درصد گزارش شده است که بسته به شرایط اقلیمی متفاوت است. اسانس حاصل از میوه رازیانه مایعی سیال و بی رنگ یا به رنگ زرد کمرنگ است و واکنشی خنثی در مقابل تورنسل دارد (۶). وزن مخصوص اسانس رازیانه در دمای ۱۵ درجه سانتی گراد بین ۹۵٪ تا ۹۸٪ (بر حسب محل رویش گیاه) متفاوت می باشد و به مقدار بسیار کم در آب محلول است. بو و طعم آن ملایم و معطر است. بر اثر کهنگی و به مرور زمان رنگ قهوه ای پیدا می کند به همین دلیل باید در ظروف کاملا در بسته، در محل خنک و هم چنین دور از نور و روشنایی نگه داری شود.

خواص و کاربرد دارویی رازیانه:

طبع رازیانه گرم و خشک است. تخم آن گرمتر از برگ آن و ریشه آن گرمتر از سایر اعضای آن است (۷).

در طب سنتی رازیانه به عنوان ضد نفخ، مدر، دفع کننده سنگ های کلیه و مجاری ادراری ، افزایش دهنده شیر مادران مورد استفاده قرار می گیرد (۹).

در چین از جوشانده تهیه شده از گیاه به عنوان ضد قی و آشفتگی استفاده می شود و برای فتق و برای ازدیاد بینایی چشم مفید است (۱۴). برای ازدیاد ترشح شیر مفید است به طوریکه دم کرده ۱۰-۴ کیلوگرم تخم رازیانه در ۴-۳ فنجان آب جوش می تواند خیلی موثر باشد. برای رفع اسم و سرفه چند گرم تخم را در یک فنجان آب جوش ریخته به مدت ۱۵ دقیقه دم می کنند و بعد از اضافه کردن عسل به آن، آن را می خورند. دم کرده بذر رازیانه با زیره سبز برای رفع اسهال و تقویت معده با عسل و سکنجبین برای تب های کهنه مفید است. از دم کرده تخم آن برای تحلیل بادها، درد پهلو و لگن خاصره، رفع بلغم ترش، رفع اسهال مزمن، استفاده می کنند (۷).

ریشه رازیانه دیورتیک است. اثر مدر قوی دارد. اوره و اسید اوریک را دفع می کند. به علاوه اشتها آور است. ریشه به علت مدر بودن در موارد کمی دفع ادرار، سنگ کلیه، نفریت و بیماری¬هایی نظیر آن مصرف می شود زمان جمع آوری ریشه باید در اواخر پاییز باشد. (۸).

تنتور رازیانه برای مشکلات گوارشی مصرف می شود، می توان ان را با ملین¬هایی نظیر ریواس یا سنا برای رفع قولنج نیز ترکیب کنید (۱۵). دم کرده ریشه رازیانه (تازه آن موثر از خشک آن است) به اندازه یک قاشق سوپ خوری برای یک لیوان آب کوچک برای مدر مفید است مدت دم کردن باید ۱۵ دقیقه باشد (۷).

در فرانسه برای رفع سنگ مثانه یک مشت کاکل ذرت را در یک لیتر آب جوشانده، سپس دو قاشق چای خوری تخم رازیانه ریخته و دم می کنند. بعد از دم کردن می گذارند تا سرد شود و ۲-۳ فنجان از این دم کرده در روز می خورند آثار مفیدی دارد (۷).

از برگ خام و تازه آن به عنوان چاشنی برای غذا و سبزی استفاده می کنند. البته زمان جمع آوری برای برگ ها باید قبل از گلدهی باشد. (۴).

عصاره روغنی حاصل از دانه را برای ناراحتی های گوارشی تجویز می کنند. به عنوان خلط آور ملایم برای سرفه ها و ناراحتی های تنفسی هم مفید است (۱۵).

سایر موارد استفاده :

رازیانه به عنوان یک عامل طعم دهنده در مخلوطهای چای و فراورده های غذایی نیز به کار می رود. روغن رازیانه را می توان به

عنوان یک جز آنتی سپتیک در خمیر دندان ها، دهان شویه ها، به عنوان یک ترکیب در فراورده های پوستی چون ضد چین و چروک (an tincurinkle) و ضد پیری، فراورده های سلولیت، صابونها، پاک کننده ها، کرم ها، لوسیونها و مواد خوشبو کننده به کار برد (۴).

فرآورده ها

میوه رازیانه به صورت جوشانده ، شربت (همراه با عسل) ، عصاره مایع، اسانس و قرص برای مصارف داخلی به کار می رود. از جوشانده و عصاره یا اسانس برای مصارف موضعی هم استفاده می شود.

برخی از فراورده های حاوی رازیانه در ایران عبارتند از: قطره آنتی میگرن، قطره آوی پکت، قطره توسیون ، شربت تیمیان ، پودر جنرال تونیک، قرص جویدنی مکیدنی رازین، گرانول رگلیس معطر، قرص سنامین ۵/۷ ، قطره سنکل ، قطره و کپسول شیر افزا، قطره فنلین، پودر کارمین، محلول خوراکی کاروای میکسچر، پودر کار میناتیف، محلول خوراکی گریپ واتر، قرص جویدنی، مکیدنی مفتازین، لوسیون تقویت مو، سنیره و برخی از بخورها(۹).

موارد مصرف برخی داروها

- جنرال تونیک: مجموعه ای از میوه و ریشه چند گیاه دارویی است که جهت تقویت عمومی بدن، افزایش اشتها و ترمیم قوا در دوران نقاهت بیماری ها استفاده میشود. همچنین به عنوان مکمل غذایی کودکان، سالمندان و زنان باردار و شیرده کاربرد دارد. در تهیه این دارو از عصاره رازیانه استفاده می شود (۱۶).

- قرص روکشدار ژارسنامین ۵/۷: در درمان یبوست های غیر انسدادی و یبوست های مزمن به عنوان ملین و با مقادیر معین به عنوان مسهل تجویز می¬گردد.

آثار فارماکولوژی و مکانیسم اثر: اثر ملین داروهای محتوی آنتراکینون برای سالهای زیادی است که به خوبی شناخته شده است . به نظر می رسد که گلیکوزیدهای آنتراکنیون در دستگاه گوارش جذب شده و آگلیکون آزاده شده در حین متابولیسم و ترشح به روده بزرگ منجر به تحریک و افزایش حرکات پرسیتالتیک روده می شود. سنوزیدهای A و B و متابولیت های طبیعی آنها سیندین A و B بخصوص روی روده بزرگ اثر کرده و تخلیه روده را تسهیل می سازد.

عوارض جانبی: مصرف بیش از حد از میزان دستور ممکن است باعث دل پیچه شود.

مقدار مصرف: بزرگسالان به عنوان ملین ۲-۱ قرص و به عنوان مسهل شبها ۴-۲ قرص

کوکان ۱۲-۸ ساله نصف مقادیر فوق

کودکان کمتر از ۶ سال مصرف شربت سنا توصیه می گردد.

توجه: مصرف در زنان حامله و شیرده توصیه نمی شود.

- قطره و کپسول شیر افزا: جهت افزایش ترشح شیر در مادران شیرده استفاده می شود که عصاره رازیانه در آن به مقدار ۱۵ میلی لیتر استفاده شده است.

- قرص شیکوریدین این قرص یک مقوی اشتها آور، افزایش دهنده ترشح صفرا و دفع آن، نیرو بخش ، ترمیم کننده کمبودهای تغذیه ای و تامین کننده املاح معدنی لازم می باشد، این مواد سوخت و ساز مواد قندی را در بدن تقویت و اشتها را افزایش می دهد.

- ماسک های صورت: این ماسک ها در تهیه آن ها از چندین گیاه استفاده می شود. دارای خاصیت ضد عفونی کننده، قابض، مرطوب کننده، نرم کننده، تقویت کننده (Tonic) است و موجب ضد عفونی شدن پوست و تغذیه سلولهای آن می گردد.

- قرص مکیدنی رازین: جهت درمان التهابات گلو در سرماخوردگی و سرفه مورد استفاده قرر می گیرد که در فرمول آن رازیانه

نقش بسزایی دارد.

– روغن و اسانس رازیانه همراه با قطره آویشن، اکالیپتوس وروغن رازیانه در ۲۵ میلی لیتر روغن آفتاب گردان یا روغن بادام برای رفع شکایت سینه مفید است (۱۵).

هشدارها و موارد احتیاط:

در اختلالات کبدی بایستی از مصرف دوزهای بسیار زیاد روغن رازیانه اجتناب نمود. افراد دیابتی بایستی در مورد وجود قند در شربت رازیانه و عسل محتوی رازیانه آگاه گردند(۹).

رازیانه یک محرک انقباض رحم است. در دوران بارداری از مصرف زیاد پرهیز نمائید. (۱۵)

عوارض حساسیتی:

واکنش های حساسیتی در پوست و دستگاه تنفس گزارش شده است. با توجه به مصرف رازیانه، این گیاه باید تنها پتانسیل حساسیت زای بسیار محدودی داشته باشد. درصدی از بیماران حساس به کرفس نسبت به رازیانه هم واکنش های حساسیتی نشان می دهند. سندرم کرفس – هویج – برنجاسف به خوبی در اروپا شناخته شده است. برای مثال افراد حساس به هویج ممکن است نسبت به سایر گیاهان یا چاشنی های غذایی خانواده چتریان (Umbelliferae) نیز واکنش های حساسیتی داشته باشند (۹).

فعالیت استروژنیک و اثرات وابسته به آن

رازیانه فعالیت استروژنی دارد و جریان شیر را زیاد می ند.

امروزه از رازیانه نیز استفاده می کنند برای افزایش شیر بزها به طوریکه از باقیمانده تفاله بعد از تقطیر به عنوان مکمل در جیره غذایی دام در جهت افزایش تولید شیر استفاده می¬شود (۴).

موش های شیرده که با رازیانه تغذیه شدند نوزادانی به دنیا آوردند که در مقایسه با گروه کنترل به طور قابل توجهی مقادیر زیادتری از غذای حاوی رازیانه می خورند. این موضوع نشان داد که طعم (و حداقل برخی ازاجزای شیمیایی) رازیانه وارد شیر مادر می شود(۹).

قاعدگی دردناک اولیه

به منظور مقایسه اثر اسانس رازیانه شیرین با مفنامیک اسید در دوران قاعدگی دردناک اویه، ۳۰ خانم ۱۵ تا ۲۴ ساله مبتلا به دیسمنور، اولیه، متوسط تا شدید در ۳ دوره قاعدگی مورد بررسی قرار گرفتند. در دوره اول هیچ دارویی تجویز نشد (دوره کنترل)، در دوره دوم بیماران تحت درمان با مفنامیک اسید (۲۵۰ میلی گرم در هر ۶ ساعت) و در دوره سوم تحت درمان با اسانس رازیانه ۲٪ (۲۵ قطره هر ۴ ساعت) قرار گرفتند. نتایج این مطالعه نشان داده که در مقایسه با دوره کنترل، هر دو دارو به صورت موثری درد قاعدگی را برطرف نمودند. زمان متوسط شروع اثر برای مفنامیک اسید ۰۶/۴۶ ۵/۶۷ دقیقه برای رازیانه ۹/۴۸ ۷۵ دقیقه بود که از نظر آماری معنی دار نبود (P=۵۷/۰) .

درروزهای دوم و سوم قاعدگی مفنامیک اسید اثر قوی تری نسبت به رازیانه داشت. با این حال در سایر روزهای قاعدگی بین دو دارو اختلاف معنی داری گزارش نشد. اما، ۵ مورد از بیماران به علت بوی رازینه از مطالعه خارج شدند و یک مورد نیز افزایش خفیف مقدار خونریزی ماهیانه ناشی از مصرف رازیانه گزارش گردید. محققین نتیجه گرفتند می توان از رازیانه به عنوان یک داروی گیاهی ایمن (Safe) و موثر برای قاعدگی دردناک اولیه استفاده نمود (۹).

تداخلات دارویی:

در انسان تداخل بین روغن رازیانه و سایر داروها قابل انتظار نیست. کاربرد پوستی دم کرده رازیانه در انسان موجب تشدید التهاب ناشی از روغن موستارد، اشعه ماوراء بنفش یا تزریق زیر جلدی توبرکومین می شود (۹).

منابع و ماخذ

۱- مظفریان، ولی الله. ۱۳۷۵. فرهنگ نام های گیاهان ایران. موسسه فرهنگ معاصر.

۲- قهرمان، احمد. ۱۳۷۳ . کورموفیت های ایران. نشر دانشگاهی . ص ۷۶۴.

۳- امید بیگی، رضا. ۱۳۷۹. رهیافت های تولید و فراوری گیاهان دارویی(۲). ققنوس. صص ۷۸-۷۰

۴- مداح . مهردخت. ۱۳۷۹. پایان نامه کارشناسی ارشد. بررسی تاثیر پرتوهای فرابنفش بر روی ویژگی های ترشحی و تکوینی اندام های رویشی و زایشی و مقدار نوع اسانس گیاه رازیانه .

۵- میرزا، مهدی. سفیدکن، فاطمه . احمدی، لطیف. ۱۳۷۵. اسانس های طبیعی. موسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.

۶- سفیدکن، فاطمه. ۱۳۸۰. تحقیقات گیاهان دارویی و معطر ایران (۱۰). موسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.

۷- میر حیدر، حسین. ۱۳۸۰. معارف گیاهی. دفتر نشر فرهنگ اسلامی

۸- بیگدلی، محسن. ۱۳۸۴ . کشت و اهلی کردن ۵ گونه گیاهی کوچک سفید . زیره سبز- کاسنی- رازیانه و اسفرزه در استان تهران.

۹- بخردی، رضا. ۱۳۸۳ . گیاه درمانی نوین. مترجم . صص ۷۳-۶۱

۱۰- جایمند، کامکار. رضایی، محمد باقر. ۱۳۸۰ . تحقیقات گیاهان دارویی و معطر ایران (۹). موسسه تحقیقات جنگل ها و مراتع ص ۲۷ .

۱۱- رجحان، محمد صادق . ۱۳۸۱. درمان به وسیله گیاهان دارویی. موسسه تحقیقات جنگلها و مراتع.

۱۲- فلاحتگرلیش، آریا. ۱۳۸۲ . گیاهان دارویی. لاهیجی. صص ۱۵۳-۱۵۱.

۱۳- شریفی عاشور آبادی، ابراهیم. گزارش نهایی طرح تحقیقات بررسی کودهای آلی و شیمیایی بر عملکرد کمی و کیفی رازیانه.

۱۴- آیینه چی، یعقوب. مفردات پزشکی و گیاهان دارویی ایران. دانشگاه تهران. ص ۳۲۸.

۱۵. Penelope ody Mnimh, The herb society's complete medicinal herbal, Do rling limited, Lodon, ۱۹۹۳.

منبع:سایت طوبی

نسخه های شفا بخش آفتابگردان

اندامهای مورد استفاده آفتابگردان برگ و دانه ی آن است.برگهای آفتابگردان ازبذر کاشته شده هفت روزه به دست می آیند که در عمق ۲/۵ سانتی متری خاک کاشته می شوند.از نظر مواد غذایی بسیار فنی هستند و دارای کلروفیل و ویتامین های A،B۱،B۲،B۳یا نیاسین و ویتامین C و موادهای معدنی کلسیم ـ منیزیم ـ پتاسیم و مواد آلی پروتئین است.عصاره ی این گیاه کیسه ی صفرا،کبد،گردش خون،لنفها و قلب را تقویت می کند و به خاطر داشتن کلسیم خاصیت نرم کنندگی و پاک کنندگی دستگاه گوارش را دارد.جهت آب گرفتن بهتر است از برگهای تازه سبز تیره رنگ استفاده شود.برگ آفتابگردان را نیز می توان از مزارع تهیه نمود.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش هندوانه

هندوانه دارای طبیعتی سرد است و عطشهای مفرط را فرو می نشاند و از نظر خواص داروئی کم کننده ی حرارت بدن است.یرقان

را از بین می برد. برای سرفه های رطوبتی مفید است.گلو درد ها و التهابهای کلیوی و کبدی و تبهای گرم مزاج را فرو می نشاند.آب هندوانه در رفع سوزشهای ادرار و زردی یا قرمزی ادرار و سوزشهای دهان و دست و پا و پهلو درد و مرض قند و نفخ و باد معده و روده وسنگ کلیه و خارش بدن مؤثر است.هندوانه و پوست آن ویتامین A فراوان و پتاسیم دارد.هندوانه مقدار کمتری از ویتامین ها و مواد معدنی و کلروفیل را دارا است.اگر هندوانه را همراه با پوست و دانه هایش آب بگیریم مقدار بیشتری مواد معدنی و ویتامین و کلروفیل از آن به دست می آوریم.تا اینکه فقط قسمت قرمز درونی مصرف کنیم و بدین طریقازشدت شیرینی غلیظ آن کاسته می شود.

آب هندوانه پاک کننده ی بسیار خوب کلیه ها و کیسه صفرا می باشد.هندوانه ادرار را زیاد می کند و باعث دفع سنگ کلیه ومایعات اضافی از بدن می گردد.آب هندوانه همچنین با مقدار زیادی از آنزیمها همراه است.آب هندوانه را در تمام طول روز و همه روزه در بین غذاها و یا قبل از خواب می توان مصرف نمود.حتی می توان آب هندوانه را در یخچال منجمد کرد و مدتها جهت مصرف نگه داری نمود.آب هندوانه بدن افراد لاغر و خشک مزاج را مرطوب می سازد.قند هندوانه موسوم به ساکارین است.درآب آن اسید آمینه ای بنام سیترول وجود دارد.مغز دانه هندوانه دارای اسیدهای چرب اشباع نشده مانند اسید اولئیک و اسید لینولئیک وغیره می باشد.که علاوه بر مصرف غذایی موارد استفاده ی داروئی نیز دارد.مصرف زیاد هندوانه برای افراد سرد مزاج مضر است، به معده و طحال آنها آسیب وارد می سازد و درد مفاصل ایجاد می کند.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش هویج

آب هویج سلطان آب میوه هاست و مقدار بسیار زیادی ویتامین D،E،K،A،B و مواد معدنی کلسیم،فسفر،آهن، پتاسیم، سدیم و غیره دارد.

مواد قلیایی کلسیم و منیزیم موجود در آب هویج دیواره ی روده ها را نرم و دندانها و استخوانها را محکم می سازد.پوست و مو و ناخنها را از پروتئینها و مواد معدنی سازنده ی آنها غنی می سازد.و به دفع ادرار کمک می کند.اما مهمترین خاصیت آن پاک کنندگی کبد است.آب هویج باعث تقویت چشمها می شود و برای امراضی مانند کم خونی، دیابت و چربی خون بسیار مفید است و فعالیت روده ها را تنظیم می کند.ضد انگل و آرامبخش و نرم کننده و افزایش دهنده شیر مادران می باشد.آب هویج رنگ چهره را باز می کند،رفع اسهال می نماید.و برای روماتیسم و تبهای روده ای،کم اشتهایی، زخم معده و جلوگیری از پیری پوست مفید است.ماده بتاگاروتن موجود در هویج محافظ سلولهای بدن بوده باعث تقویت سیستم مصون ساز بدن می شود و بدن را در مقابل بروز بیماری های مختلف مقاوم می کند.هویج موجب دفع سموم از بدن می شود و ضد سرطان است.مالش آب هویج به صورت از چین و چروک آن جلوگیری می کند. خوردن آب هویج باعث تقویت دیدها می شود و برای اشخاصی که تنگی نفس دارند مفید است.مشکلات دستگاه گوارش را مرتفع، چاقی و لاغری را برطرف و وزن بدن را متعادل می سازد.آب هویج در رشد کودک موثر است.

مخلوط آب هویج با آب اسفناج بسیار مقوی است.مصرف منظم آب هویج به دفع صفراهای کهنه و چربیها از کبد کمک می کند.هنگامی که چربی پایین می رود کلسترول بدن نیز پایین می آید.مصرف آب هویج باید محدود باشد چونکه حاوی مقدار زیادی ویتامین A است و مصرف زیاد ویتامین A ایجاد مسمومیت و عفونت کبد می کند.مصرف زیاد به مدت طولانی باعث گرایش رنگ چهره به زردی است.مقدار مصرف ایده آل حدود پنج الی شش لیوان در هفته است آب هویج را به خاطر داشتن طعم و بوی مطبوع می توان با عصاره های دیگر گیاهان مخلوط نموده و مصرف نمود.

هر کیلو هویج ۵۰۰-۳۵۰ گرم آب می دهد.

منبع:منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش هلو

هلو از تیره گل سرخ است.میوه هلو نیز مورد علاقه ی همگان می باشد.در آب گیری آب غلیظی می دهد که می بایست با آب معمولی رقیق شود.

هلو مقدارفراوانی ویتامین A دارد.همچنین حاوی ویتامینهای B۱،B۲،C نیاسین و مواد معدنی شامل کلسیم،آهن،فسفر،پتاسیم و سدیم می باشد. هلو روده ها را شستشو می دهد،سبب تحریک حرکتهای موجی شکل روده ی بزرگ می گردد. عمل دفع را آسان و یبوست را برطرف می سازد.آب هلو به طور موفقیت آمیزی در رفع مشکلات زمان بارداری زنان مثل کسالت صبحگاهی و دیگر موارد کمک فراوان می کند.جهت آبگیری هلوهای کمی سفت و تیره رنگ بهتر هستند.از انتخاب هلوهای سبز اگرچه بعد از چند روز نرم می شوند می بایست صرفنظر نمود.هلوهای سبز به اندازه ی هلوهای زرده تیره یا نارنجی یا بنفش شیرین نیستند.البته هلوهای رسیده سردرختی با رنگ تیره بهتر هستند.طبیعت میوه هلو سرد است و برای افراد گرم مزاج بخصوص آنانکه طبیعت گرم و خشک دارند مفید است.ترشح و دفع صفرا را در افراد صفراوی آسان می سازد.هلو درتقلیل حرارت کبد و کلیه مؤثر است.از برگ هلو می توان عصاره تهیه نمود.عصاره ی هلو کرم کش است و انگلهای روده را از میان می برد.هلو اختلالات خون را مرتفع می سازد و سوء هاضمه را برطرف می کند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گیلاس

آب گیلاس بسیار مقوی و منبع سرشاری از ویتامین های A،B۱،B۲،C و اسید فولیک و نیاسین است و دارای کلسیم،کبالت،فلورین،آهن،منیزیم،فسفر و پتاسیم است.آب گیلاس حالت قلیایی دارد و اسید خون را پایین می آورد. دلیل این امرتأثیرات آب گیلاس در درمان اختلالات پروستات نیز نقش دارد.جهت مصرف گیلاسهای خیلی تیره رنگ و سفت بهتر از گیلاسهای نرم و رسیده است.گیلاس های له شده بهتر است حذف شوند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش تمشک

مفیدترین قسمت تمشک میوه آن است.میوه تمشک سرشار از ویتامین C،قند،جوهر لیمو و اسیدهای سیب است به همین جهت طعم ترش مطبوعی دارد و به علت داشتن املاح زیاد خون را قلیایی می کند و ترشی خون را از بین می برد. میوه آن بسیار خشک و ضد رطوبت بدن است و راه ورود میکروبها را به عروق می بندد.حالت رقیق بودن خون را رفع می سازد. تمشک ملین و اشتها آور است، ادرار را زیاد می کند، مسکن و پاک کننده کیسه صفرا است.بهترین داروی روماتیسم و گرفتگی شرایین است و درد معده را تسکین می دهد.قند موجود در تمشک برای مبتلایان به مرض قند مفید است و خوردن آن تنفس را آسان می کند.آب تمشک برای مبتلایان به تب و آبله مرغان و سرخک بسیار مفید است.غرغره جوشانده ی آن برای درد گلو و آنژین نافع است.آب تمشک برای رفع یرقان و التهاب صفرا و کبد سود بخش است.

جویدن برگ تمشک جهت ورم لثه ها و رفع بی حسی آنها مفید است.جوشهای دهان را از بین می برد و بوی بد دهان را برطرف

می کند.نوشیدن آب برگ و ساقه ی تمشک اگر تازه باشند جهت تقویت معده و خونریزی معده و بند آمدن اسهال و معالجه بواسیر سودمند است گل میوه ی تمشک اسهال را بند می آورد.نوشیدن آن ریشه این میوه علاوه بربند آوردن اسهال، سنگ کلیه و مثانه را خرد می کند.آب میوه ی تمشک جهت زخمهای آبدار و چرکی مفید است و آنها را خشک می کند.گل آن نیز همین خاصیت را دارد.نوشیدن آب برگ و میوه و ساقه ی تمشک مو را سیاه می کند و استفاده مکرر از آن مانع سفید شدن مو می گردد.این خاصیت به علت وجود منگنز فراوان در تمشک است. منگنزعامل سیاهی موی بدن انسان است.برگهای و ساقه های جوان تمشک را می توان جمع آوری نموده و آب گرفته و مصرف نمود.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش پیاز دیاستاژ

پیازخـــــام دارای ویتـــــامین ث فراوان و ویتـــــامین هـــــای A،B و املاـــــح معـــــدنی از قـــــبیل گوگرد،آهن،فسفر،پتاسیم،سدیم،ید،سیلیس،کلسیم،سیترات،صمغ و موم است. فسفرقدرت تفکر را بالا می برد.گوگرد موجود در پیاز جهت ضدعفونی کردن خون،ششها برطرف کردن آسم،ورم گلو،برونشیت و گریپ موثر است.پیازدارای ید است.و دردرمان گواتر،آبسه و جوشهای زیر پوست زیر پوست تأثیر فروان دارد.سیلیس موجود در پیاز در نگهداری استخوانها و رگها ضروری است.پیازحاوی مقداری هورمون و دیاستاز است که موجب تقویت غده اشکی و گوارشی و غدد جنسی می شود.و دارای آنتی بیوتیک است که خون و بیماری تنفسی را ضد عفونی می کند.پیاز از بیماریهای قندی، کلیوی،مثانه، ورم ساقها،پروستات و رماتیسم مفصلی جلوگیری می کند و دررفع سرماخوردگی خفیف و میگرن مؤثر است.همچنین از لخته شدن خون در رگها و سکته های مغزی و قلبی جلوگیری می کند و مشکلات تأخیر در دوران قاعدگی را برطرف می سازد.آب پیاز محرک عمومی بدن و مقوی قلب و اعصاب و ضد دیفتری است.پیاز دارای مقدار کمی فسفات و انسولین گیاهی موسوم به گلوکولینین،قند ساکاروز و مقداری ترکیبات پلی فنولی، آلیسین و اسانس فرّاربه نام سولفوردالیل می باشد.سولفور دالیل محرک چشم است و موجب ریزش اشک می شود.این اسانس براثر حرارت از بین می رود.آب پیاز دارای خواص دیگری نیز هست ازجمله دفع انگلهای روده ای، تعادل اعمال غدد تحریک دستگاه گوارش و اشتها آوری،کاستن قند و فشارخون و ناراحتی های نفخ شکم،درمان اسکوربوت، نرم کردن سینه و دفع خلط، رشد موها، هضم غذای سنگین، رفع خستگی ها، درمان الکلیسم آب آوردن شکم، جلوگیری از سرطان کبد، دفع ادرار، رفع سرفه های خشک، رفع یبوست، رفع ناراحتی گوش،رفع بیحالی و خستگی های فکری،رفع چاقی و درمان ناتوانی جنسی،درمواردی مصرف زیاد پیاز و آب پیاز توصیه نمی شود از جمله کسانی که معده و روده ضعیف یا ناراحتی های پوستی کبدی و یا سابقه خونریزی دارند و یا مبتلایان به کولیت و افرادی که زیاد آروغ می زنند.لایه های نازک درونی پیاز دیر هضم هستند. پیاز اسیدیته ی شیره معده را زیاد می کند و برای کسانی که سوء هاضمه دارند مضر است.پیاز را نیز می توان همراه با برگ آن آب گرفت و با آب سبزیجات دیگر مخلوط و مصرف نمود. آب پیاز سریعاً می بایست مصرف شود چون فاسد می گردد.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش پسته

مغزمیوه این گیاه دارای طبیعتی گرم و خشک بوده و از نظر مواد غذایی تقریباً غنی و انرژی زیاد تولید می کند ضمناً مقوی قوای تناسلی بوده و زیاد کننده ماده منی، مقوی بدن ـ مقوی ذهن برطرف کننده ی برودت و ضعف و دردهای کبدی که منشاء رطوبتی دارند.مقوی قلب و برطرف کننده بعضی از خفقانهای قلبی که منشاء رطوبتی دارند.مقوی معده و فربه کننده بدن می باشد.افرادیکه

در سنین بالاتر از چهل سال رو به چاقی می روند در خوردن آن مجاز نیستند افرادیکه راست روده آنان به رخاء مبتلا شده و مقعد آنان بیرون می یابد می توانند پوست سفید و چوبی میوه پسته را با مقداری برگ مورد و جفت در آب بجوشانند و پس از نیم گرم شده در آن بنشینند رخاء راست روده برطرف شده و مقعد بالا کشیده می شود.مربای پوست پسته چنانچه با شکرنی و زعفران درست شده باشد مقوی اعصاب و برطرف کننده رطوبات و معالج لاغری بدن خواهد بود.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش به

درخت به گیاهی است به صورت درختچه میوه آن خوراکی و دارای طبیعت معتدل نوع شیرین و خوب رسیده آن مفرح و مقوی قلب و اعصاب و نشاط آور و مد ربول و دارای چند نوع ویتامین مانند ویتامین(A)و(C)و مقداری مواد قندی و اسیدهای آلی و مواد کانی می باشد چنانچه میوه شیرین و رسیده به را آب گرفته و این عصاره را با شکر نی حرارت داده به قوام آورند و مقداری گلاب و زعفران به آن بیفزایند.این شربت مفرح و مقوی خوبی بوده و هیجانات روحی را نقصان می دهد و مدربول نیز می باشد.اما خوردن میوه نارس به خصوص خام آن بسیار دیر هضم و قابض بوده و خوردن آن صلاح نیست.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش انجیر

جهت درمان لاغری و چاق شدن بایستی ۴۰ روز هر روز صبح مقداری انجیر را با کمی بادیان رومی میل نموده تا سستی و ضعف بدن رفع و شخص لاغر،چاق گردد.

جهت نروییدن موها کافی است پس از کندن موها با جیوه و سرنج و زاج را نرم ساییده در آب انجیر حل کرده بمالند یا خاکستر گیاه کبر را درشیره انجیر بپزند و بمالند.

چنانچه خردل را له کرده و با چند عدد انجیر له شده خمیر نمایید و فتیله کرده و در گوش بگذارید جهت رفع خارش خوب است.

جهت رفع لک و کک و مک و برص کافی است چند عدد انجیر تازه را له کرده و با کمی بوده ارمنی مخلوط کنید و برپوست بمالید و این عمل را چندین بار تکرار کنید اگر مقداری برگ شنبلیله را در یک قابلمه ریخته و چند عدد انجیر تازه را به آن افزوده و به قدری بجوشانید تا پخته شود و آب آنرا صاف نمایید و روزی یک قاشق مرباخوری از آنرا میل کنید رفع خشونت سینه می کند و عفونتهای ریوی و تنفسی شما را به خوبی درمان می کند.

اگرچند عدد انجیر را درتنور یا فربگذارید به قدری که سوخته شود و سپس آنرا نرم ساییده و به وسیله مسواک تریا با انگشتی تمیز به دندانها بکشید در سفید کردن دندانهای شما بی مانند بوده و در قطع خونریزی لثه نیز مفید است.

جهت درمان سردردهایی که معمولاً پس از بیدار شدن از خوابهای عمیق به وجود می آید مقداری خاکستر چوب درخت انجیر را در سرکه حل کنید و بر پیشانی و سر بمالید.

برگ انجیر به دلیل داشتن درصد بالایی گوگرد در آن جهت تقویت پیاز مو و رفع ریزش مو دارویی مناسب است.به همین منظور کافی است روزانه سر را با آب جوشانده ۲۰ گرم انجیر را در یک لیتر آب چندین مرتبه شستشو دهید.

اگرمقداری از شیره درخت انجیر را به پنبه زده و بر بن دندان بمالید یا در حفره دندان کرم خورده بگذارید در تسکین فوری درد دندان مؤثر بوده و آن را به خوبی برطرف می کند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش سیر

خوردن پخته ی سیر با زیره و برگ درخت صنوبر پودر شده جهت رفع سستی و ضعف لثه و تقویت بن دندان مفید است.
مالیدن آب پخته برگ و ساقه سیربا عسل بر روی جراحات چرکین و آبدار سبب باز شدن و سرباز کردن چرک و عفونت آنها گردیده و در بهبودی مؤثر است.اگر حدود ۲ مثقال سیر را کوبیده و له کرده آنرا در مقداری آب جوش و پخته و پس ازخیس خوردن به مدت یک شبانه روز آن را میل نمایید رفع مسمومیت می کند.
چنانچه تخم سیررا جوشانده و آب آنرا صاف نموده و چند روز دهان را با آب آن شستشو دهید،جوش و افت دهان را برطرف ساخته و فضای دهان را ضدعفونی می کند.
جهت رفع خرد شدن و درمان شکستگی مو ۵ عدد سیر را با ۱۰ گرم گل گندم جوشانده کمی سرکه اضافه نمایید و روزانه سر را با آن بشویید.
منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش توت فرنگی

عصاره ی توت فرنگی بسیار خوش طعم و مقوی است.
طبیعتی سرد دارد و دارای گلوکز،لوولز،سلولز و املاح معدنی مانند سیلیس ،آهن ،کلسیم،فسفر،برم،منیزیم،ید،سدیم،پتاسیم،نمک و مواد پروتئینی و قلیایی بیکربنات دوسود، و اسیدهای سیتریک و مواد چرب و مقدار زیادی ویتامینC و کمی ویتامین A،B۱۲ و مقداری روغن در دانه های آن است. توت فرنگی یکی ازمیوه های استثنائی است که دارای ماده ی مسکنه است و این ماده آلی سالیسلات است، که ماده اساسی آرام بخش درد است و مانند آسپرین عمل می کند.توت فرنگی تصفیه کننده ی خون و بافتها و عضلات است. توت فرنگی روان کننده است و عمل دفع را آسان می سازد.این میوه در بهار به عمل می آید و مصرف آن در این فصل سموم و آلودگیهای رسوب شده در بدن درطول فصل زمستان را دفع می کند.میوه توت فرنگی مقوی و اشتها آور است و بدن را تقویت و مایعات بدن را حفظ می کند.عطش،تب،التهاب،دیابت،مشکل کم خونی،یبوست،بسیاری از دردها،ضعف اعصاب،جوشهای صورت و آکنه را برطرف می کند.عصاره ی ریشه ی توت فرنگی اسهال را برطرف و سنگ مثانه و کلیه را دفع می کند.در درمان تنگی نفس،بواسیر،ورم کبد موثر و مفید است.توت فرنگی ادرار را زیاد می کند و مشکلات مربوط به سوزشهای ادرار را مرتفع می سازد.رژیم آب توت فرنگی فشارخون را تنظیم و قوای عمومی بدن را تقویت می نماید و لکه های صورت را برطرف می سازد.جهت مصرف بهتر است که توت فرنگی های تازه و فصلی و شیرین که در اطراف تولید می شوند مصرف نمود میوه ها باید عاری از هر نوع سموم آفت کش و غیره باشد.
منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش انار

اگر انارشیرین را سوراخ کرده،آن را از روغن بادام شیرین پرکرده وسوراخ آن را با خمیرگرفته و کنار آتش درتنوریا فربگذارید و چندین مرتبه حرکت داده تا روغن جذب انار شود و سپس آن را صاف کرده و در شیشه ای بریزید و هر بار که دچاردرد و خشکی سینه و سرفه های خشکی شدید مقداری از آن را بمکید اثر قابل توجهی در درمان بیماریهای مذکور دارد.
جهت رفع شوره سرکافی است ۲۰ گرم پوست اناررا با ۱۵ گرم پوست بید و ۱۵ گرم پوست پرتقال خشک شده مخلوط کرده و نیم

کوب نمایید و به اندازه لازم آنها راجوشانده و آب آنها را با روغن کرچک مخلوط کرده بر سر بمالید.

چنـانچه انارترش و شـیرین را به طورکامل همراه با پوست و شـحم آن خوب پخته و له نماییـد و آن را برپوست بمالیـد جهت درمان جرب و خارش پوست مفید است.

چکاندن روغنی که دستور تهیه آن در زیر شرح داده شده در گوش جهت تسکین درد گوش مفید است.

دستور تهیه:

مقـداری روغن گل سـرخ یا روغن بادام تلخ را در انار سوراخ شده بریزید و در کنارآتش در تنور یا فربگذارید تا روغن جذب انار شود،سپس روغن را صاف نمایید و چند قطره آن را در گوش بچکانید.

چنانچه آب انار را گرفته و با آب جوشانـده و عناب،زرشک و آلوچه خشک مخلوط کرده و میل نماییـد دررفع نفـخ معـده و صـدا کردن آن مؤثر است.

انـار(به خصوص انـار ترش)به دلیـل داشـتن درصـد بالای پلـدتیرین کرم های معـده و روده را نابود کرده و آنها را به خوبی دفع می کند.۵ گرم از پودر شده انار که تمام آن را خشک کرده باشند را با کمی آب گرم مخلوط کرده میل نمایید.

جهت سـفید کردن دنـدانها،رفع جرم آنها و بدبویی دهان و خوشـبو کردن آن کافی است ۷ مثقـال گل انار را با ۱/۵ مثقال نشادر،۲ مثقال مویز کوهی، ۱ مثقال مازو،۷ مثقال پونه سوخته و ۷ مثقال نمک و عسل سوخته را مخلوط کنید و بکوبید وبه دندانها بکشید.

اناراز جمله میوه های پرخاصـیت است.انار دارای مقدار فراوانی ویتامین های C،B۱،B۲ و مواد قندی،اسیدهای آلی،پتاسیم،منیزیم و کلسـیم است.وجود پتاسیم و منیزیم در شستشوی خون مؤثر است.چون فعالیت سلولهای کبد را زیاد می کنند و دررفع گرفتگی کبد و دفع اوره و کلسترول و سـموم از بـدن و همچنین درحفـظ تعادل مایعات بـدن به خصوص خون آب انار نقش مهمی دارد.آب انار ضـد سـرما خوردگی است و بهتر است قبل از غـذا میل شود تا اشـتها را باز کند،املاح آب انار چون با مواد آلی ترکیب شده اسـت زود جـذب شـده و دربیماری راشـیتیسم و کم خونی و ضـعف اعصاب و تقویت عمومی بدن بسیار مؤثر است.خاصـیت دیگری که برای انار در روایات بیان شده رفع سـنگینی معده و گرفتگی قلب و حالات بد روحی است.اسـید تارتاریک که به اندازه ی کافی در انارموجود است ترشـحات لوزالمعـده را زیاد می کنـد،قنـدهای اضافی را می سوزاند و دیاسـتازهای مربوط به کار هضم را زیاد می کنـد. انـارچون می توانـد معـده ها و روده ها را پاک کنـد جـدار روده را برای دفاع و دور نمودن ویروسـها آماده می کنـد.بنابراین سمـوم به خـون و قلب نمی ریزد و قلب رونـق و حیـات تـازه ای می یابـد و بـدین وسـیله سلولهای کبـد را فعـال می سـازد و اوره و کلسترول و سـموم دیگر دفع می گردند و در مایعات خون تعادل به وجود می آید.آب انار کبد و معده و روده ها و خون را اصلاح می کنـد و از اینرو بوی بـد دهـان از میان می رود به خصوص که انار به واسـطه ی داشـتن اسـیدهای مخصوص زردی دنـدان را که ایجـاد بوی بـد می کنـد برطرف کرده و با اصـلاح خون در رفع حالات بـد روحی موثر است.در رواياتی آمـده است که برای آنکه زبـان کودک زودتر باز شود و خوب صـحبت کنـد آب انار می دهنـد. انار به خاطرداشـتن طبیعت سـرد برای مـداوای ورمهای گرم داخلی مانند ورم کبد، و کلیه و ورم سایر اعضاء داخلی مصـرف می شود.در زنان باردار از گر گرفتگی جلو گیری می کند.میگرن را برطرف می سازد و گاهی در اثر زیاده روی دربعضی اغذیه یا ادویه های تند خروج ادرار با سوزش همراه می شود و یا ممکن است خون آلوده شود که درهر دو حالت بایـد آب با آب انار یا رب انارمـداوا گردنـد.انار صـفرا را روان و ترشـح و دفع آن را آسان می کنـد.جوشانـده ی پوست ریشه ی و سـاقه انار در دفع انواع کرمهای روده ای به خصوص کرم کـدو و یا اسـکاریس بسـیار کار ساز است.آب انـار برای افرادیکه دراثرزخم با دیگر ناراحتی های معـده اسـتفراغ شدیـد و مـداوم می کننـد و هر چه می خورنـد بالا می آورند مفید است.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش انگور

انگور دارای مواد غذایی فراوانی است که عمدتاً شکر طبیعی است.
آب انگور تـازه دارای مقـدار زیادی ویتامین A،B۱،B۲،C و مقـدار فراوانی مواد معدنی شامل کلسـیم،کلر،مس فلوئور،آهن،منیزیم ،منگنز،فسفر، پتاسیم،سیلیکان و سلفور می باشد.آب انگور منبع بسیار خوب اسید تار تاریک و شکرهای طبیعی انرژی زا و محرک سوخت و ساز بـدن است.دربعضـی مواقع سوخت و ساز بالا ضـروری است زیرا مواد زائـد و غـذای اضافی در بـدن دفع می شوند و چون آب انگور سوخت وساز بدن را بالا می برد جهت کاستن وزن اضافی بدن سودمند است.مواد معدنی فراوان آب انگور موجب تمیزی و ازدیـاد خـون می شـود و کبـد را جهـت تصـفیه نمـودن خـون تحریـک می کنـد.آب انگـورملین،مـدّر،صـفرابر و انرژی زاست.انگور میوه ای است که هضم آن برای بدن بسیار ساده است:زیرا قند انگور بدون تغییر وارد خون می شود و بدن برای هضم آن مشکلی ندارد .در صورتی که سایر مواد قندی و نشاسته ای اینطور نیستند .ترشی آب انگورعبور غذا را از معده به روده ها آسان می کنـد و در اثر ورود قنـد انگور به خون مواد مولـد نیرو به وجود می آید که موجب تحرک بدن می گردد.انگور از اعمالی مانند ترش کردن،سوء هاضـمه،خونریزی، پیدا شدن سـنگ در کبد و مثانه،مسمومیت مزمن جیوه و سرب و بعضی امراض جلدی و ریوی جلوگیری می کنـد.آب انگور پاک کننـده بقایای تغـذیه نادرست از معـده و روده هاست.اثر درمانی انگور روی روماتیسم، امراض شریانی و وریـدی، نقرس،فشار خون و زیاد شـدن اوره خون بسیار مفیـد است.آب انگور از نظر خواص به شیر مادر بسیار نزدیک است کسـانی که خواهان سـلامتی بیشتر هسـتند بایـد از خوردن آب انگور غافل نشونـد انگور ترشـی خون را از بین می برد و ازاین نظرهرکیلوی آن معـادل ۶ گرم جوش شـیرین است.انگور ۲ برابر گوشت در بـدن انرژی تولیـد می کنـد هر کیلوی آن معـادل یک لیترشـیر خاصیت ضد سمی دارد.انگور صفرا را رقیق می کند، و کلسترول اضافی خون را از بین می برد و کم و زیاد بودن وزن بدن را اصلاح می کند.
انگوراثر مسـتقیم بر روان آدمی دارد و غم و اندوه را ازبین می برد.انگور پتاسـیم دارد.این فلز در بدن موجب نشاط می شود و تپش قلب را معـالجه می کنـد انگور همچنین دارای فسـفات هـای زیـادی است که غـذای مغز و سلسـله اعصـاب است.انگور زهرابه های میکروبی را از بین می برد و دافع یبوست است.یبوست سـبب می شود سـموم موجود در فضولات مجدداً جذب گردند و مسـمومیت ایجاد شود.
منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش آلوی خشک

این میوه برای روده های کم کار مفیـد است.و یبوست را به نحوی برطرف می کند.برای گرفتن آب آلوی خشک مقداری از آن را گرفت و آنهـا را به مـدت ۱۰ تا ۱۵ سـاعت در آب داغ خیسیده شود و هسته آنهـا را جـدا نماییـد و سـپس با همان آب آنها را در مخلوط کن بریزیـد و بعـد به مایع به دست آمده اگر غلیظ است آب اضافه کنید.آب آلو خشک بسیار مغذی و منبع خوب ویتامین A و مس و آهـن است.اسـید بنزوئیـک و اسـید کوئیتیـک موجـود در آب آلـو خشـک ملینهـای خـوبی هسـتند.جهـت مصرف آلو خشکهای بزرگ و هسته شیرین را انتخاب کنید.هرپانزده عدد آلو خشک خیسانده به همراه آب مخلوط آن ۷۰۰ ـ ۵۰۰ گرم شربت می دهد.
منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش کدو

چنانچه آب کدو همراه با گوشت بدون چربی میل نمایید علاوه بر درمان نارسایی کبد دررفع سرفه های گرم و خشک و رفع تبهای گرم نیز مفید است.اگر مقداری آب کدو را با شیر زن زائو مخلوط کرده و بر سریا پیشانی نوزاد و کودک بمالید دررفع بی خوابی کودکان که مزاج طبیعتی گرم دارند مفید است.

اگرمقداری آب کدو تازه را با کمی روغن گل سرخ یا روغن بادام تلخ مخلوط کرده و یا به تنهایی درگوش بچکانید درد گوش که به علت گرمی باشد را تسکین می دهد.

اگرمقداری ازپوست خشک کدو را نرم ساییده و بر جراحت بپاشند خون آنرا بند آورده و درالتیام و بهبودی زخمها به ویژه زخمهای گرم و زخم آکنه سریع الاثر است.

جهت رفع درد پا و کمر و تسکین درد مفاصل روغن مغز تخم کدو را با روغن بادام تلخ،پیه مرغ و مغزساق قلم گاو مخلوط کرده و بر محل درد بمالید.اگر مقداری از پوست کدوی خشک شده را نرم ساییده و با روغن گل سرخ تازه مخلوط کرده و برمحل سوختگی بمالید موجب تسکین درد و سوزش آن و بهبود سوختگی می گردد.

مالیدن مخلوط پودر پوست کدو با سرکه علاوه بر رفع لک و تیرگی پوست جهت درمان لکه های سفید روی پوست مفید است.

چنانچه مقداری تخم کدو را چرخ کرده و آنرا میل نمایید یا روغن تخم کدو را میل کرده و بعد از آن مقداری نارگیل را در شیر جوشانده به قدری که پخته شود وآنرا صاف نموده و میل کنید به عنوان چاق کننده قوی در درمان لاغری مجّرب است.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گریپ فروت

گونه های صورتی و قرمز گریپ فروت شیرین تر و اسید آنها کمتر است.گریپ فروت حاوی مقدار فراوانی ویتامین A،فسفر،پتاسیم و همچنین مقدار کمی ویتامین Bکمپلکس،C، و ویتامین E،K،PP، بیوتین،اینوسیتول و نوعی اسانس روغنی است.این میوه همچنین مقداری آهن و چربی و پروتئین دارد.در قسمت سفید و گوشتی زیرپوست میوه ماده ای به نام بیوفلاونوید وجود دارد که به بدن درجذب و استفاده و حفظ ویتامین C کمک بسیار می کند.این مواد قابلیت نفوذ پذیری و مقاومت دیواره رگهای مویی را بالا می برد به این خاطر اگر درمداوای کوفتگی و ضربه خوردگی به شخص، آب مرکبات نیز داده شود سریعتربهبودی می یابد.گریپ فروت همچنین دارای مواد معدنی فروانی است.عصاره گریپ فروت و عموماً آب مرکبات جهت دفع سرماخوردگی مفید هستند.آب گریپ فروت را باید به اندازه مناسب مصرف نمود و همان طورکه در مطالب قبل گفته شد آب مرکبات اگر بیش از حد مصرف شوند بدن را با کمبود کلسیم مواجه خواهند کرد.استخوانها نرم و دندانها پوک می شوند.اگر درطول هرهفته بیش از ۶۰۰–۷۰۰ گرم آب مرکبات مصرف می کنید برفعالیت فیزیکی خود بیافزایید تا اسید اضافه در بدن سوخته شود.مقدارمصرف آب مرکبات و بسیاری از میوه جات باید با سن و مقدار فعالیت شخص متناسب باشد.آب مرکبات و بسیاری از میوه جات و سبزیها را نمی توان منجمد کرد و دوباره مصرف نمود زیرا بسیاری از خواص آنها از دست می روند.جهت مصرف بهتر است گریپ فروت های سنگین با پوست نازک انتخاب شوند زیرا طعم و بوی بهتری دارند.برای آب گیری بعد از جدا کردن پوست و دانه مقداری از قسمت سفید گوشتی پوست بر میوه می بایست باقی بماند زیرا حاوی ماده بیوفلاوینوید و ویتامین C است.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گلابی

درباره گلابی روایات بسیاری نقل شـده است.از قبیل اینکه گلابی شادی آفرین و ضد غم و غصه است.گلابی معده را شستشو می دهـد.قلب را روشن می سازد،ناراحتیهـای داخلی را تسکین می دهـد وغیره...در هرحـال گلاـبی دارای ویتامینهـای A،B۱،B۲،C اسیدفولیک، نیاسین،ویتامین K و مواد معدنی سدیم،پتاسیم،کلسیم،فسفر،کلر،آهن،منگنز، منیزیم،سولفور،مس و مواد دیگری مثل ویتامینهـا، منیزیم،منگنز،مس،گوگرد و کلر می باشـد.اصولاًـ کلیه میوه جات کمپوت شـده بسیاری از مـواد خود را از دست داده اند.گلابی اعصاب را تسکین می دهد و این خاصیت به خاطرارسنیک آن است که برای درمان رعشه به کار می رود.گلابی دارای تانن می باشـد و از این رو برای امراض سینه بسیار عالی است.گلابی تقویت کننده ی جسم است و برای امراضـی که قوای بدن را کاهش می دهنـد ماننـد:کم خونی و ضعفهای عمومی و سل بسیار موثر و مفیـد است.گلابی خون را تصـفیه و اعمال غـدد بـدن را تقویت می کنـد.همچنین موجب تحرک روده های کند کار می شود.آب گلابی خیلی غلیظ و شیرین است.آب گلابی را می توان با آب و آب لیمو و یا آب سیب مخلوط کرده و نوشیدنی ایده آلی تهیه نمود.آب گلابی ادرار را زیاد می کند و ملین خیلی خوب است.جهت آب گیری گلابیهـای سفت و سبز تیره رنـگ و یا زرد تیره را انتخاب نمائیـد و به مـدت چنـد روز رها کنیـد تا اینکه به مقدار خیلی جزئی نرم شود و سپس ساقه ی چوبی آن را حذف کنید.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش گردو

اگر ۵۰ گرم گردو را با ۵۰ گرم انجیرمخلوط کرده و آنرا له کنیـد و چندین وعده میل نمایید به عنوان مسهل و کارکن معده عمل می کند و سبب لینت و اعتدال مزاج می گردد.

چنانچه مقداری از گردو که همراه با پوست ضخیم و سبز روی آن است را مدتی در تنور گذارند به قدری که مغز داخل آن نسوزد و سپس آنرا بیرون آورند و مغز آن را میل نمایند در رفع سرفه مفید است.

کشیدن سرمه طبی گردو به چشم خواص درمـانی زیادی در درمان بیماریهای چشم دارد از جمله خارش چشم را برطرف ساخته و آبریزش آنرا قطع می کند.

استفاده از ضماد گردوی تازه علاوه بر درمان سردرد شقیقه در رفع کلیه دردهایی که منشأ سردی داشته باشند نیز مفید است.

چنانچه پوست میانی گردو را نرم ساییده و مسواک را تر کرده و روی پودر گذاشـته و به دندانها بکشـند موجب سفید شدن دندانها می شود.

اگرمقداری پوست سبز گردو را با کمی زنگ آهن مخلوط کرده و نرم بکوبید و آنرا درسرکه بجوشانید خضابی پررنگ و قوی به دست می آید که ضماد آن برای تقویت پیاز موی سر مفید است.

مالیـدن جوشانـده پوست رنده شده گردو برروی پوست صورت زردی صورت را برطرف کرده و موجب سـرخ شدن رنگ رخسار می شود.

خوردن مغز گردو جهت برطرف کردن دل دردی که منشأ سـردی ورطوبت داشـته باشـد مفیـد است.چنانچه هرروز مقـداری برگ گردو را در یک لیتر آب جوشانده و آب آن را صاف نموده و در ۲ وعده ی صبح و عصر میل نمایید موجب کاهش قند خون شده و در درمان دیابت بکار می رود.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش عناب

عناب میوه درختی است با اندازه درخت زیتون و درخت کنار و برگ آن کمی بلندتر و ضخیم تر پوست و چوب درخت سرخرنگ و خالدار و نوع خوبش آن است که میوه اش درشت و خوب رسیده باشد.طبیعت آن سرد است تولید کننده خون صاف و لطیف و سالم ـ مسکن التهاب و تشنگی و مسکن درد و ورم کبد و کلیه ها و مثانه ــ معالج ناراحتی های حاد ریه و سرفه و آسم.عناب را هم به تنهایی مصرف می کنند و هم همراه داروهای دیگر.در معالجه اسهال تعداد ۵ تا ۱۰ عدد عناب خشک را همراه با دانه اش خوب سائیده و پودر حاصل را می خورند.دربیماری حصبه آب طبخ شده عناب را همراه با عرق کاسنی یا با سکنجبین می خورند و اگر بیمار سرفه هم داشته باشد باید به جای سکنجبین از عرق نیلوفر استفاده نمایند.مقدار خوراک عناب که گوشت میوه را مصرف و هسته آن را دور بریزند ۲۰ ـ ۳۰ عدد است و معمولاً عناب را با سپستان می خورند تا باعث سردی معده نگردد افرادی که پوست بدنشان خارش دارد و یا جوشهای صفراوی می زند می توانند آب طبخ شده عناب را با مقداری عرق کاسنی و یا با عرق نیلوفر به مدت چند روز و هر دفعه حدود سی عدد عناب و یک استکان عرق کاسنی یا عرق نیلوفررا ناشتا نیم ساعت قبل ازصبحانه میل نمایند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش شلغم

برگ شلغم مقداربسیاری زیاد کلسیم با خود همراه دارد.مقدار کلسیم در آب برگ شلغم خام حتی بیشترازکلسیم موجود در شیر است ریشه ی شلغم حاوی پتاسیم به مقدار فراوان است.برگ و ریشه ی شلغم حاوی ویتامین A و ویتامین BوCاست و مقداربیشتر ویتامین B۲ و ویتامین PP می باشد.رنگ شلغم متمایل به سبز است و دارای مواد دیگر نیز می باشد.مواد ازته،هیدروکربنه،آهن،کلسیم،فسفر،سلولز و گوگرد.عصاره ی شلغم خام دارای آهن بصورت فسفاتها و کلرور می باشد.کل مواد معدنی شلغم ۰/۸۵گرم در صد گرم است.و این مقدار ۳۶ کالری حرارت ایجاد می کند.سلولز شلغم خام نسبتاً کم و ۱/۵ گرم درکیلو است.مواد سفیده ای شلغم تقویت کننده ی اعصاب،مغز و مقوه ی حافظه می باشد درشلغم مقدار کمی ارسنیک و روبیدیم وجود دارد.روبیدیم تأثیرات مثبت عناصر موجود در مواد غذایی راچند برابر می نماید.شلغم به علت داشتن ارسنیک از بروز بیماری جذام که عامل آن فقر مواد غذایی است جلوگیری می کند.عصاره ی شلغم خام دارای یک ترکیب میکروب کشی می باشد که بسیاری از میکروبها و ویروسها را از بین می برد و به همین دلیل شلغم زکام و سرماخوردگی را معالجه می کند و ازابتلای به آن نیز جلوگیری می کند.آب شلغم ملین،مهیج قوای جنسی و مقوی معده است.عصاره ی شلغم خلط آور و درمان کننده سرفه های خشک است که سینه و شکم را نرم می کند و برای مداوای درد سینه و لوزه و گرفتگی ادرار و رفع رطوبت بدن،آسم و آنژین و تنگی نفس تجویز می شود.شلغم، روماتیسم و نقوس،آرترین خستگیهای عمومی و ورم شانه را از بین می برد، قوه بینایی را زیاد می کند و از شب کوری جلوگیری می کند،قوای جنسی را تقویت نموده،و حل کننده ی اسید اوریک و نرم کننده ی بافتهای بدن است، چاقی را از بین می برد و ادرار را زیاد می کند و به سبب داشتن گوگرد فراوان سنگهای کلیه و مثانه را از بین می برد.شلغم به علت دارا بودن کلسیم فراوان درتقویت اعصاب نقش بسزائی دارد.فردی که اعصاب قوی داشته باشد بر غم و اندوه چیره می گردد.چنانچه غم و اندوه در بعضی افراد زمینه مبتلاـ شدن به سل را بوجود می آورد شلغم اسید خون را خنثی می کند و استخوانها،دندانها،موها و ناخنها را تقویت می کند.چون شلغم دارای کلسیم زیاد است جهت جذب آن به بدن منیزیم نیز لازم است و منیزیم در یونجه ی جعفری،کلم،اسفناج وجود دارد که از اینرو بهتر است آب شلغم را با آب یکی از سبزیجات نامبرده مخلوط و مصرف نموده.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش سنجد

گیاهی است از تیره سنجد اندازه آن به قدر درخت عناب است و در نواحی سرد می روید.آرد آن قابض و قطع کننده اسهال به خصوص اسهالهای صفراوی و گرم مزاج می باشد و کم کننده ادرار بوده و برای افرادی که ادرار فراوان می کنند مفید است.مشروط برآنکه از برودت مزاج آنان نباشند.و برای بچه هایی که شب ادراری دارند مفید است از آرد سنجد نان مخصوص درست می کنند که برای بعضی بیماران مصرف می شود.گل سنجد دارای عطر خوشبوئی است و از فاصله تقریباً دور بوی آن به مشام می رسد عطر آن مفرح بوده و برای مردانی که مزاجهای گرم و تر دارند و به خصوص برای زنان و دختران جوان بوی آن محرک قوای جنسی می باشد و بالعکس برای مردان تقریباً مضعف قوای جنسی است از گل سنجد عرق سنجد تهیه می کنند که علاوه بر خواص مذکور فوق ازاین عرق برای تقویت طویل کردن موی سرزنان استفاده می گردد که بصورت خوراکی و ضمادی به هردو طریق استفاده می شود.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش خیار

طبیعت خیارسرد و مرطوب است و در فصل گرم جهت خنک شدن بدن نیز مصرف می شود.خیارسرشار ازاملاح منگنز،کربنات کلسیم، موسیلاژ، ویتامینهای A،B،C است.این میوه با تمام میوه ها یک تفاوت دارد و آن این است که نارس آن گواراتر از رسیده ی آن است.البته میوه رسیده و کال آن هردو مفید و دارای خواص مخصوص به خود هستند.ریختن چند قطره آب آن در بینی و بوئیدن آن جهت گرفتگی و بی حوصلگی و کم خوابی مفید است. آشامیدن آب خیار جهت بهبودی تبهای شدید،تسکین التهاب و حرارت، صفرای خون،التهاب معده و رفع تشنگی،پاک کردن کبد،زیاد شدن ادرار،دفع سنگهای کلیه ومثانه و برطرف ساختن یرقان سودمند است.یک لیوان آب خیار با سی گرم نبات مسهل خوب و گوارایی است و صفرا و سودا را به خوبی از معده خارج می کند.

اگرمقداری میخک را در آب خیار خیسانده و پس از ۲۴ ساعت آن را صاف کرده و با عسل نوشیده شود کسالت شخص برطرف می شود و رنگ چهره را باز می کند و کبد پاک می شود و در شخص حالت طراوت به وجود می آید.خیار برای یرقان داروی خوبی است و مصرف آن سه روز متوالی اثر بخش است.معده ی بعضی افراد قدرت هضم خیار را ندارد و پس از خوردن آن مبتلا به گاز معده،نفخ و پیچش معده می شوند.این گروه می بایستی خیار را با پوست آب بگیرند و با آب لیمو یا ماست و یا عسل میل کنند.

مبتلایان به مرض قند بهتر است مقدار زیادی آب خیار استفاده کنند.خیار طبیعتاً ادرار را زیاد می کند.برای کسانی که در موقع ادرار احساس سوزش می کنند و یا افرادی که به بند آمدن ادرار مبتلا هستند خیار بهترین دارو است.

خیارحاوی پتاسیم است که عنصر جوانی است و انعطاف پذیری عضلات و خاصیت ارتجاعی سلولها را زیاد می کند و پوست چهره را با طراوت، شاداب،نرم و جوان می کند.متخصصین پوست این مطلب را می دانند و از خاصیت خیار درامر لطافت پوست استفاده کرده و در سالنهای آرایش آب خیار و مشتقات آن را در جهت زیبایی پوست صورت بکار می برند.خیار همچنین منبع خوب سیلیکان و سلفور و عناصر دیگر است کهموها را زیبا و سالم نگاه می دارد.خیار در حالت پوست نگرفته در هرکیلو حدود پانصد و پنجاه میلیگرم ویتامین A دارد.بهتر است بدانیم که خیار پوست گرفته فاقد ویتامین A است.و ویتامین A در خیار فقط در پوست آن مجتمع است.درحالی که اغلب مردم خیار را پوست گرفته می خورند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش زرشک

آب زرشک دارای ویتامین C فراوان و املاح است.طبیعت زرشک تا حدی سرد و خشک است.گیاه زرشک دارای آلکالوئیدی است به نام بربرین که تلخ مزه است.این ماده درریشه ی گیاه زرشک نیز وجود دارد.درجوانه ها و ریشه های زرشک نوعی قند و مواد زرین،موسیلاژو مواد پکتیک و در پوست ریشه گیاه آلکالوئیدی بنام اوکسیاکانتین ویربامین و پالماتین و درمیوه آن مواد قندی،اسید مالیک،مواد پکتیک و صمغ وجود دارد.آب میوه زرشک ضد اسهال،صفرا،ضدتبهای عفونی،تبهای صفراوی،ضدنقرس،رماتیسم و تیفوئید است.آب زرشک خون را تصفیه و ضدعفونی می کند.عمل دستگاه گوارش را منظم نموده،قلنج کلیه و کبد را از بین می برد و مانع ورم طحال و بیماری بواسیر می شود و خونریزیهای قاعدگی را منظم می نماید.خوردن آب زرشک حالت تهوع،استفراغ،صفرا،کبد،سوء هاضمه و سنگ کلیه را از میان می برد.آب زرشک درمخلوط با مقدارمساوی آب سیب و کمی آب لیمو و شکر برای بهبودی جهت مسمومیت توسط نیش مارو افعی مؤثر است وجهت نارسائیهای قلبی و تپش قلب و بی اشتهایی مفید است.غرغره کردن آب زرشک آنژین و گلو درد و آسم را برطرف می سازد و دهان را ضدعفونی و زخمهای گلویی را مرتفع می سازد.افراد سرد مزاج بهتر است آب زرشک را کم مصرف کنند.برای تهیه آب زرشک،زرشک خشک را به مدت ۲۴ ساعت در آب بخیساند و سپس با همان آب در مخلوط کن بریزید و بهم بزنید.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش بالنگ

چنانچه پوست خشک شده بالنگ را سوزانده و پودر خاکستر آنرا با سرکه خمیر کنید و برمحل برص بمالید لکه های برص برروی پوست را از بین برده و آن را به خوبی درمان می کند.

جهت برطرف ساختن ضعف و سستی لثه ها و محکم شدن بن دندانها کافی است مقداری از تخم بالنگ که قبلاً پوست کنده اید را نرم ساییده و بر لثه ها بمالید.

اگر روغن تخم بالنگ پوست گرفته شده را بر محل بواسیر بمالید یا مقداری از آن را در طول روز میل نمایید در درمان بواسیر و رفع درد و التیام زخم آن موثر است.

استفاده از ضماد پخته بالنگ جهت تسکین درد مفاصل،درمان نقرس و تحلیل ورمها بسیار مفید است.

طرزتهیه:

۱ عدد بالنگ کامل که پوست آن را نگرفته باشند را درمقداری سرکه یا الکل به قدری بجوشانید که بالنگ پخته شود پس آنرا صاف نمایید و بر محل درد مفاصل و ورمها بمالید و ببندید.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش عسل

عسل زود جذب خون می شود.از ایجاد عفونت در معده و روده جلوگیری می نماید.عسل در خون سازی مؤثر است.برطرف کننده یبوست و مسکنی است که برای کسانی که دیرخواب می روند اثر بسیار خوبی می گذارد. برای دفع خستگی و فشردگی عضلات اثر خوبی دارد و برای کنترل انقباض عضلات سودمند است.عسل را اگر زن آبستن بخورد بچه اش دارای شبکه عصبی قوی خواهد

گردید.عسل بر میزان کلسیم خون می افزاید.برای کسانی که دستگاه گوارشی ضعیفی دارند و نیاز به مصرف مواد قند دارند نافع است به خصوص در کسانی که به نفخ شکم دچارند ،چون ایجاد نفخ نمی کند توصیه می شود.عسل به علت این که زود وارد سوخت و ساز می شود می تواند به فوریت انرژی رسانده و ترمیم قوی کند .عسل برای کلیه ها زحمتی ایجاد نمی کند و در شب ادراری کودکان مؤثر است که قبل از خواب اندکی به آنها خورانده شود.عسل در رفع سرفه و سوختگی ها مؤثر است و در سالخوردگان نیروی قابل توجهی به وجود می آورد.عسل در تقویت قلب موثر است و در امراض ریوی کمک کننده ی خوبی است.در خونریزیها و حتی هموفیلی مؤثر است عسل آواز را صاف می کند به خصوص اگر با گلسیرین و آب لیمو ترش خورده شود و برای کسانی که می گویند هیچ وقت بدنمان گرم نمی شود مؤثر است.عسل در درمان زخم معده و اثنی عشر عامل مؤثری شناخته شده حتی بسیاری از پزشکان برای جلوگیری از ایجاد زخمها نامبرده خوردنش را مؤثر می دانند.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش سیب

سیب دارای ویتامینهای A و B۱ و B۲ و D۶ و C بیوتین،اسید فولیک، اسید پنتوتنیک و مواد معدنی کلر،مس،آهن،کلسیم،منیزیم،منگنز،فسفر،پتاسیم،سیلیکان،سدیم،سولفورو همچنین پروتئین و چربی،سلولز و اسیدهای آمینه آزاد و آنزیمها است.سیب به دلیل دارا بودن مواد فراوان جهت سلامتی پوست و مو و ناخنها نافع است،پوست سیب مقدار زیادی ویتامین A دارد و باید سیب با پوست و دانه ها آب گرفته شود.ویتامین C موجود در سیب از سرماخوردگی و آنفلوانزا جلوگیری می کند.عفونتهای روده ای را از میان می برد و سیستمهای دفاعی و ایمنی بدن را در برابر مسمومیت های میکروبی تقویت می کند و در سیب ماده پکتین وجود دارد که ژلاتینی است و سموم داخل روده های را حل نموده ، روده ها را تحریک می کند و موجب حرکات موجی شکل روده ها می گردد و حرکت غذا در مجاری گوارشی راحتر انجام می پذیرد.پکتین و اسید مالیک در سیب یبوست و اسهال را برطرف می کند و حالت طبیعی مزاج را حفظ می کند،آب سیب، هضم کننده ی خوب غذا،تقویت کننده معده ،ملین و ضد رماتیسم و نقرس ،آرترین ،سنگهای ادراری ،میگرن،زخم معده و ضعف و بی حالی است.

سیب به علت داشتن مواد قلیایی (اسید اوریک)را حل می کند و ترشحات غذد بزاق و معده را مساعد و متعادل می سازد.همچنین به علت داشتن فسفر اعصاب و مغز را تقویت و ادرار را زیاد و سنگ کلیه را دفع می کند.سیب بیماریهای پوستی،اگزما،بی خوابی،چاقی و ترشح برنشها را درمان می کند. دهان را ضد عفونی می نماید و برای اشخاصی که تحرک ندارند بسیار مفید است.باید توجه داشت موادی در سیب و آب سیب تازه موجود است در کمپوت و آب سیب پاکتی وجود ندارد.سیب مقوی قلب، نشاط آور و تقویت کننده اعصاب و قوای روحی و روانی است.چنانچه آب سیب شیرین و رسیده را با چند دانه حل و مقداری گلاب و زعفران جوشیده به آن اضافه کنند شربتی مقوی به دست می آید که برای تقویت عمومی بدن و رفع خفقان قلب و ضعف اعصاب بسیار مفید می باشد.توصیه شده است افرادی که تب و سرماخوردگی مزمن دارند به مدت ۲ تا ۳ روز رژیم سیب یا آب سیب بگیرند. سیب برای امراض حصبه ای،اسهال و اسهال خونی و ورم معده و همچنین برای مبارزه با تهوع و استفراغ بسیار سودمند است.آب سیب ترش برای افرادی که عطش مفرط دارند بسیار مفید است.به علاوه آب سیب ترش برای اسهالهای صفراوی نیز مفید بوده و باعث قطع آنها می گردد.

سیب به علت دارا بودن ویتامین های A و B و C برای تقویت چشم،مخاطها،پوست و مو و ناخنها موثر است و ترس و اضطراب را دور می سازد.آب سیب به همراه آب هویج یا مقداری آب چغندر ترکیب بسیار خوب و شیرینی می دهد که خونساز می باشد.لازم به ذکر است سیب های سفت کیفیت بهتری دارند و بیشتر آب می دهند.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش زیتون

چنانچه میوه رسیده زیتون را در آب نمک مدتی گذاشته و سپس با مغز گردو میل کنند مقوی دستگاه گوارش بوده و اشتها آور است.میوه نارس آن جهت مداوای سوختگی مصرف می شود.بخورمیوه رسیده زیتون جهت چند نوع از امراض شش ها نافع می باشد.جویدن برگ درخت بوی بد دهان را زایل می کند.دربعضی از اسهال ها که عفونی نباشد چنانچه برگ خشک شده زیتون را پودر کرده با آرد جو مخلوط و با آب آمیخته در زیر ناف بمالند اسهال را قطع می کند.برای جلوگیری از پیشرفت کرم خوردگی دندان و تسکین درد آن مردم شمال میوه زیتون را با آبغوره می جوشانند تا مانند عسل گردد و آنرا مضمضه می کنند تا حدودی درد دندان کرم خورده را قطع و از پیشرفت کرم خوردگی جلوگیری می کند.میوه پخته شده زیتون جهت معالجه نقرس و مفاصل مفید می باشد.بخور برگ آن رطوبات دماغی را از بینی خارج نموده و برای زکامهای رطوبی نافع می باشد.روغن میوه این درخت مصرف غذائی و درمانی داشته یکی از بهترین مسهل ها و میلن ها می باشد.و خوردن این روغن همراه غذا بخصوص در فصول سرد سال بسیار مفید است.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش پرتقال

پرتقال فوق العاده مقوی و دارای عطر و طعم مطبوع و دلپذیری است.آب پرتقال شامل منابع سرشارویتامینهای B۱،B۲،B۶،E،K،بیوتین،اسید فولیک،اینوسیتول،بیوفلاونویدو یازده اسید آمینه است.پرتقال حاوی مقدار فراوانی از مواد معدنی شامل کلسیم ، کلر ـ مس ـ فلورین ـ آهن ـ منگنز – منیزیم ـ فسفر ـ پتاسیم –سیلیکان و روی است.آب پرتقال در اروپا و آمریکا به دلیل خواص فراوان به مقدار زیاد مصرف می شود.متأسفانه بسیاری از آب پرتقال ها به صورتهای آماده در انواع بسته بندی،بطری و یا منجمد تولید و در بازار جهانی به فروش می رسند.بسیاری از این آب میوه های تجاری با شکر معمولی آمیخته شده اند و همانطور که در قبل اشاره شد این نوع آب میوه جات جهت مصرف توصیه نمی شوند.همانند گریپ فروت و لیموی ترش، این میوه نیزخاصیت پاک کنندگی مجاری گوارشی را دارد.و دیواره ی رگهای مویی را تقویت می کند ازاینرو قلب و ریه ها از این خاصیت بهره می برند.با نوشیدن سه الی چهار لیوان آب پرتقال در هفته به طور منظم خون از حالت اسیدی به قلیایی بر می گردد و آن عده نیز بیماران آسمی که روزانه مقداری کورتون مصرف می نمایند برای جلوگیری از عوارض ناشی از آن مثل چروک دور چشم و وصورت بهتر است آب پرتقال مصرف کنند چون مقداری پتاسیم دارد و در رفع این مشکل موثر است.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش توت

میوه این گیاه دارای مزاجی سرد و خشک و قابض است.مدر صفرا ـ رادع و از بین برنده ورمهای گرم حلق و حنجره و مانع ریختن مواد حاراز سر و ایجاد ورم حلق و زبان و سایر اعضاء بدن می باشد میوه آنرا هم به صورت تازه مصرف می کنند و هم خشک کرده و به صورت پودر در آورده و این پودر را جهت بیماریهای حلق و زبان و زخمهای بد دهان که از حرارت باشند مصرف می کنند.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش خربزه

خربزه و طالبی از میوه های تابستانی هستند و طعم و بوی مطبوع دارند.انواع آنها دارای خواص مشابه منابع سرشاری از ویتامین های B،A کمپلکس، PP،C مواد از ته،مواد هیدروکربنه، مواد چرب و رادیو اکتیو می باشند آب خربزه و طالبی حاوی انواع ویتامین ها، مواد معدنی،آنزیمها و بسیاری از شکرهای طبیعی می باشند.طبیعت آنها معتدل اما خنک کننده و داروی هاضمه هستند و برای پوست و اعصاب مفیدند.قند خربزه گلوکز و لوولز است که فوراً جذب می شوند لذا نیرو فعالیت سلولها را افزایش می دهند و خستگی را برطرف می سازند.خربزه و طالبی،اسید اوریک و سموم خون و سنگ کلیه را دفع می کنند و به عنوان دارو و جهت رماتیسم و نقرس و ضعف کبد مصرف می شوند.خربزه و طالبی دارای مواد ید دار نیز می باشند و مقدار زیادی مواد معدنی مثل پتاسیم،منگنز،فسفر،کلسیم و ماده پکتین در بردارند،کلسیم موجب تقویت عضلات و استخوان بندی و فسفر موجب تقویت سلولهای مغزی و فعالیت اعصاب دارای خاصیت قلیایی است و PH خون را بالا می برد. اگر خربزه ای زیاد شیرین را ناشتا به مدت چند روز مصرف کنند سبب حرارت کبد و کلیه ها شده و ایجاد تب می کند.خربزه با داشتن طعم و اسانسهای مطبوع محرک خوبی برای دستگاه گوارش و اعصاب و روان می باشد.و چون دارای آنزیمهای فراوان است عمل هضم را سرعت می دهد.

سلولزهای خربزه مواد زائد را از روده ها دفع می کند و رنگ رخسار را جلا می دهد.خربزه و طالبی رطوبت بدن،یرقان،ورم و درد چشم و امراض سودایی را برطرف می سازند اما برای افرادی که به امراض دیابت،ورم روده و سوء هاضمه دچار هستند مضر می باشد.پوست خربزه و طالبی دارای خواص فوق می باشد از اینرو میوه را می توان با پوست آب گرفت.آب خربزه و طالبی را بهتر است با مقداری سرکه یا آبلیمو و یا آب انار توام نمود و میل کرد.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش بلوط

چنانچه مقداری برگ درخت بلوط تازه را کوبیده و له شده آنرا بر جراحات و زخمها ضماد نمایند از پیشرفت و وسعت جراحت و زخم جلوگیری کرده و در درمان و التیام آنها اثری فوری دارد.

اگر مقداری برگ خشک شده درخت بلوط را سوزانده و آنرا نرم ساییده و بر روی زخمهای بدخیم و کهنه نظیرخوره و جذام بپاشند موجب بهبود و التیام اینگونه زخمها می شود.

چنانچه مقداری پوست نازک روی دانه ی بلوط که به جفت معروف است را نرم ساییده و با مقداری آب میل کنید در بهبود زخمهای معده و روده بی نظیر و موجب التیام زخمها و جراحات داخلی می گردد.

خوردن روزانه چند عدد شاه بلوط پودر شده که با شربت به و شربت سیب مخلوط شده باشد علاوه بر چاق شدن و تقویت قوه باه به عنوان پادزهری موثر جهت رفع اثرات زهرو سموم نیز مصرف آن تجویز و توصیه می شود.

چنانچه مقداری از پوست درخت بلوط را پخته و شب موقع خواب آنرا بر سر ببندند و صبح آنرا باز کرده و سر را با گل سرشوی بشویند ازریزش موها جلوگیری کرده و ریشه ی مو را محکم می گرداند و موجب سیاه شدن مو نیز می گردد.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش بادام تلخ

اگرمقداری مغربادام تلخ را له کرده و با کمی سرکه کهنه مخلوط نمایید و به محل جوشهای خشک صورت بمالید علاوه بررفع

آنها در درمان سایر امراض پوستی نظیر جرب و خارش پوست نیز مؤثر است.مالیدن روغن بادام تلخ به پوست هم مفید است.
جهت رفع سردردهای کهنه چند بادام تلخ را بکوبید و آنرا با سرکه خمیر کنید و بر پیشانی و سر ضماد نمایید در صورت نبود بادام تلخ و سرکه می توانید چند قطره روغن بادام تلخ را در بینی بچکانید.
ریشه ی درخت بادام تلخ دارای طبیعتی گرم و خشک است.چنانچه کسی مقداری از آن را نرم کوبیده و با روغن سرخه و سرکه خمیر نماید و بر محل لک و پیس پوست بمالد در رفع اینگونه لک ها و درمان بیماری برص موثر است.
چنانچه چند قطره از روغن بادام تلخ را در گوش کسی که به گوش درد دچار گشته بچکاند درد گوش راساکت کرده و در رفع سنگینی و برطرف کردن صدای گوش نیزمجرب است.
چنانچه ۲ مثقال پوست فندق را سوزانده و با ۱ مثقال از رنده شده پیاز عنصل مخلوط کرده و با نصف استکان روغن بادام تلخ بیامیزد و هرروز بمالد در تقویت پیاز مو و جلوگیری ازریزش مو بسیار مفید است.
منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش غوره

غوره انگورفخری و عسکری از سایر غوره ها بهتر و مرغوب تر هستند. طبیعت غوره سرد است و به علت داشتن اسیدهای آلی نظیر اسید اسکوربیک و اسید تارتاریک و اسیدهای آلی دیگر هم به صورت غذا و هم به عنوان دارو مصرف می شود.از دانه غوره و یا از پودر خشک شده آن نیز استفاده می شود.غوره ضد صفرا و غلبه خون بوده،ترشح و دفع صفرا را آسان می کند و ازغلبه خون در افراد مبتلا به این ناراحتی جلوگیری می نماید.در اثر داشتن اسید تارتاریک برای مداوای پادردهایی که جزء روماتیسم گرم مزاج می باشند مفید است و تولید گرمای زیاد را در کبد نقصان می دهد.آب غوره عطش را کم می کند.افرادی که به زخم معده و زیادی اسید معده مبتلا هستند و یا ششهای آنها ناراحت است خوردن آب غوره برای آنها جایز نیست، غوره همانند انگور دارای ویتامینهای A،B۱،B۲،C و مقدار فراوانی کانی می باشد.آب غوره تصفیه کننده بسیار خوب خون می باشد.
منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش قهوه

طبیعت آن سرد و خشک است.قهوه دارای ماده ای است محرک و تا حدودی مقوی قلب به نام کافئین که همراه با آن مواد آلی و کانی دیگر و مقداری ویتامین موجود است.قهوه برای افرادی که خواب زیادتر از حالت طبیعی دارند مفید بوده و خواب آنان را متعادل می کنند.محرک اعصاب بوده و خستگی را برطرف می سازد.ماده ای است قابض و خشک کننده رطوبات زیادی امعاء و از این لحاظ می تواند در قطع بعضی اسهالها مفید باشد.مدربول بوده و ادرار را زیاد می کند لکن زیاده روی و مداومت در خوردن قهوه مضار فراوان دارد که چند نمونه را یادآور می شویم ایجاد سردردهای مزمن می کند - افرادی که قلب ضعیف دارند زیاده روی در خوردن قهوه آنان را به خفقان مبتلا می سازد در دستگاه گوارش ایجاد نفخ می کند مصرف مقدار زیاد آن ایجاد قولنج می کند ـ بدن را آماده برای ابتلای به بیماری کابوس و مالیخولیا می کند ریه ها را خشک و خشن می سازد ـ قدرت جنسی را کاهش می دهد و به خصوص برای افرادی که دارای طبیعت سرد و خشک هستند و در افرادی که دارای یبوست هستند زیانش بیشتر است بعضی از مردم قدیم گفته اند:
آن سیه رو که نام او قهوه است
مانع النوع و قاطع الشهوه است

لکن درافرادی که دارای مزاج گرم و تر هستند چندان مضر نیست و گاهی دیده شده افرادی که در اثرغلبه خون و شدت حرارت به بیخوابی مبتلاـ شـده انـد برای آنـان خواب آور خواهـد بود و چنـانچه قهوه را بـا شـیر و نبـات و یا با گلاب و زنجبیل میل نماینـد از مضارآن جلوگیری به عمل می آید و منافع آن بر مضارش غالب می شود.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش لیمو

لیمو از میوه های با ارزش است و استفاده های گوناگون دارد.لیمو ترش به دلیل داشتن اسید سیتریک زیاد قوی و ویتامین C پاک کننـده ی قوی به حساب می آیـد.بهتراست آب لیمو ترش را ابتـدا رقیق کرده و بعد میل نموده.مصـرف یک لیوان شـربت آب لیمو قبـل از صـرف صبحانه هر دو روز یک بار کمک زیادی به شستشوی معـده و روده کوچک می نمایـد.لیموی ترش دارای ویتامین های A،B و مقـدار فراوانی ویتامین C است.آب لیمو ترش ضـد اسید اوریک است، خون را رقیق می سازد.دسـتگاه هاضـمه و دفع ادرار را ضـد عفونی می کنـد، برای جوشـهای پوستی،دمل،آکنه و بیماری های پوستی بسیار نافع است.روماتیسم و نقرس و سـنگ کلیه را درمان می کنـد،عطش تشـنگی را فرو می نشانـد.خوردن آب لیمو وزن بـدن را کاهش می دهـد و درمان خوبی برای چاقی است .کسانی که عرق نمی کننـد و یـا کم عرق می کننـد بایـد صبح قبل از خوردن صـبحانه آب لیمو و عسل میل کننـد.آب لیمو اسـهال را برطرف می سـازد. لیموی تازه دارای ویتامین P و رادیو اکتیو است و بـاعث تمیز شـدن رگهـا می شود و به همین دلیل از پیری و کهولت جلوگیری می کنـد.لیمو ترش خون را رقیق و نور چشم را زیاد می کنـد برای درمان زخم های گلوئی مقـداری آب لیموی خالص را هر دو ساعت یکبار مستقیم در گلو بچکانید.

خاصـیت میکروب زدائی آب لیمو ظرف چنـد سـاعت بـاعث نرم شـدن گلو می شود و زخم گلو و گلو درد را برطرف می سـازد.و دیفتری را نیز از میـان می برد.اگر احسـاس می کنیـد که در حال سـرماخوردن هستیـد چنـد لیوان شـربت آب لیمو در طول آن روز بنوشـید.به عنوان تقویت کننـده ی پوست، آب لیمو را بعـد از شسـتشوی بدن با صابون به پوست بمالید .آب لیمو باعث سـهولت در تنفس می شود.مالیدن آن برروی پوست سـر از طاسـی جلوگیری و موهای سر را تقویت می کند.درهنگام تهوع اگر کمی آب لیمو میل شود حالت تهوع برطرف می گردد.آب لیمو ترش تازه یکی از ارکان رژیم غـذایی با آب لیمو است و دفع سـموم از بـدن،کلیه هـا و کبـد کمـک شایـانی می کنـد.بهـتر اسـت در انـواع سالادهـا بـه جـای سـرکه از آب لیمـو اسـتفاده شـود.دانـه لیمـو کرم کش است.آبلیموی تازه تب روده ها را برطرف می سازد، از ترش کردن بعـد از غذا جلوگیری می کند،ذات الریه و تبخال را از میان می برد و برای درمـان سـرماخوردگی و گلـو درد بسیار مـؤثر است.جهت دفع سـموم از بـدن مثـل سم ناشـی از نیش خوردگی توسـط حشـرات و خزندگان بسـیار مؤثر است.آب لیمو تسـکین دهنده دردهای شـکمی و کلیه هاست و صفرا را درمان می کند، واریس و اگزما و تیفوس و سرخک و آبله مرغان و مخملک را معالجه می کند.

بیماریهـای مربوط به مغز و اعصـاب بـا آب لیمو درمـان می شود.طبیعت لیمو سـرد است و به خصوص برای افرادی که مزاج گرم و خشک دارند مفید است.کسانی که ناراحتی های گوارشـی دارند و نمی توانند لیموی ترش بخورند می توانند لیموی ترش مصـرف نماینـد.آب لیمو ترش را می توان به عنوان یک ضـد اکسیداسـیون به کار برد.درمخلوط با غـذا و یا سالادها خاصـیت نگهدارندگی دارد و از فاسـد شـدن سـریع مواد غذایی جلوگیری می کند.آب لیمو شـیرین از نظرخواص و مواد غذایی و تأثیرات مشابه لیموترش است اما چون اسیدی نیست بمانند لیمو ترش پاک کننده نیست ولی بخش اعظم خواص آن را دارا است.لیمو ترش در بهبود بعضی از بیماریهای ویروسـی اثر قابل توجهی دارد.گلبولهای سـفید بدن را تقویت می نماید.ضـمناً ملین مزاج می باشد صفرای اضافی بدن را دفع می کند و در بهبود بیماری خروسک که همان لارنزیت حاد و یا ورم مخاط حنجره می باشد نیز اثر قابل توجهی دارد.

منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش آناناس

طعم آناناس شیرین و کمی ترش و بسیار لذیذ است.آناناس رسیده پوستش طلایی رنگ و بسیار معطر است.آناناس تازه سرشار از ویتامین C،کلر،پتاسیم و دیگر ویتامینها و مواد معدنی است.همچنین حاوی آنزیم بروملین است.این آنزیم استفاده های زیادی در بدن دارد وتأثیراتش شبیه به پپسین است.اول اینکه به بدن درخنثی نمودن یا متعادل نمودن حالات خیلی اسیدی یا خیلی قلیایی مایعات درونی کمک می کند.

دوم اینکه لوزالمعده را جهت ترشحات هورمونی تحریک می کند.دلیل این امر آن است که ازآناناس در تولید تجاری یعنی هورمونها استفاده می شود. آناناس به طور موثر در درمان زخمهای گلویی به سبب داشتن ویتامین C و آنزیمها و اسیدها مؤثر است و معده را تقویت می کند.جهت مصرف آناناس های به رنگ طلایی که کمی نرم هستند و بوی آن حالت شیرین بودن را دارد انتخاب شوند.آناناس تشنگی های شدید را مرتفع می سازد.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش ماست

ماست بهترین دوا برای رفع اسهال و برای ورم روده مفید است.مخمرهای موجود در ماست،باکتری های روده را از بین برده و از عفونت جلوگیری می کند.

ماست مغذی،سهل الهضم و مفید است.برای اطفال پس از شیرغذایی مناسب تر از ماست نیست.چون ماست خواب آور است، برای افرادی که دچار بی خوابی می شوند مفید است اگر ماست تنها را دوست ندارید آن را با شیره ی خرما و یا شیره ی انگور میل کنند تا با این وسیله هم سردی آن را دفع کرده و هم مطبوعترش ساخته باشید.یکی از محاسن ماست آن است که نمی توان آن رابه مقدار زیاد خورده.همین خاصیت موجب می شود از زیانهای مختصری که ممکن است داشته باشد مصون بمانیم.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش موز

موزارزش غذایی فراوان دارد و کالری زیادی ایجاد می کند.موز میوه ای است تقریباً دیرهضم و افراد دارای دستگاه گوارش کند کار باید کمتر و بتدریج بخورند اما مخلوط آن با شیرمشکل هضم را ندارد و بسیار مقوی است. موز تقریباً تمام ویتامینها و مواد معدنی و سایر مواد غذایی را دارااست.میوه ای است خونساز و برای افراد کم خون مناسب است، بدن را نیز فربه و قوی می گرداند، ملین سینه بوده و سرفه های خشک را مداوا می کند،اسهال را می بندد،قدرت جنسی را زیاد می کند، لاغری غیر طبیعی را از بین می برد.مغز ساقه درخت موز خوراکی و مغذی است و کنجیال نام دارد و هنگامیکه درخت چندان میوه نمی دهد مغزساقه را درآورده،می پزند و می خورند.

منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفابخش نارگیل

درخت نارگیل درختی است زیبا با ارتفاع حدود چهل متر برگهای آن مانند برگ درخت خرما در بالای درخت قرار دارند برگهای

بزرگ و به طول چهار تا پنج مترند و در تمام مدت سال در بالای درخت میوه وجود دارد.
میوه آن از نوع سفت است وزن آن تا چند کیلوگرم می رسد.درون بر میوه قبل از رسیدن کامل محتوی مایعی شیری رنگ و شیرین و مطبوع است این گاه در نواحی گرم و مرطوب زمین می روید نارگیل را به زبان عربی جوز هندی گویند.درخت نارگیل هرچقدر بدریا شود نزدیکتر باشد و آب شور بیشتر به پای آن برسد میوه آن لذیذ تر و شیرین تر و چرب تر می شود.این درخت حدود صد سال میوه می دهد.میوه آن خوشه خوشه است حدود ده تا پانزده نارگیل دارد و همینطور که ذکر شد میوه دارای سه پوسته است که مغز در درون این سه پوسته می باشد و مغز تازه آن سفید و شیرین و لطیف و چرب است و پوست سوم آن نیز خوراکی است و تازه و نارس آن دارای مقدری مایع است که این مایع دارای مواد غذایی است.روغنی که از میوه نارگیل گرفته می شود بورد و کوکو نام دارد.طبیعت آن گرم است و مقوی بدن بوده و جسم را فربه می کند و حرارات غریزی بدن را زیاد می گرداند و مواد سرد و مرطوب و بلغمی و سوداوی را از بدن دفع می نماید از این جهت است که می تواند معالج استرخاء و فلج و جنون و مالیخولیا بوده و خوشبوکننده دهان و تنفس می باشد و ضعف کبد را برطرف نموده و کلیه ها را قوی و قدرت تناسلی را زیاد و درد مثانه را که از سردی مزاج آن باشد ساکت می کند افرادی که به کم خونی مبتلا هستند و یا مقداری خون را از دست داده اند می توانند مغز نارگیل و یا از شیر داخل پوسته ها بخورند یا پوست سوم آن را پودر کرده و با مقداری شکر و مختصری زعفران میل نمایند.هم خون بدن را زیاد می کند و هم لاغری را از بین می برد اما پوست سوم آن که بیشتر از محل پرورش سایر نقاط فرستاده می شود قدری دیر هضم است و زیاده روی در مصرف آن قدری صدا را خشن و سینه را زبر می کند و جهت جلوگیری از این حالت همراه با آن غذاهای سرد مزاج و یا میوه های ترش مزه مصرف می شود.
منبع: خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

نسخه های شفا بخش پاپایا (خربزه درختی)

این میوه گرمسیری بسیار مقوی است درون آن تو خالی و دانه های گرد سیاه دارد.ازنظر شکل،رنگ تقریباً شبیه کدوی حلوایی است.پاپایا در بسیاری از کشورهای جهان افریقای،امریکایی و بعضی کشورهای آسیایی مثل هند،مالزی، سیلان و ...تولید می شود.قسمت بیرونی پوست خربزه درختی وقتی که رسیده باشد زرد یا نارنجی است و قسمت گوشتی آن نرم وشیرین است.فقط قسمت گوشتی آن آب گرفته می شود و پوست و دانه ی آن دور ریخته می گردد.پاپایا به جهت داشتن دو ماده فراوان مشهور است این دو ماده پایین و آنزیمها هستند.پایین هضم کننده ی بسیار قوی پروتئین است.پاپایا وقتی رسیده باشد دارای مقدارزیادی شکرهای طبیعی است که انرژی تولید می کند.عصاره ی پاپایا خون سازی را تقویت می کند،توانایی انعقاد خون را بالا می برد.ملین بسیارخوبی است، اشتها را تحریک نموده و کلیه ها،کبد،روده ها را شستشو می دهد.جهت آب گیری خربزه های به رنگ طلایی تیره با نارنجی یا زرد که زیاد نرم نشده باشد انتخاب شود.
منبع:خواص میوه ها و گیاهان در درمان بیماریها

گردو از تشکیل سنگ کلیه جلوگیری می کند

گردو به علت داشتن مس به جذب آهن در بدن کمک و در درمان بیماری های ریوی مؤثر است. گردو خون ساز و تصفیه کننده خون است و می توان از آن در درمان بیماری های ریوی، جلوگیری از تشکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا استفاده کرد. مربای گردو و عسل، برای افراد لاغر بسیار مفید بوده و آپاندیس را تقویت می کند. چنانچه گردو با انجیر و موز خورده شود، مقوی حواس و مغز است.

دم کرده برگ درخت گردو، برای درمان ورم مفاصل و بیماری سل مفید است. جوشانده برگ درخت گردو درمان کننده سردرد، سرمازدگی و بیماری های پوستی است. گردوی تازه به رنگ سفید با پوست زرد روشن است. مغز گردو را در ظرف سربسته در داخل فریزر نگهداری کنید تا کهنه نشود. گردو با داشتن مواد مغذی زیاد، غذای بسیار خوبی است ولی نباید در خوردن آن زیاده روی کرد، زیرا باعث ورم لوزه و زخم دهان می شود.

شایان ذکر است، مغز گردو لطیف و در طولانی مدت کهنه شده و رنگ آن زرد یا قهوه ای و طعم آن تند می شود که باعث مسمومیت شده و نباید از آن استفاده کرد.

منبع: مجله دنیای سلامت شماره ۲۷

کرم ضدافتادگی پوست آناناس

روش تهیه:

آب آناناس و لیمو را با هم مخلوط کنید، سپس روغن جوانه گندم را به آن اضافه کنید و مخلوط را با اوسرین ترکیب کنید. آب آناناس حاوی ترکیباتی است که از افتادگی پوست کاسته و باعث صاف شدن آن می شود. اضافه شدن ویتامین های موجود در جوانه گندم باعث تغذیه مناسب پوست و تعویق پیر شدن آن می شود. جراحات و صدمات پوستی ناشی از آلودگی آب و هوا با به کارگیری این کرم به آسانی برطرف می شود.

مواد لازم:

آب تازه آناناس (طبیعی) ۲۰ سی سی

آب لیمو ترش تازه ۲۰ سی سی

روغن جوانه گندم یا بادام شیرین ۴۰ سی سی

اوسرین ۱۰۰ گرم .

منبع:مجله دنیای سلامت شماره ۲۷

چای لیمو، زنجبیل و سنبل الطیب

مواد لازم برای ۴ نفر

سنبل الطیب خشک شده ۱ قاشق چای خوری

ریشه زنجبیل تازه، پوست گرفته و رنده شده ۱ قاشق چای خوری

آب جوشیده ۵ / ۲ پیمانه

لیموترش یک دوم عدد

عسل ۳-۲ قاشق چای خوری

انرژی کل: ۵۰ کیلوکالری

روش تهیه:

سنبل الطیب و زنجبیل را در قوری بریزید. آب را به آن اضافه نمایید و بگذارید برای ۳ دقیقه دم بکشد. آنگاه آب لیموترش را بگیرید و به همراه عسل به آن اضافه کنید. اکنون چای را از صافی رد نمایید.

توجه: این نوشیدنی برای آرامش انسان مفید است.

منبع: ماهنامه دنیای سلامت شماره ۳۳

کاربرد طبی گیاهان

نویسنده: فرید نوبخت

در شماره پیش، به بیان ویژگی ها و اثرات برخی گیاهان شناخته شده همانند آنجلیکا، ریحان، برگ بو و. . . پرداختیم.

در این شماره، به بررسی خواص تعدادی دیگر از گیاهان و ادویه جات می پردازیم.

ادویه ها:

امروزه، ادویه های نقاط مختلف جهان در بیشتر سوپر مارکت ها و فروشگاه های مواد غذایی به سهولت یافت می شوند.

ادویه ها معمولا هم از نظر طعم و هم از لحاظ خاصیت، از گیاهان مربوطه ی خود قوی ترند، چرا که عمدتا از دانه ها یا بخش های دیگری از گیاه که حاوی غلظت بیشتری از ماده ی موثره ی آن گیاه هستند، گرفته می شوند.

خواص نوشیدنی های تهیه شده از گیاهان و ادویه ها معمولاـ پس از نوشیدن یک فنجان از آنها بروز نمی کند، بلکه باید این نوشیدنی ها به طور منظم و به جای نوشابه های گازدار یا کافئین دار مورد مصرف قرار گیرند تا اثرات خود را بر جای بگذارند.

ادویه ها نیز همچون گیاهان دارویی، از گذشته برای کمک به هضم بهتر غذاها مورد استفاده قرار می گرفته اند و شهرت آنها بیش از هر چیز مربوط به نقش آنها در جلوگیری یا تسکین نفخ، مثلا در زمانی است که همراه با حبوبات مورد استفاده قرار می گیرند.

میوه ها و دوغ حاوی ادویه ی کم، همراه بسیار خوبی برای وعده های غذایی پر فیبر، شامل صبحانه، ناهار یا شام می باشند. به آبمیوه ها باید تنها مقادیر بسیار کمی ادویه افزود، چرا که میوه ها و سبزی های نپخته، حجیم و جاذب نیستند.

تخم بادیان (Aniseed):

تخم بادیان طعمی قوی دارد و در پخت انواع کلوچه ی اروپایی کاربرد دارد. بادیان همچنین یکی از محتویات پودر پنج ادویه ی چینی است. این ادویه جهت طعم دهی انواع نوشیدنی نیز به کار می رود. شهرت اصلی تخم بادیان، افزایش اشتها، کمک به هضم غذا و تسکین نفخ است. این ادویه به طور سنتی جهت تسکین سفره، سرماخوردگی و آسم و نیز جهت کمک به خواب آرام مورد استفاده قرار می گیرد.

زیره ی سیاه (Caraway):

زیره ی سیاه طعمی گرم دارد و همراه با همه نوع میوه، خصوصا در نوشیدنی های گرم، مورد استفاده قرار می گیرد. زیره ی سیاه گرم کننده و آرامبخش است و از خانواده ی شوید و رازیانه می باشد و باعث افزایش اشتها، کمک به هضم غذا و نیز تسکین نفخ می گردد.

هل (Cardamoms):

این ادویه ی معطر و فرح بخش، یادآور طعم مرکبات و اوکالیپتوس است. گفته می شود که هل، سبب هضم بهتر غذا، آرام نمودن معده و طراوت بخشیدن به تنفس می گردد. همچنین مصرف شربت هل باعث بهبود سرماخوردگی و آنفلونزا می شود.

دارچین (Cinnamon):

این ادویه ی گرم کننده، به از بین بردن ویروس ها و میکروب های دستگاه تنفس فوقانی کمک می کند و لذا ادویه ای سودمند به صورت شربت های درمان سرماخوردگی محسوب می شود. همچنین گفته می شود که دارچین سبب کمک به هضم غذا، تسکین نفخ و بهبود گردش خون می گردد.

گل میخک (Cloves):

این ادویه برای تهیه ی نوشیدنی های گرم کننده و معطر به کار می رود و برای خوش طعم نمودن آب سیب، آب گلابی و آب انگور نیز بسیار مناسب است. از دیرباز گل میخک به دلیل دارا بودن خاصیت ضدعفونی کننده و بی حس کننده، برای تسکین دندان درد به کار می رفته است. گل میخک سبب تحریک و کمک به هضم غذا و تسکین نفخ می شود.

گشنیز (Coriander):

دانه ی گشنیز به مانند خود این گیاه یک محرک است و به هضم غذا کمک می کند. با آنکه گشنیز به شکل گسترده در نوشیدنی ها به کار نمی رود، اما دانه ی آن با میوه های خشک مثل برگه ی آلو، مغزها و مرکبات، ترکیب مناسب و خوش طعمی ایجاد می کند.

زیره ی سبز (Cumin):

با آنکه زیره ی سبز سبب تحریک اشتها می شود، اما به ندرت در نوشیدنی های میوه ای مورد استفاده قرار می گیرد. با این حال، زیره ی سبز همراه با آب مرکبات، سبزی ها، ماست و نعناع، ترکیب مناسبی ایجاد می نماید. این ادویه، ادرار آور و تحریک کننده می باشد.

شوید (Dill):

دانه ی شوید، ادویه ی حاصل از گیاه شوید است که نقش مثبتی در پایین آوردن چربی خون دارد.

رازیانه (Fennel):

دانه ی رازیانه، ادویه ی حاصل از گیاه رازیانه است.

زنجبیل (Ginger):

زنجبیل به شکل ریشه ی تازه ی گیاه در دسترس قرار دارد. ریشه ی خشک شده و یا ریشه ی خشک آسیاب شده ی زنجبیل در شربت ها یا محصولات کنسروی مورد استفاده قرار می گیرد. ریشه ی تازه ی زنجبیل همراه با انواع آب میوه و سبزی ها، سوپ ها و انواع غذاهای دیگر، طعمی فوق العاده ایجاد می کند. شهرت زنجبیل، به سبب تسکین تهوع و اسهال است و گفته می شود سبب بهبود تعریق و گردش خون و همچنین مقابله با عفونت هاست و در درمان سرماخوردگی به شکل نوشیدنی سرد مورد استفاده قرار می گیرد.

سرو کوهی (Juniper):

میوه ی تیره رنگ و تقریبا سیاه سرو کوهی، طعمی عالی جهت طبخ مرغ و گوشت ایجاد می کند و ادویه ای مناسب جهت نوشیدنی های گرم به شمار می رود. سرو کوهی یکی از ادویه های طعم دهنده ی gin نیز می باشد. سرو کوهی به عنوان ادویه ای ادرار آور و ضد عفونی کننده و همچنین سم زدا و تقویت کننده شناخته شده است. این ادویه سبب تحریک اشتها نیز می گردد.

خردل (Mustard):

خردل ادویه ای گرم کننده است و از دیرباز جهت تهیه ی ضماد (پماد) به کار می رفته است. این ادویه با آب گوجه فرنگی و مخلوط آب سبزیجات جهت تهیه ی نوشیدنی های گرم و سوپ های تسکین دهنده ی علائم سرماخوردگی، ترکیبی مناسب ایجاد می کند.

جوز هندی و پوست جوز (Nutmeg and mace):

این ادویه های گرم به هضم غذا کمک می کنند و تحریک کننده و تقویت کننده هستند. سبب تسکین تهوع و نفخ نیز می گردند. این ادویه ها در مقادیر زیاد می توانند سبب گیجی و توهم در فرد شوند و حتی ممکن است در مقادیر زیادتر سمی باشند، اما در مقادیر مورد استفاده در آشپزی، هیچ گونه خطری در بر ندارند.

زردچوبه (Turmeric):

این ادویه ی زرد رنگ و دارای طعم خاکی و طرب انگیز، به عنوان ادویه ای تقویت کننده، محرک، ضد باکتری و ضد عفونی کننده شناخته شده است.

منبع:ماهنامه دنیای سلامت شماره ۳۳

تسکین درد با استفاده از فلفل قرمز!

آیا تا کنون تجربه کرده اید که چگونه پس از خوردن یک سس بسیار تند بی اختیار زبان و دهانتان سوخته و به اصطلاح آتش می گیرید! اکنون دانشمندان در حال آزمایش و بررسی بر روی این موضوع می باشند که آیا ماده موجود در این نوع سس ها که این چنین باعث سوختن می شود، می تواند در تسکین دردهای ناشی از عمل های جراحی سودمند باشد!؟

پزشکان چندین قطره از یک ترکیب شیمیایی را که حاوی ماده فلفل قرمز می باشد مستقیما بر روی زخم های باز حاصل از یک عمل جراحی (مانند تعویض مفصل زانو و یا بعضی از جراحی هایی که بسیار دردناک می باشند) ریخته و نتیجه آن را بررسی کردند؛ البته این روش را هرگز در منزل انجام ندهید! زیرا در این آزمایشات که بر روی داوطلبان صورت می گیرد اولا بیماران در حالت بیهوشی هستند بنابراین با سوختن ناگهانی فریاد نمی کشند و ثانیا پزشکان از ماده فلفل قرمزی که کاملا پالایش و ضدعفونی شده استفاده می کنند تا سبب عفونت در بیماران نشود .

چگونه چیزی که اینقدر سوزاننده هست می تواند سبب تسکین و آرامش درد گردد!؟

زمانی که یک فلفل تند را گاز می زنید، پس از احساس سوختن بر روی زبان ، بی حس می گردد. پزشکان امیدوارند که با استفاده از مقدار مناسب و بسیار دقیق این ماده بر روی عصب های دریافت کننده درد بتوانند این اعصاب را به مدت چندین هفته بی حس کنند. در نتیجه بیماران از درد کمتری رنج می برند و تا زمان بهبودی بیماران از داروهای مخدر کمتری برای تسکین درد آنان استفاده می شود.

دکتر «آسوانک» یک متخصص از دانمارک که مشغول آزمایش بر روی این ماده (فلفل قرمز) می باشد اظهار می دارد ما درصدديم که این کرخ شدگی و بی حسی را مورد استفاده قرار دهیم . طی قرن های متمادی مردم از فلفل قرمز برای مداوا استفاده می کردند. از داروهایی که حاوی ماده فلفل قرمز می باشند می توان به پمادها و یا کرم های تسکین دهنده ی درد ماهیچه ها نام برد که در داروخانه ها به وفور یافت می شود (پس از استفاده از این کرم ها نوعی احساس سوزش و داغی در محل ایجاد می شود). امروز تحقیقات انجام شده نشان می دهد که فلفل قرمز به طریق کاملا استثنایی، مستقیما سلول های گیرنده درد را مورد هدف قرار می دهد. محققان دانشگاه «هاروارد» درصددند با مخلوط کردن ماده مودجود در فلفل قرمز با یک ماده بیهوش کننده ی دیگر بتوانند ترکیبی به دست آورند که در دندانپزشکی برای بی حسی موضعی استفاده کنند به گونه ای که تمام دهان بی حس نشود و همچنین امیدوارند بتوانند از این ماده در زایمان ها مخصوصا در زایمان هایی که از کمر به پایین بی حسی صورت می گیرد، استفاده کنند.

دانشمندان بر روی گونه دیگری از فلفل قرمز که ۱۰۰۰ بار قوی تر از فلفل قرمز معمولی می باشد آزمایشاتی را آغاز کرده اند و امیدوارند بتوانند با استفاده از آن دردهای بسیار سخت در بیماران مبتلا به سرطان های بدخیم را مهار کرده و تسکین دهند.

محققان این ماده پالایش شده از فلفل قرمز را «آدلا» نام نهادند، آزمایشاتی در حال انجام می باشد؛ در این آزمایشات چند صد نفر از بیمارانی که تحت عمل های جراحی مختلفی قرار گرفته اند مانند جراحی های تعویض مفصل زانو و لگن، جراحان چندین قطرها از ماده ی «آدلا» را بر روی بافت بریده شده ریخته و به مدت ۵ دقیقه فرصت دادند تا این ماده جذب بافت شود و سپس بافت بریده

شده را بخیه زدند. نتایج اولیه به دست آمده حاکی از آن است: بیمارانی که ماده «آدلا» را دریافت کرده بودند به طور چشمگیری درد کمتری را در ۳ روز اول پس از عمل جراحی تحمل کرده بودند. در آزمایش دیگری که بر روی ۵۰ بیمار که جراحی تعویض مفصل زانو را انجام داده بودند صورت گرفت، نیمی از بیماران که از ماده فلفل قرمز برای تسکین درد آنها پس از عمل جراحی صورت گرفته بود نیز درد کمتری را احساس کرده بودند.

دکتر «ویسکوزی» متخصص مدیریت درد در دانشگاه «فیلادلفیا» معتقد است که برای تسکین دردهای پس از عمل جراحی، نیاز مبرمی به داروهای بهتر و موثرتر وجود دارد؛ داروهایی مانند مورفین و ترکیبات مشابه آن که اصطلاح مسکن های مخدر می باشند. داروهایی هستند که در حال حاضر استفاده می شوند و در حالی که استفاده از این داروها ضروری و حیاتی است اما از طرفی به علت دارا بودن مواد مخدر دارای عوارض جانبی جدی می باشند که استفاده آنها را محدود می کند. محققان آزمایش بر روی ماده ی فلفل قرمز را همچنان دنبال می کنند تا به یک نتیجه روشن و قطعی برسند؛ آنها معتقدند ماده موجود در فلفل قرمز ماده ای است که نیاز به استفاده چندین باره برای تسکین درد ندارد فقط کافی است یک بار و آن هم مستقیما بر روی زخم استفاده شود در نتیجه بر خلاف سایر داروها در کل بدن پخش نمی شود. دکتر «ویسکوزی» اظهار می دارد تلاش های زیادی صورت گرفته تا بتوان جایگزینی برای مورفین ها و مخدرها پیدا کرد اما چندان موفقیت آمیز نبوده اما اکنون با آزمایشی که بر روی فلفل قرمز صورت گرفته به نظر می رسد که داریم به هدف خود نزدیک می شویم .

منبع: ماهنامه ی دنیای سلامت ۳۱

خواص دارویی انجیر

بهترین غذا برای بیماران عصبی

انجیر میوه ای است شیرین و گوشتدار که درون آن پر از دانه های بسیار ریز است و پس از رسیدن شیرین و زرد رنگ می شود.درخت انجیر در اکثر نقاط دنیا و ایران می روید و سالیانه سه مرتبه (بهار، تابستان، پاییز) میوه می دهد. نام عربی انجیر «تین» است میوه انجیر بیشتر به رنگ زرد و قرمز دیده می شود.

خواص:

انجیر ادرارآور است و کسانی که به خروج ادرار احتیاج دارند باید انجیر مصرف کنند. انجیر سینه را نرم می کند. برگ های درخت انجیر، ظروف آشپزخانه را کاملاًپاک می کند. جوشانده?? تا??? گرم انجیر در یک لیتر آب برای معالجه برونشیت مزمن،زکام و گرفتگی صدا مفید است.مربا و کمپوت انجیر برای درمان یبوست مؤثر است لذا میتوان ? تا ? انجیر تازه راچهار قطعه کرده و در نیم لیتر شیر جوشانده تا پخته شود و آن را با ?? عدد کشمش صبح ناشتا بخورند.

جوشانده برگ انجیر در منظم نمودن عادات ماهیانه خانم هایی که مبتلا به بی نظمی عادت ماهانه شدهاند مؤثر است که باید جوشانده را چند روز قبل از عادت ماهانه مصرف نمایند.شیر سفیدی که از دم برگها یا میوه انجیر خارج می شود بهترین درمان میخچه و زگیل است و باید آن را صبح و شب روی میخچه گذاشت تا آن را زایل کند. میوه انجیر نیروبخش، خوش طعم،مولّدانرژی و فربه کننده است و مواد لازم برای سوخت و ساز بدن را در خود جمع کرده است. انجبر برای نرم کردن سینه و روده ها دارای خاصیت معروفی است.

اگر ?? تا ??? گرم انجیر خشک را در یک لیتر آب بجوشانید، جوشانده ای بدست می آید که برای معالجه زکام های شدید و تورم های حنجره مفید است. دم کرده برگ های آن به مقدار ?? تا ?? گرم در یک لیتر آب، مسکن و برای معالجه سرفه تجویز می شود.

جوشانده انجیر خشک در التهاب دستگاه تنفس تجویز می شود.غرغره کردن جوشانده انجیر خشک برای درمان گلو درد و سرما خوردگی بسیار مؤثر است. اگر ? تا ? گرم انجیر خشک رادر مقداری آب ریخته و با آتشی ملایم بپزند تا به صورت شربتی درآید این شربت درد گلو را آرام می کندو سرفه را تسکین می دهد. از جوشانده انجیر خشک در شیر، شربتی به دست می آید که برای رفع تحریکات گلو مخاط دهان مصرف می شود. انجیر خشک را می کوبند و می سایند ئ به جای قهوه مصرف می کنند.مصرف گرد انجیر به جای قهوه در بیماریهای برونشیت، سینه پهلو و سیاه سرفه مفید است.

جوشانده شاخه نازک درخت انجیر،آبی را که در بافت های بدن جمع شده خارج می کند از این جهت در مورد مرض استسقاءنیز مصرف آن مفید است.انجیر بیش از هر میوه ای قند طبیعی دارد و به مقدار قابل توجهی دارای ویتامین های «آ» و «ب» است. اگر انجیر را بپزند و به شکل کمپوت و یا مربا درآورند برای اشخاصی که سوء هاضمه یا یبوست دارند مفید است. انجیر بواسیر را قطع می کند.

انجیر سده ها را نرم می کند و برای باد قولنج مفید است. انجیر نقرس را معالجه می کندو قوای جنسی را زیاد می کند. انجیر بوی بد دهان را از بین می بردو استخوان ها را محکم می کند.

انجیر میوه ای است بسیار مغذی که هضم آن آسان است و مصرف آن برای بچه ها و اشخاصی که از بستر بیماری برخاسته اند و دوره نقاهت را می گذرانند بسیار مفید است.انجیر به علت دارا بودن دانه های ریز، باعث تقویت روده و معده می شود ولی برای کبدهای ضعیف زیان آور است. انجیر در رفع بواسیر،صرع، جنون و وسواس اثرات نیکویی دارد. خوردن انجیر تازه و خشک،موجب لینیت مزاج می شود،از این جهت یبوست های کهنه و مقاوم را درمان می کند.

خوردن جوشانده انجیر خشک در تمام التهابات دستگاه تنفس مانند ذات الریه، ذات الجنب،آسم،تنگی نفس،سرماخوردگی های مکرر مفید است.

غرغره کردن و دهان شویه

با جوشانده انجیر خشک، ورم لثه، ورم دهان و ورم گلو را درمان می کند. اگر خمیر انجیر با آرد جو و گندم را به صورت مرهم، روزی ? مرتبه در محل ورم گوش و دمل ها قرار دهند اثر شفابخش دارند. اگر خمیر انجیر با آرد جو را به صورت مرهم در محل سوختگی ها و غده های ملتهب قرار دهند،مؤثر است.

مسواک زدن با سوخته انجیر، برای جرم گیری دندان (سفید کردن دندان) و تقویت لثه، فوق العاده مفید است. برگ تازه انجیر برای التیام جراحات و زخم ها و جوش خوردن سریع زخم های سطحی مؤثر است. می توان برگ تازه را به مدت کمی روی زخم های سطحی گذارد، اگر برگ خشک کرده درخت انجیر را بکوبید و در سرکه بخیسانید و به پوست بدن که پوسته پوسته می شود بمالید اثر شفابخش دارد.

برگ خشک کرده درخت انجیر را بکوبید و در آب خیس نموده و بر سر یا ابرو بمالید،ریزش مو را بر طرف می کند. یک قطره از شیرآبه سفیدرنگ انجیر را در داخل دندانی که پوسیده و کرم خوردگی دارد بمالید،درد را تسکین می دهد. وجود مقدار زیاد فسفر این حقیقت را نشان می دهد که انجیر در پرورش هوش و حافظه بسیار مؤثر است.

سرشار بودن انجیر از پتاسیم تأمین کننده سلامتی کودکان ضعیف و کم خون و بی اشتها است. اگر انجیر و عسل را به طور مساوی با هم مخلوط کنید جهت زخم معده بسیار مفید است. انجیر به علت داشتن پتاسیم، درجه قلیایی بودن بدن را بالا برده و در رفع اوره و چربی بدن بسیار مؤثر است. انجیر می تواند در بیماران مبتلا به عدم کفایت کبد و رماتیسم مزمن مؤثر باشد. انجیر هر قدر تازه تر باشد قدرت پاک کنندگی و خواص آن بیشتر است. انجیر بهترین غذا برای بیماران عصبی است.

انجیر پخته مرهم خوبی برای سوختگی زخم های گرم و دمل(مخصوصاً دمل دندان) است. شربت انجیر تسکین دهند ?دردهای

گلو و سرفه است. انجیر خیسانده شده در شیر بسیار خوشمزه و برای درمان یبوست شدید بسیار مفید است.

انجیر خیسانده شده در روغن زیتون برای معالجه یبوست بسیار مفیداست و باید صبح ناشتا خورده شود.شیره سفید انجیر اثری نظیر مایه پنیر دارد، لذا می توان از آن در تهیه پنیر استفاده کرد.

برای معالجه آبسه دندان و ناراحتی لوزه و گلو انجیر پخته بسیار مفید است. مرهم انجیر پخته شده در سرکه، برای درمان سوزش، خشکی و خشونت زخم ها بسیار مؤثر است . جوشانده تازه و جوان درخت انجیر در استسقاء اثر نیکو دارد.جوشانده انجیر در التهاب دستگاه تنفس تجویز می شود. جوشانده پوست تازه انجیر در شک روش ها و اسهال خونی توصیه شده است.

تذکرات:

انجیر برای مبتلایان به قند مضر است. انجیر برای اشخاص چاق، زیان آور است.

انجیر برای مبتلایان به اختلال معده و روده مضر است.

زیاده روی در خوردن انجیر، برای معده و چشم زیان آور استو خنثی کننده زیاد آن کرفس است.

انجیر و ورزشکاران:

بر اساس نتایج پژوهشی جدید در مصر، انجیر تازه یا خشک بهترین ماده انرژی زا برای ورزشکاران است. نیم ساعت پس از خوردن انجیر، قند آن به راحتی جذب بدن می شود و انرژی مورد نیاز ورزشکاران تأمین می شود. انجیر تازه حاوی پتاسیم و کلسیم و آهن و ویتامین های گروه «ب» است که برای سلامت پوست و عضلات و اعصاب مفید است. انجیر خشک حاوی مواد غذایی غلیظ شده است و میزان ویتامین ها و مواد معدنی و کالری آن بیشتر از انجیر تازه است (در حدود? برابر) ماده پکتین انجیر خشک کلسترول خون را کاهش می دهد.ا

منبع: http://www.pezeshk.us

خواص و کاربردگلرنگ

به فارسی گیاه را «گلرنگ»و تخم م رغ آن را «تخم کافشه»،«خسک دانه»و در گیلان «تخم کاجره»و«تخم کازیره»می گویند.در کتب طب سنتی با نامهای عربی آن «قرطم»و«احریض» و تخم آن را «حب العصفر»و «بذر الاحریض» نام می برند.به فرانسوی Safran batardو به انگلیسی Safflowrr گفته می شود.گیاهی است از خانواده compositaeتیره فرعی tubulifloraeنام علمی آنCarthamus tinctorius L. می باشد.

مشخصات

گیاهی است یکساله،ارتفاع ان در حدود ۶۵/۰ متر کمی خاردار و منظره کلی ان بخصوصگلهایش شباهت با خارخسک دارد.برگهای آن بدون دمبرگ پهن و موجدار با دندانه های منتهی به خارهای ظریف است.رگبرگهادر سطح زیرین برگ برجسته و نمایان می باشد.گلهای ان منفرد در یک طبق کوچک لوله ای و زرد رنگ مایل به قرمز در انتهای شاخه گلدار ظاهرمی شود.میوه ان فندقه سفید رنگ که در قسمت بالای آن دسته ای تار نازک وجود دارد.

گلرنگ ،بومی مشرق زمین است و از نواحی عربستان برخاسته و پس زا آن به سایر مناطق دنیا منتشر شده است و امروزه در اغلب کشورها کاشته می شود و از نظر مصارف روغن آن و ماده رنگی گلهای ان مورد توجه است.تکثیر گلرنگ از طریق کاشت دانه آن صورت می گیرد.دانه ان را برای اینکه در جوانه زدن تسریع شود،قبل از کاشت ۲۴ ساعت در آب می خیسانند و معمولا در ارقام مختلفه گلرنگ پس از۵-۴ ماه گیاه قابل بهره برداری میشود.این گیاه در خراسان ،تفرش تبریز و برخی مناطق دیگر می روید.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی درگلهای گلرنگ دو ماده رنگی وجود دارد یکی ماده رنگی زرد که در آب حل می شود وبا طریق ساده شستن می توان ماده رنگی زرد ان را به دست آورد.ماده دیگر ماده ای است قرمز رنگ به نام کارتامین که درآب غیر محلول است و در محلولهای قلیایی ضعیف حل می شود،در الکل کم حل می شود و در اتر خیلی کمتر حل می شود.در میوه این گیاه در حدود ۳۰ درصد پروتئین و مقداری چربی ثابت خوراکی وجود دارد.مقدار چربی برحسب ارقام مختلف متفاوت است و بین ۳۰-۲۰ درصد فرق می کند واز این جهت گلرنگ از دانه های روغنی نیز محسوب می شود.

بررسی های دیگری نشان می دهد که در گلهای گلرنگ ماده رنگی زرد به نام سلافوریلوکارتامین و ایزوکاتامین وجود دارد.طبق نظر [روا]در آن چربی ثابت نیز وجود داردکه شامل لینولئیک اسید،اولئیک اسید،استاریک اسید ،پالمیتیک اسید ،لینولنک اسید و در آخر دو ماده رنگی به نام های کارتامین و کارتامیک اسید می باشد.

درمیوه آن یک نوع آنزیم شبیه رنت و ماده رنگی خالص گلرنگ یافت می شود.در دانه های آن روغن ثابتی وجود دارد که عمدتا شامل لینولئیک اسیدو یک گلیسرید استو در تجزیه دیگری وجود میریستی نیک اسید،آراشیدیک اسید،لینگوسویک اسید و لینولئیک اسید در آن تایید شده است.[M.P.E.SE.A]

خواص و کاربرد

از گلهای گلرنگ برای رنگین کردن غذا به جای زعفران استفاده می کنند و از روغن دانه ان نیز به عناون روغن نباتی مایع کم ضرر خیلی استقبال می شود.در تمام مناطق شرقی آسیا از چین تا هندوستان و نواحی جنوب شرقی آسیا از گلهای گلرنگ به عنوان داروی محرک ،مسکن و مسهل و معرق از جوشانده ۲۰ گرم گل در هزار گرم آب یا به طور خیساندن در آب نیم گرم استفاده می شود[روا].به علاوه برای آن خاصیت قاعده آور و ضد ورم و تحلیل برنده تومور قایل هستند.

در چین معمول است از اواخر فروردین تا خرداد ماه که گلرنگ دردوران شهور گل می باشد،همین که گلها باز شدند و رنگ گلبرگ ها از نارنجی به قرمز تبدیل شد ،گلبرگ ها چیده می شود و این کار با احتیاط و دقت انجام میگیرد که به تخمدان گل که به میوه تبدیل می شود صدمه ای نرسد گلبرگهای چیده شده رادر آفتاب ویادر سایه خشک میکنند.خوردن گلبرگها گرم کننده است و برای تسریع جریان گردش خون کمک میکند و برای زنهایی که عادت ماهیانه انها بدون دلیل قطع شده است و یا زنهایی که جنین مرده در رحم دارند و یا در مورد آنهایی که ترشحات رحمی بعد از زایمان آنها ادامه دارد و همچنین برای بیمارانی که خون قی می کنند تجویز می شود.در هندو چین از گلهای گلرنگ به عنوان تونیک و برای مداوای فلج وعادت ماهیانه دردناک استفاده می شود.دانه های گلرنگ میلن و مسهل است و برای استسقا و اغما و فلجهای ناگهانی حاصله از خونریزی مغزی یا آپوپلکسی به کار می رود.

از گلهای خشک ان برای معالجه یرقان و از اب خیس کرده گلها برای شست و شوی چشم استفاده می شود.

قرطم یا تخم گلرنگ از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی ایران گرم و خشک است و دارای خاصیت مسهلی است.از نظر خواص معتقدند که ترکیبات مغذی ان خیلی کم است . مسهل است و بلغم رقیق و اخلاط سوخته را خارج می کند و بادهارا تحلیل می برد. اگر ۲۰ گرم از تخم گلرنگ را گرفته کوبیده و شیره ان را بگیرند و با شکر سرخ و یا عسل بخورند و یا ۴۰ گرم آن را بکوبند و در ۲۵۰ گرم آب بجوشانند و بمالند و صاف کرده و ۴۰ گرم شکر سرخ در آن بریزند و بخورند، به عنوان مسهل خوب عمل می کند.

اگر شیره تخم گلرنگ را گرفته با آبی که در آن انجیر خیسانده باشند،مخلوط و با شکر و یا عسل بخورند سینه را پاک میکند و آواز را صاف می کند و برای اکثر بیماری های سینه ای سرد مفید است.مقوی نیروی جنسی و زیاد کننده اسپرمو درخشان کننده رنگ رخسار است،بادها و نفخ را تحلیل می دهد.

و ارگر آن را داخل آش ماش یا آش نخود کرده بخورنـد برای اعتدال اخلاط مفید است ومسـهل بلغم خام و مواد سوخته می باشد. اگر ۴۰ گرم شیره آن را با قنـد و شـکر سـرخ و یا عسل بخورنـدبرای استسـقای عمومی یا خیز عمومی بـدن مفید است و اگر کمی نمـک هنـدی نیز در آن بریزنـد اثرش در ازدیـا ترشـح ادرار بیشتر می شود(نمک هنـدی که دربازار به همین نام عرضه می شود،در هندوسـتان از خـاکستر برگ تعـدادی از گیاهـان نظیر کهـار ،تربـو توتـون،مـوز نخـود و...می گیـد مقـدار خـوراک ۶-۵ گرم است.)خوردن شیر ه تخم گلرنگ که فلوس خیار شنبر در آن حل شده باشد برای کاهش تب بلغمی بسیار موثر است.این دارو منضـج یعنی اعتدال دهنده اخلاط استو اخلاط منجمد را می گدازدو اخلاط رقیق را غلیظ می کند .به همین دلیل این دارو را نباید بعد از شیر گاو یا گوشـفند خورد زیرا آن را منجمد و منعقد می سازدو برای معده مضـر است و از این نظر باید با انیسون و شیرینی خورده شود. مقدار خوراک تخم گلرنگ ۴۰-۲۰ گرمو اسراف در خوردن ان مضر است و باید کمتر از مقدار معینه برای خوراک خـورده شـود.جانشین ان از نظر خـواص حبهٔالخضـرا یـا میـوه درخت بطم است.تخم گلرنـگ را در شیسـر مخلوط می نماینـد و می خورند.معمولا در هر ۵۰۰ گرم شیر ۴۰ گرم تخم گلرنگ مقشر داخل می کننـد و نصف ان را می خورنـد تا عمل کند.روغن تخم گلرنگ از نظر خواص شبیه روغن گزنه است و کمی ضـعیفتر از آن و همان طور شیر را منعقد می کند و به اصطلاح می برد.و آب را جدا می سازدو روغن نوع اهلی تابستانی ان مسهل خوبی است.

منبع:www.taamasrar.com

خواص و کاربرد دارچین

در ایران به طور کلی «دارچین»گفته می شود.در کتب طب سـنتی انواع آن رابـا نامهای «دارصـینی »،«قرفهالـدار چینی »،«سـلیخه »نام برده انـد .پـوست شـاخه هـای درختـی است که به فرانسوی آن را Cannelleوبه انگلیسیCinnamon نامنـدو درخـت آن را به فرانسوی cannerlierوبه اانگلیسـی cinnamon treeمی نامنـد . گیـاهی اسـت از خـانواده یLauraceae و گـونه هـای مختلفی دارد که معروفترین آنها دو گونه بانام های علمی زیر است :

۱- Cinnamonmum verun J.S .Presl.که مترادف آن C.zeylanicum Blاست و در بـازار تجارت بین المللی به نام «دارچین سیلان »در کتب Ceylon cinnamonو به نام «قرفه»معروف است واز مرغوب ترین انواع دارچین است .

۲- Cinnamomum cassid Bl.که رویشـگاه آن چین وویتنام و جزایر سوئـد وآن حوالی است ودر چین نیز پرورش داده می شود و در بـازار به نـام«دارچین چین » و«دارچین سایگون» گفته میشود . این دارچین رابه عربی«سـلیخه »و«دار صـینی »وبه زبان اردو «تج»می نامند و مترادف آن C.aromaticum Nees. می باشد .

انواع دیگری نیز بـا اسامی تجارتی خاص در بازار وجود دارد که در حـد مرغو بیت انواع فوق نیست ،از جمله دارچین کایان که در آمریکای جنوبی میروید ،رنگ آن تقریبا سفید ودر دهان زود نرم میشود ودارچین ناصاف ونامرغوب که به جای پوست شاخه های جوان درخت دارچین سیلان تهیه می شود که خشن و ناصاف و نامرغوب است.

سابقه تاریخی

دو گونه دارچین به نـام دارچین سـیلانو دارچین سایگون از قـدیمی ترین ادویه های جهان هسـتند که از تعصار کهن مورد شـناخت بشر بوده است و اسناد مکتوب تاریخ قدمت آنها را به ۴۰-۳۰قرن پیش می رساند.

از نظر کیفیت این دو نوع دارچین بـا هم یکسـان نیسـتند ولی به علت شـباهت زیـادی که از نظر خواص و عطر بـاهم دارنـد از همان قرنها پیش همیشه دو گونه:C.verum وC.cassia باهم اشـتباه می شـده و حتی در حال حاضـر نیز در اغلب مناطق دنیا برای این دو گونه دارچین اختلافی قائل نیستند.

در بازار آمریکا تقریبا تمام ادویه ای که به نام دارچین فروخته می شود عملا از نوع C.cassia است و نام دارچین را آمریکایی ها از هر نوع cinnamon می گویند.در انگلستان مرسوم است در بازار و در محافل علمی نام cinnamon برای گونه مرغوب.C zeylanicum و نام cassia برای گونه C.cassia به کار می رود.در صورتی که در آمریکا طبق مقررات مواد غذایی دارویی مربوط به سال ۱۹۳۸ اجازه داده شده است که کلمه Cinnamonبرای هر دو نوع به کار رود.

حکمای طب سنتی از جمله گالن طبیب نامدار یونانی در قرن دوم پس از میلاد در کتابش دارچین سایگون و یاC.cassia را هم ردیف باC. zeylanicum . یا دارچین سیلان اعلام کرده و معتقد است که در مصارف طبی می توان به جای دارچین سیلان از دارچین سایگون استفاده کرد ولی از نظر مقدار باید مقدار مصرف دارچین سایگون دو برابر دارچین سیلان باشد.

مشخصات

دارچین سیلان درختچه ای است از نظر بلندی متوسط همیشه سبز که قسمت درونی پوست شاخه های جوان ان دارچین مرغوب تجارتی معروف به دارچین سیلان است .در سیلان و هند ارتفاع ایت درختچه ممکن است تا ۱۲-۱۰ متر برسد.

ولی عملا۔ چون به طریق شاخه زاد پروزش داده می شود ارتفاع خیلی کمتری دارد ،برگهای آن به رنگ سبز تیره شفاف در سطح فوقانی و سبز روشن در سطح تحتانی ،بسیار معطر ،دراز به طول ۱۵-۱۰ سانتی متر و نوک تیز هستند.گل ان کوچک زرد تقریبا نامرئی است.میوه آن کوچک تخم مرغی به رنگ ارغوانی تیره به طول ۲-۱ سانتی متر و دارای یک دانه می باشد.این درختچه در سیلان و هند در مناطقی که بارندگی سالیانه در حدود ۲-۵/۱ متر باشد می روید.

مرغوبترین نوع دراچین سیلان ار دارچین شیرین یا دارچین عسلی می نامند.تکثیر این درختچه از طریق کاشت بذر و یا از طریق کاشت قلمه آن است .پس از ۳-۲ سال درخت جوان را قطع می کنند تا شاخه های زیاد بدهد و به صورت شاخه زا در آید و ۳-۲ سال بعد پوست شاخه های جدید راکنده به صورت لوله دارچین در بازار عرضه می کنند.

دارچین سایگون یا دارچین چین در ویتنام و هیمالیای شرقی و قسمتی از چین می روید.درخت ان کمی بلندتر ،پوست آن ضخیم تر ،برگها دازتر و میوه آن کوچکتر از دارچین سیلان است.کاشت بهره برداری ان نظیر کاشت و بهره برداری دارچین سیلان می باشد.و تنها اختلاف این است که در مورد دارچین سایگون معمول است از پوست شاخه های جوان و از پوست تنه درخت نیز که ناصاف است از هر دو استفاده و شابد ۱۵-۱۰ سال لازم است تا بهره برداری آغاز شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی و مواد عامله طبق بررسی های دانشمندان شیمی و دارویی در داچین سیلان اسانس روغنی فرار قابل ملاحظه ای وجود دارد.بررسی های آزمایشگاهی نشان می دهد که در پوست خشک ساقه های کوچک و جوان درخت در حدود ۷۱/۰-۳۵/۰ درصد اسانس یافت می شود که شامل ۷۶-۴۸ درصد از آلدئید ها می باشد.بررسی دیگری نشان می دهد که دارای ۲ درصد اسانس است که شامل ۹۰-۷۰ درصد ماده اوژنول (اسانس میخک)است.

بررسی دیگری نشان می دهد که پوست شاخه ها در حدود ۱-۵/۰ درصد اسانس دارد و برگهای سبز درخت در خدود ۱ درصد اسانس دارد.مطالعه دیگری نشان می دهد که اسانس دارچین از نظر ماده اوژنول اسانس میخک است و در هر دو در حدود ۹۰-۷۰درصد اوژنول وجود دارد.

در پوست ریشه دارچین در حدود ۳ درصد اسانس یافت می شود که البته با اسانس پوست و شاخه ها و برگها متفاوت است. دارچین سیلان منتهی ضعیفتر از ان است نیز دارای اسانس می باشد.در هر دو گونه فوق علاوه بر اسانس مواد دیگری نظیرتانن نیز یافت می شود.[G.I.M.P]

در گزارش مطالعات دیگر جدیدی در مورد ترکیبات شیمیایی چنین آمده است که اسانس گونه سیلان دارای سینامیک

آلدئید،هایدروسینامیکآلدئید،بنز آلدئید و کومینیک آلدئید،نونی لیک آلدئید،اوژنول،کاریوفیلن،آل-فلاندرین،پی سیمن،پینن،میتل-ان-آمیل کنوتو آل-لینالول می باشد.

در مورد ترکیبات شیمیایی دارچین سایگون آمده است که دارای سینامیک آدئید ،سینامیل استات ،فنیل پروپیل استات و تانن می باشد.

خواص و کاربرد

دارچین سیلان:در هند و چین از پوست شاخه ها و اسانس آن به عنوان محرک هاضمه،محرک تنفس و محرک جریان خون استفاده می شود.در شبه جزیره مالایا مصارف وسیع وسیع دارویی دارد. اسانس ان خاصیت جرم کشی قوی دارد ولی نظر به اثر تحریکی آن کمتر برای میکروب کشی به کار می رود.دارچین در دور زیاد به عنوان مواد مخدر سمی مورد توجه است.[کوئی زمبیگ و نادکارنی]

دارچین سایگون بیشتر مصرف ادویه دارد تا مصرف دارویی ،این دارچین تند و گزنده وتونیک خاصی برای کلیه می باشد.برای سرما زدگی پا و دست و دل درد و شاش بند تجویز می شود،ولی در مورد زنان حامله توصیه نمی گردد[چونگ یائوچی].

شاخه های کوچک تازه ان نیز اغلب قطع و قطعه قطعه شده در آفتاب خشک می شود،این قطعات با ۱۰۰-۳۰ سانتی متر طول به بازار عرضه می شود.دارویی گرم کننده با طعمی کمی شیرین و برای تسریع جریان خون تجویز می شود.به علاوه به عنوان تب بر در موارد سرما خوردگی و کاهش درد مفاصل و کمر توصیه می گردد[چونگ یائوچی].

به طور کلی در کتب طب سنتی خاور دور ،دارچین به عنوان بادکن ،مقوی معده ،قابض،تونیک،محرک و آرام بخش و دارویی برای ناراحتی های پس از زایمان تجویز می شده است[استوارت] [روا]می گوید که به طور کلی دارچین یک محرک عمومی است که جریان خون را تسریع و تنفس را تحریک می کند و موجب افزایش اغلب ترشحات بدن و تحریک عاضمه می گردد.از سرشاخه های جوان آن هب عنوان قاعده آور و معرق استفاده می شود.در هند و چین از این دارو به عنوان یکی از اجزا در تهیه داروهای مرکب ضد اسهال،صفرابر و تب بر به کار می رود و برای معالجه اسهال و یرقان و مالاریای مزمن که موجب بزرگی طحال شده مفید است معالجه اسهال و یرقان و مالاریای مزمن که موجب بزرگی طحال شده مفید است[می نات].[برکیل] معتقد است که این دارچین به عنوان جزئی از اجزای داروهای مرکب برای سرفه و ناراحتی سینه مصرف می شود.

دارچین از نظر طبیعت زنبق نظر حکمای طب سنتی ایران و هند گرم و خشک است ونیروی دارویی ان تا ۱۵ سال باقی می ماند.از نظر خواص معتقدند که بسیار لطیف کننده و باز کننده گرفتگی های و انسداد مجاری و فرح اور است.عفونت اخلاط را رفع می کند و تریاق سموم حیوانی ،نباتی،و معدنی است و نیروبخش و مقوی است و برای خفقان،وسواس،وحشت،و جنون و تقویت معده و کبد و رفع بد بویی دهان ،قطع سرفه های رطوبی،تنگی نفس،رفع خشونت صدا و آواز که بلغم غلیظ باشد،پاکم کردن سینه و حنجره،باز کردن گرفتگی های کبد ،رفع استسقا و ضد عفونی زخمها بسیار مفید است.استعمال آن به صورت خوردن در شربتها ومصرف گردو به صورت روغن و ضماد و یا شیاف و مالیدن به اعضا به صور مختلف امکان دارد.مالیدن روغن آن به پلک چشم مفید است.خوردن دم کرده ان با سرکه و مصطکی برای سکسکه رسوبی نافع است.ضماد ان برای رعشه و رفع تبو لرزهای بلغمی و سوداوی و دانه بواسیر و تسکین درد ان و عقرب زدگی مفید است.

اگر ان را در دهان جویده برقضیب بمالند موجب التذاذ جماع باشددر گرم مزاجان ایجاد سردرد می کند و برای مثانه مضرر است واز این نظر باید با کتیرا خورده شود،مقدار خوراک آن از ۲۰-۸ گرم می باشد.روغن آن بسیار گرم و خیلی خشک است و برای سنگینی و سردرد ودردهای رحمی چه از طریق خوردن ان و چه با مالیدن نافع است.قطره ان در گوش برای رفع سنگینی گوش و خوردن آن برای تقویت هاضمه ،تحیلی نفخ،گاز معده،رفع یرقان و بواسیر مفید است.

تهیه گرد دارچینی :دارچین سیلان را به مقدار مورد نظر گرفته و نیم کوب کرده،در گرم خانه ۴۰ درجه سانتی گراد بخشکانند و نرم ساییده از الک بیرون کنند وباید ان را آنقدر بسایند که در نخاله باقی مانده،جز ماده خشبی بی طعم چیز دیگری نباشد.این گرد از ادویه برای مصرف در غذا می باشد و از عوامل محرک و مقوی معده است.

مقدار خوراک آن از ۵-۵/۰ گرم است.

عرق دارچینی:دارچین سیلان ررا به مقدار مورد نظر گرفته با آب کافی ،ابتدا دارچین را نیم کوب کرده مدت ۱۲ ساعت در آب بخیسانند و بعد از تقطیر کنند تا از هر جز دارچین را که مصرف شده در چهار جز مقطر به دست آید و برای گرفتن اسانس روغنی فرار آن بهتر است که مایع تقطیر شده را در شیشه لوله دار جمع کنند که در انتهای لوله باریک اسانس جمع شود.

عرق دارچین را به مقدار ۱۲۰-۶۰ گرم در پوسیونهای محرک داخل می نمایند.مقدار خوراک از اسنس آن ۱۲-۱ قطره است که در پوسیونهای ریخته شود.

شربت دارچین:عرق دارچین ۱۰ واحد،قند سفید ۱۸۰واحد،قند را در عرق به حالت سردی حل کنند وبا کاغذ صاف نمایند و این شربت را مانند محرکها و مقوی های معده به مقدار ۶۰-۱۵ گرم در پوسیونها و یا یک شربتسرد حل کرده می خورند.

جوشانده دارچین:دارچین سیلان ۸ گرم،آب ۱۰۰۰گرم،مطابق معمول جوشانده تهیه شود.

عوارض جانبی دارچین و بیماریها:

بیماران دیابتی

تازه ترین تحقیقات نشان می‌دهد بیماران مبتلا به دیابت می‌توانند با افزودن کمی دارچین به رژیم غذایی خود به حفظ سلامت بدنشان کمک کنند.

به گزارش ایسنا، به نقل از پایگاه اینترنتی رویترز، در این مطالعه بیماران دیابتی که به مدت ۴۰ روز، روزانه یک گرم دارچین به رژیم غذایی معمول خود افزودند، میزان قند خون، کلسترول و چربی‌های خونشان تا ۳۰ درصد کاهش یافت و کاهش میزان کلسترول ، قند و چربی خون در بیماران دیابتی تاثیر مفیدی در بهبود سلامتی دارد.

وقتی بدن حساسیت خود را نسبت به هورمون انسولین از دست می‌دهد، دیابت نوع دوم بروز می‌کند. انسولین قند را از خون به سلول های بدن منتقل می‌کند تا به عنوان انرژی مورد استفاده قرار گیرد، بنابراین وقتی بدن به انسولین پاسخ ندهد، مقدار قند یا گلوکز در خون بالا می‌رود و منجر به خستگی و تاری دید می‌شود.

افزایش قند خون در دراز مدت می‌تواند خطر ابتلا به بیماریهای قلبی، نا رسایی کلیوی و نابینایی را افزایش دهد.

افزودن مقدار کمی دارچین به چای ، آب پرتقال یا غلات مفید است. با جوشاندن آب با یک تکه دارچین به راحتی می‌توان چای دارچینی نیز تهیه کرد.

دارچین هم چنین از بروز دیابت نوع دوم در افراد در معرض خطر جلوگیری می‌کند.

دارچین حاوی برخی مواد است که مصرف زیاد آن می‌تواند سمی باشد بنابراین در مصرف این ماده غذایی باید دقت کرد.

در این مطالعه ۶۰ بیمار مبتلا به دیابت نوع دوم روزانه ۱، ۳ یا ۶ گرم دارچین یا معادل آن آرد گندم (به عنوان دارونما) مصرف کردند. آرد گندم و دارچین به شکل کپسول استفاده می شد.

میزان گلوکز، چربی و کلسترول تمام بیمارانی که دارچین مصرف کردند تا ۳۰ درصد کاهش یافت، اما هیچ گونه تغییری در کسانی که دارو نما دریافت کردند مشاهده نشد.

دارچین حاوی ترکیباتی است که عمل انسولین در انتقال گلوکز به سلول ها را بهبود می‌بخشد. دارچین تقریبا هیچ کالری ندارد، به همین خاطر دیابتی‌ها بدون خطر چاق شدن می‌توانند با افزودن دارچین طعم مطبوعی به غذای خود بخشند.هر گرم دارچین کمتر از

۳ کالری دارد که بسیار اندک است.

تحقیقات قبلی نشان داده بود که دارچین ظاهرا به سلول های چربی در تشخیص و واکنش به انسولین کمک می کند.

مطالعات آزمایشگاهی و حیوانی نیز نشان داده بود که دارچین سوخت و ساز گلوکز را حدود بیست برابر می کند.

مطالعه بر روی حیوانات:

سمیت حاد ناشی از سینامالدهید، دقیقاً مرتبط با فرم تجویز آن می‌باشد. Hadara مقادیر LD۵۰ را در موش گزارش داده است: ۱۳۲ میلی گرم بر کیلوگرم به طور داخل وریدی ـ ۶۱۰ میلی گرم بر کیلوگرم به طور داخل صفاقی و ۲۲۲۵ میلی گرم بر کیلوگرم به طور خوراکی. اما عصاره آبی آن حقیقتاً غیرسمی است. (با LD۵۰ ۴۹۸۰ میلی گرم بر کیلوگرم به طور داخل صفاقی). Shramlik مقادیر LD۵۰ را برای اسانس فرار دارچین Ceylon، ۴۱۶۰ میلی گرم بر کیلوگرم و برای روغن کاسیا ۵۲۰۰ میلی گرم بر کیلوگرم گزارش داده است (آزمایش بر روی موش صحرایی و به طریق خوراکی انجام گرفته است). در مونوگراف‌هایی که توسط Opdyke ثبت شده است، مقادیر LD۵۰ خوراکی بین ۲/۲ میلی‌لیتر بر کیلوگرم و ۴/۳ میلی‌لیتر بر کیلوگرم ذکر شده است. اگرچه Meyer گزارش داده است که اسانس دارچین به مقدار بسیار ناچیزی از طریق پوست جذب می گردد، اما محققین دیگر مقادیر پائینی از LD۵۰ مربوط به فرم پوستی به دست آورده‌اند که عبارت است از: ۵۹/۰ میلی گرم بر کیلوگرم از سینامالدهید، ۶۹/۰ میلی گرم بر کیلوگرم از اسانس دارچین Ceylon و ۳۲/۰ میلی گرم بر کیلوگرم از اسانس کاسیا. موش‌های صحرایی ۷۰ میلی گرم سینامالدهید را به فرم خوراکی، به مدت ۸ هفته تحمل کردند، بدون اینکه نشانه‌ای از سمیت ظاهر شود. هنگامی که ۱۰۰۰،۲۵۰۰ و ppm۱۱۰۰۰۰ سینامالدهید، برای یک دوره ۱۶ هفته‌ای، به رژیم موش‌های صحرایی اضافه گردید، در گروهی که ppm۱۱۰۰۰۰ سینامالدهید، دریافت نموده بودند، التهاب ملایم سلول های کبدی و هیپرکراتوزیس بخش لایه‌لایه‌ای معده مشاهده گردید. هیچ‌گونه اثرات ماکروسکوپیک در مقادیر ppm۱۱۰۰۰۰ و ppm۱۲۵۰۰ دیده نشد. علائم مشابهی نیز توسط shramlik مشاهده شده است. وی وقوع نفریت را نیز گزارش داده است.

مطالعه بر روی انسانها:

خطرات استفاده از دارچین، خصوصاً اسانس فرار و سینامالدهید آن ارزیابی شده است، زیرا به عنوان یک آلدهید اشباع نشده در موقعیت‌های با گروه‌های سولفیدریل و آمینو واکنش داده و مسئول خصوصیات حساس کننده، التهاب‌آور و سمیت برای سلولها می‌باشد.

تحقیقات سمیت‌شناسی و فارماکولوژیک، نشان دهنده وجود خطر خاصی برای انسان نمی‌باشند. تحقیقات انجام گرفته به وسیله Plant نشان می‌دهد که در سگ‌های تحت آزمایش با دوزهای بالا، استفراغ دیده شده است و این مطلب، مشابه عوارض جانبی گزارش شده در انسان می‌باشد.

شورای اروپا در سال ۱۹۷۳، گونه‌های مختلف دارچین را در لیست مواد، ادویه‌ها و افزودنی‌های معمولی فصلی ذکر نموده و استفاده آنرا در مقادیر کم مجاز دانسته است، با این احتمال که جزء فعال در محصول نهایی حذف می‌شود. دوز مجاز جهت مصرف سینامالدهید ۲۵/۱ میلی گرم بر کیلوگرم می‌باشد.

عوارض پوستی:

سینامالدهید ۵٪ در وازلین، محرک پوست می‌باشد. اسانس دارچین، بعد از ۴۸ ساعت تماس، در قسمت خلفی ران یک پسر ۱۱ ساله ایجاد سوختگی درجه دوم نمود.

در سال ۱۹۸۸، Hausen بیان کرد که سینامالدهید، ترکیبی است که مسئول واکنش‌های آلرژیک مواد آرایشی و عطرها می‌باشد. پیش از آن در سال ۱۹۲۰ کهیر ایجاد شده به وسیله دارچین گزارش شده بود. اگرچه موارد بالینی متعددی ثبت شده است، به نظر

می‌رسد که تعداد واقعی عوارض جانبی کمتر برآورد شده است. عامه مردم عوارض جانبی مواد طبیعی را نسبت به مواد شیمیایی به طریقی متفاوت باور دارند.

گزارشاتی وجود دارد که نشان می‌دهد بیماران، مدت زمانی طولانی پیش از ظهور علائم شدید، به عوارض آلرژیک ملایم مبتلا می‌شوند. علائم مذکور، در ابتدا، معمولاً به عنوان نشانه‌ای از عملکرد دارویی فرآورده و یا به عنوان یک بیماری عادی مانند آفت یا هرپس لابیالیس تلقی می‌شود. واکنش‌های آلرژیک بعد از تماس با اسانس دارچین یا سینامالدهید موجود در پماد، خمیردندان، دهان‌شویه‌ها و غذاها اتفاق می‌افتند. علائم اصلی عبارتند از: تورم و التهاب لب‌ها و زبان، خارش، تاولی شدن مخاط دهانی و کهیر. مواردی از گرانولوماتوز دهانی ـ صورتی بعد از تماس با اسانس دارچین در خمیردندان نیز گزارش شده است. کمترین غلظتی که در Patch های پوستی ایجاد واکنش‌های مثبت می‌نماید ۰۱/۰٪ می‌باشد.

واکنش‌های شدید مانند آنافیلاکس گزارش نشده است. تمامی موارد بالینی بعد از قطع مصرف فرآورده‌های حاوی دارچین بهبود یافتند. در بیشتر موارد بالینی، محققین گزارش دادند که یک انتظام کروموزومی غیرعادی در بیماران یا اعضای خانواده آنها وجود دارد. واکنش‌های متقاطع در افراد حساس به بالسام پرو وجود دارد.

در یک گروه متشکل از ۱۱۷ بیمار حساس به بالسام پرو، ۵/۱۴٪ آنها نسبت به دارچین چینی واکنش مثبت نشان دادند اما در مقابل، در یک گروه ۲۲۰ نفری غیرحساس به بالسام پرو، تنها ۱ نفر واکنش مثبت نشان داد. واکنش‌های متقاطع با میخک، بیشتر بیان شده است، (۲/۶۴٪ از گروه قبلی واکنش‌های مثبت نشان دادند).

Nater متوجه شد که سینامالدهید (۳ـ۳/۰ میلی‌گرم بر میلی‌لیتر) به طور Invitro، آزاد کننده هیستامین در لکوسیت‌های انسانی است. این محقق، اثر مذکور را مسئول اصلی واکنش‌های پوستی می‌داند.

«اثر تسکین دهنده» که به وسیله Opdyke توضیح داده شده است، شامل: کاهش یا ممانعت از واکنش‌های حساسیتی پوست به وسیله ترکیبات دیگر موجود در اسانس فرار مانند لیمونن و اوژنول می‌باشد. ارتباط بالینی آزمایش مذکور، به درستی ثبت نشده است. ممکن است به نظر برسد، اوژنول، که ممانعت کننده بیوسنتز پروستاگلاندین می‌باشد، بر روی مکانیسم التهاب مؤثر باشد. اگر این مطلب صحیح باشد، احتمالاً باید واکنش‌های حساسیتی مضر و مختلفی از سینامالدهید و اسانس دارچین Ceylon انتظار داشت. اطلاعات کلینیکی جهت تأئید این فرضیه وجود ندارد.

نتیجتاً نظر Mathias می‌بایست پذیرفته شود که فرآورده‌های حاوی بیش از ۰۱/۰٪ سینامالدهید جهت استفاده، مورد تردید می‌باشد. افراد مبتلا به بیماری‌های آلرژیک نباید فرآورده‌های حاوی دارچین را مصرف نمایند.

تداخلات دارویی:

در آزمایشات Invito، پوست کاسیا (۲ گرم در ۱۰۰ میلی‌لیتر) به طور قابل توجهی انحلال تتراسیکلین هیدروکلراید و متاسیکلین هیدروکلراید را از کپسول‌های ژلاتینی به تأخیر می‌اندازد. درحضور پوست کاسیا بعد از گذشت ۳۰ دقیقه حدود ۲۰٪ تتراسیکلین هیدروکلراید به صورت محلول درمی‌آید، اما، در صورت وجود آب خالص، ۹۷٪ آن حل می‌شود. این اثر مشابه داروی ضد اسیدتری سیلیکات منیزیوم می‌باشد. به نظر می‌رسد علت آن جذب آنتی‌بیوتیک توسط ذرات باشد. تحقیقات بیشتر به منظور مشخص نمودن این مطلب که کدام ترکیب خاص پوست کاسیا (اسانس فرار، سینامالدهید، موسیلاژ) مسئول این اثر می‌باشد، صورت نگرفته است. از آنجائی که دوز ۱ تا ۲ گرم دارچین عمومیت دارد، باید احتیاط نمود که تتراسیکلین و دیگر ترکیبات مشابه همراه با آن مصرف نشود.

از آنجائی که می‌توان انتظار داشت واکنشی بین آمین‌های نوع ۱ آزاد و سینامالدهید صورت گیرد، نتیجتاً اسانس فرار نباید همراه داروهای مشابه با محدوده درمانی کوچک مصرف شود.

باروری، بارداری، شیردهی:

Lewin گزارش می‌دهد که دارچین به وسیله زنان میانسال و سالمند، به عنوان یک داروی سقط جنین کننده مصرف می‌شده است. لازم به ذکر است که در منابع قدیمی، دارچین (کاسیا) با Cassia fistulosa که حاوی آنتراکینون‌ها می‌باشند اشتباه شده است. گزارش شده است که «مقادیر زیاد دارچین» (مقدار نامشخص) در زنان باردار باعث ایجاد مت هموگلوبین در خون، وجود خون در ادرار، وجود آلبومین در ادرار و وجود سیلندر در ادرار می‌گردد. سقط جنین گزارش نشده است. مصرف روزانه ۱۰۰ قطره تنطور دارچین منجر به سقط جنین نمی‌گردد. هرچند که Lewin در کتب دیگری ذکر نموده است که دارچین می‌تواند موجب سقط گردد. اما موارد بالینی ذکر نشده است. در یک گزارش مبنی بر سقط جنین عمدی توأم با موفقیت، ماده‌ای با هویت تقریباً نامشخص مصرف شده است. نویسنده ذکر می‌کند که مایع سیاه مایل به قهوه‌ای تنطور دارچین بوده است. دوز آن تعیین نشده است. این مطلب که یک دوز منفرد دارچین ممکن است ایجاد سقط نماید مورد تردید است به خصوص اگر مصرف گسترده آن نیز مدنظر قرار گیرد.

گزارشاتی که توسط Roth , Hagers Handbuch در ارتباط با عملکرد دارچین بر روی رحم بیان شده است، بر پایه گزارشاتی است که به وسیله Lewin , Madaus عنوان شده است. دو محقق مذکور از کتاب ۱۸۶۰ Clarus نقل قول کرده‌اند. به نظر می‌رسد که گزارش صحیحی در ارتباط با سقط جنین عمدی با دارچین وجود ندارد.

Abramovici متوجه شد که سینامالدهید در جنین جوجه اثر تراتوژنیک دارد. آزمایشات مشخص نموده‌اند که ناهنجاری‌های حاصل ارتباط نزدیکی با اثرات سمی سینامالدهید دارد. حداکثر اثر تراتوژنیک در دوز ۵/۰ میلی مول برای هر جنین مشاهده شده است، که ۲/۵۸٪ موجب ناهنجاری و ۴۹٪ موجب مرگ جنین شده است. آزمایشات بر روی جنین جوجه، ارزش محدودی جهت ارزیابی خطر برای انسان دارد.

اطلاعات بیشتر در رابطه با سمیت دارچین یا اسانس دارچین در دوران بارداری به دست نیامده است. در پایان، می‌توان بیان کرد که دارچین خطر خاصی در دوران بارداری ندارد. از آنجایی که مدارک کافی در مورد اثرات جهش‌زای دارچین در این دوران وجود ندارد، بهتر است استفاده طولانی مدت اسانس آن در بارداری منع شود.

قدرت جهش‌زایی و سرطان‌زایی:

عصاره دارچین یا سینامالدهید به منظور ارزیابی اثرات جهش‌زای آن در سالمونلا (آزمایش Ames) مورد سنجش قرار گرفته‌اند. در بیشتر آزمایشات نتایج منفی بوده است. Lutz و همکارانش این نتایج منفی را مرتبط با ساختمان شیمیایی آلدهیدهای مختلف اشباع نشده در موقعیت‌های می‌دانند. با این وجود، نتایج مثبت نیز در رابطه با عصاره الکلی دارچین و سینامالدهید گزارش شده است. در یک آزمایش، O ـ متوکسی سینامالدهید در تست Ames نتیجه مثبت داشت، در حالی که سینامالدهید نتیجه منفی داشته است. تحقیقات بیشتر در رابطه با محصولات دارچین که از لحاظ شیمیایی و گیاه‌شناسی کاملاً اختصاصی باشند لازم می‌باشد.

برخلاف آزمایشات انجام شده بر روی رشته‌های سالمونلا، دارچین و اسانس کاسیا، در آزمایشات انجام گرفته بر روی DNA متعلق به B. subtilis نتیجه مثبت داشته‌اند.

اسانس دارچین و سینامالدهید در آزمایشات انحرافات کروموزومی با استفاده از کشت سلولی موش‌های چینی و سیستم آزمایشی Drosophila، نتیجه مثبت داشته است. نتیجه آزمایش Drosophila در مورد عصاره آبی دارچین منفی بوده است. آزمایش هسته‌های کوچک در موش نیز نتیجه منفی داشته است. دوز مصرفی ۵۰۰-۱۲۵ میلی‌گرم بر کیلوگرم به طور داخل صفاقی بوده است.

نتایج آزمایشات تعیین قدرت جهش‌زایی سینامالدهید و اسانس دارچین بر روی باکتری‌های به طور Invitro، می‌بایست به دقت

تفسیر شود، زیرا غلظت استفاده شده در محدوده دوزی بوده است که در آن محدوده خاصیت ضدمیکروبی داشته‌اند. تأخیر در رشد به واسطه اثر ضدمیکروبی سینامالدهید، دلیلی است که آن را به عنوان یک عامل ضدجهش، گزارش کرده‌اند.

با توجه به آزمایشات انجام گرفته به صورت Invitro حاوی کشت سلولی پستانداران می‌بایست ذکر گردد که عصاره دارچین و سینامالدهید موجب ایجاد اثرات سیتوتوکسیک می‌گردد. دوزهای آزمایش شده عبارتند از: ED۵۰ از ۶۰ـ۵۰ در سلول‌های KB (یک ردیف سلول برداشته شده از سلولهای سرطانی دهان انسان) و ۲۴ـ۲۰ یا ۸/۴ در کشت‌های سلولی L۱۲۱۰ موش. ظهور اثرات سیتوتوکسیک همراه با کاهش ساخت پروتئین‌های سلولی است که مربوط به واکنش سینامالدهید با گروههای سولفیدریل و آمینو می‌باشد. بروز این اثرات غیراختصاصی، به میزان زیادی تحت تأثیر محیط کشت و شرایط آزمایش قرار دارد.

درخصوص خطر سرطان‌زایی دارچین اطلاعات کاملی در دسترس نیست. تحقیقات بیشتر احتیاج به فرآورده‌های اختصاصی از لحاظ شیمیایی و گیاه‌شناسی دارد زیرا وجود سافرول سرطان‌زا، کومارین و O ـ متوکسی سینامالدهید می‌توانند در نتایج نهایی تأثیرگذار باشند.

منبع:www.taamasrar.com

خواص و کاربرد رازیانه

درکتب طب سنتی بانام «رازیانج»نام برده شده است. درایران در مناطق مختلف«رازیانه»و «بادیان سبز»گفته می شود. به لغت رومی کهن«شمار»و به عربی«شمر» نامند.به فرانسوی Fenouil و به انگلیسی Fennel می گویند .گیاهی است از خانواده Umbelliferae نام علمی آن Foeniculum vulgare Mill.و مترادف آن Anethum foeniculum L. از طرف گیاه شناسان مختلف نامگذاری شده است.

بین اسامی فوق نام مربوط به «رازیانه تلخ»است که به فرانسوی گویند وبرگهایش به عنوان ادویه با غذا نیز مصرف می شود،و نام مربوط به رازیانه شیرین است که به فرانسوی گویند.

مشخصات

رازیانه گیاهی است علفی و دو شاله که ارتفاع ان تا ۵/۱ متر می رسد.

ساقه ان دارای شیارهای طولی موازی است .و برگهای آن با بریدگی عمیق به طوری است که برگ تبدیل به نخها می شود.دمبرگها در نزدیک ساقه حالت غلاف پیدا می کند.گلهای ان زرد و بدون طبق به صورت چتر گروهی در انتهای شاخه گل دهنده ظاهر می شود.میوه آن کوچک به طول۱۲-۶ میلی متر و عرض ۳-۲ میلی متر که طرفین ان ضخیم است و بوته رازیانه ظاهرا از دور شبیه بوته شود است ولی عطر گیاه و ارتفاع بیشتر و ریشه ضخیمتر ،آن را از شود کاملا متمایز می سازد.

تکثیر رازیانه از طریق کاشت بذر آن در بهار انجام می ککیرد .ممکن است ابتدا بذر را در خزانه بکارند و پس از اینکه گیاه چنر برگه به زمین اصلی منتقل نمایند.گاهی نیز مستقیما در زمین اصلی می کارند.زمین آفتابگیر و با زهکش خوب را دوست دارد و به آبیاری زیاد در فصل گرما احتیاج دارد.

برگ رازیانه را پس از رشد کامل گیاه و ب یدرنگ قبل از آغاز ظهور گلها و یا در شروع باز شدن اولین گل برداشت می کنند،یعنی در حدود ماه خرداد.تخم رازاینه را که مهمترین قسمت دارویی آن است،وقتی که میوه ها زرد رنگ شد می چینند و برای این کار سرشاخه های میوه دار را ظرف۴-۳ هفته بتدریج که می رسند می چینند و تخم ان را می گیرند.ریشه رازیانه را که ضخیم و مخروطی شکل به رنگ سفید و معطر است ،پس از خارج کردن از زمین خوب شسته تمیز کرده قطعه قطعه نموده و خشک می کنند.

رازیانه در اروپا و آسای بخصوص در مناطق با اب و هوای مدیترانه ای انتشار دارد.در ایران در مناطق شمالی ایران در دامنه های البرز در ارتفاعات ۷۵۰ متری و در شمال هرزویل در مسیر رودخانه به طور خودرو دیده می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی تخم آن دارای یک اسانس روغنی فرار است که قسمت عمده ان آنتول(در حدود ۶۰ درصد)است و به علاوه اسانس رازیانه دارای قند ،لعاب،مقدار کمی تانن، روغن ثابت لیماراز و همچنین مواد فنچون ،فلاندرن، لیمونن ،دیپنتن،کامفن پینن،متیل چاویکول،انیسیک اسید،تیموهایدروکینون انیستون و سرانجام ویتامینA می باشد [روا]

بررسی شیمیایی دیگری نشان می دهد که از اسانس رازیانه برداشت شده در کشور پرتقال مواد زیر به دست آمده است :

دی– آلفا–فلاندرن،دیپنتن،فنچون،استراگول،انیس آلدئید،انیسیک اسید و سرانجام مقدار قابل ملاحظه ای آنتول و از برگهای آن مواد فینکولارین و یک کوئرستین–۳–آرابینوزید و نلومبوزید فلاونوئید به دست آورده اند.

در هر یک صد گرم برگ خام تازه رازیانه که به عناون ادویه با غذا خورده می شود،مواد زیر وجود دارد:

آب ۹۰ گرم،پروتئین ۸/۲ کرم،چربی ۴/۰ گرم،هیدرات کربن ۵/۴ گرم،کلسیم ۱۰۰ میلی گرم،فسفر ۵۱ میلی گرم،آهن ۷/۲ میلی گرم،پتاسیم ۳۹۷ میلی گرم،ویتامین A ۳۵۰۰ واحد بین المللی و یتامین C ۳۱ میلی گرم.

خواص و کاربرد

به طور کلی تخم رازیانه،معطر ،محرک و مقوی معده و بادشکن و قاعده آور است .برگهای آن مدر و ریشه آن ملین و مسهل است.و روغن تخم آن کرم کش و ضد انگل است.در چین از جوشانده تهیه شده از تمام گیاه به عناون ضد قی و اشفتگی استفاده می شود و برای معالجه فتق و برای ازدیاد بینایی چژشم مفید است[هو].برای ازدیاد ترشح شیر خیلی موثر است و دم کرده ۱۰–۴ گرم تخم رازیانه د ر۴–۳ فنجان آب جوش می تواند خیلی مفید باشد.برای رفع سرفه و آسم چند گرم تخم را در یک فنجان آب جوش ریخته مدت ۱۵ دقیقه دم می کنند بهد به عسل می افزایند و می خورند ،خیلی مسکن و موثر است.

رازیانج از نظر طبیعت طبق نظر حکمای طب سنتی نسبتا خیلی گرم و خشک است و تخم آن گرمتر از برگ آن و ریشه آن گرمتر از سایر اعضای گیاه است.خواص آن در مجموع باز کننده گرفتگی ها ،انسداد مجاری سینه ،کبد،طحال،کلیه،مثانه و برای تسکین دردهای آنها که از سردی باشد مفید است.مقوی بینایی چشم و معده و محللبادها،اخلاط غلیظ ازدیاد کننده ترشح شیر ،بویژه تازه آن مدر و قاعده آور است.

خوردن دم کرده تخم آن با گل گاو زبان برای خفقان موثر است و دم کرده تخم آن با پرسیاوشان و انجیر برای سرفه و تنگی نفس و سخت نفس کشیدن و دم کرده تنها تخم آن و یا با گیاهان و داروهای گیاهی مناسب دیگر برای تحلیل بادها ،درد پهلو و لگن خاصره ،رفع بلغم ترش،رفع اسهال مزمن و دم کرده تخم آن با زیره سبز برای رفع اسهال و تقویت معده و با عسل و سکنجبین برای تبهای کهنه مفید است .دم کرده تخم آن با سرکه برای گزیدگی جانوران سمی مانند عقرب و زنبور مفید است.

ملیدن گرد ان بر شکم اطفال برای رفع نفخ مفید است.عصاره برگ تازه ان برای افزایش بینایی چشم مفید استوبخور برگ تازه آن که در آتش اندازند نیز برای چشم بسیار مفید است.

اگر آب برگ تازه را جوش دهند تا دو سه جوش بخورند و کف آن را با عسل و سکنجبین یا بتنهایی و فقط با عسل در جشم بکشند برای قطع آب آمدن از چشم و تقویت روشنایی و بینایی چشم نافع است.

رازیانه برای گرم مزاجان مضر است،از این نظر باید با صندلی و یا سکنجبین خورده شود و بطئی الهضم است و معده را سست می کند.مقدار خوراک از تخم ان ۱۰–۵ گرم و از ریشه ان در دم کرده ها ۱۵–۱۰ گرم است.جانشین تخم رازیانه از نظر خواص دارویی تخم کرفس است.

دم کرده ریشهزه آن از خشک ان است)به انـدازه محتوی یک قاشق سوپخوری برای یک لیوان کوچک آب به عناون مـدر بسیار مفید است،مدت دم کردن از یمک ربع ساعت تجاوز نکند.

تهیه چهار تخمه بادشکن یا بروز کاسرالریاح اربعه:تخم انیسون،زیره کرمانی،۴تخم گشنیز،تخم رازیانه به مقدار مساوی از هر یک بگیرند و مخلوط کنند و از ۲۰-۱۰ گرم این مخلوط را در ۱۰۰۰ گرم آب جوش دم کننـد و صاف کرده برای تحریک معـده و به عنوان بادشکن و ضد نفخ بتدریج بیاشامند.

گرد بادشکن :انیسون ساییده ۱/۰گرم،رازیانه ساییده ۱/۰ گرم،زعفران ساییده ۵۰/۰ گرم،گرد منیزی کلسینه ۴/۰ گرم ،قند ساییده ۴/۰ گرم را با هم مخلوط کننـد و دو قسمت نماینـد و برای رفع قولنـج ،باد،نفـخ و ضـعف یک قسمت دیگر را پس از یک ساعت بخورند.

در فرانسه دم کرده مـدری در موارد سنگ مثانه مصرف می کننـد ،به این ترتیب که ابتـدا یـک مشت کاکل ذرت را در یک لیتر جوشانده وسپس در این جوشانده دو قاشق قهوه خوری تخم رازیانه ریخته و دم می کنند.پس از دم کردن می گذارند که سرد شود ۳-۲ فنجان از این دم کرده را در روز می خورند،آثار مفیدی دارد.

منبع:www.taamasrar.com

خواص و کاربرد درخت میخک

بـه فارسـی «میخـک» گفته می شـود و در کتب طب سـنتی بـا نامهـای «قرنفـل»و «قرنفـول» آمـده است،به فرانسـوی Giroflierو به انگلیسی Clove treeنامیده می شود.گیاهی است از خانواده نام علمی آنPerry و مترادف آنJambosa caryophyllus Niedz. است که از طرف گیاه شناسان مختلف نامگذاری شده است.

مشخصات

درختچه ای کوچـک مخروطی بـا برگهای همیشه سبز ونا خزان ،متقابل بیضـی ، نوک تیز ،وکمی موجـدار بلنـدی در ختچه ۱۲-۱۰ متر است . رنـگ سبز تیره ی زیبای برگها با برگها با رنگ صورتی برگهای جوان و رنگ قرمز دمبرگ های برگها هماهنگی بسیار دارد ومنظرهی زیبایی به درخت میخک میدهد.

کلمه Clove از لغت فرانسویClou منشـا می گیرد و یا بالعکس Clou به معنای میـخ کوشک است .طول هر غنچه که مصـرف طبی و ادویه ای دارد به شـکل میـخ کوچک است.طول هر غنچه در حدود ۵/۱-۱ سـانتی متر است و.غنچه های درخت میخک بی درنگ پس از باز شدن غنچه هایعنی قبل از اینکه رنگ خاکستری و ارغوانی آن به رنگ قرمز تیره تبدیل شود،باید چیده و خشـک شـود.درخت میخـک بومی جزایر ملوکی و شـرق انـدونزی و اقیانوسـیه است ولی امروز در سـایر منـاطق نیز برای زیبـایی درختچه و گلهایش پرورش داده می شود.در ایران نیز به عنوان گیاه زینتی و زیبای گلخانه ای در گلخانه و یا د ر اطاق ها که از سـرما محفوظ باشد پرورش داده می شود.

در اسناد و مـدارک طب سـنتی مشـرق زمین اولین نشـانه هـای شـناخت درخت میخـک به دوران امپراتوریHan در چیـن بر می خورد(سه قرن قبل از میلاد مسیح)و با نام «ادویه زبان جوجه»نام برده شده است.و بعد از میلاد در اروپا به صورت یک گیاه شناخته شـده بوده است.در تاریـخ آمـده است که امپراتور کنسـتانتین پمن هـدایایی که برایSt.silvester اسـقف اعظم کلیسـای رم در تاریخ۳۳۵-۳۱۴ پس از میلاد فرستاده است و چندین کشتی نقره و طلا و ادویه مختلف از جمله ۷۰ کیلو گرم فرستاده بوده است.

تکثیر درخت میخک از رطیق کشت بـذر آن در خزانه صورت می گیرد و ۶-۴ هفته طول می کشـد که جوانه بزند.نهالهای میخک را معمولا در دو سالگی به بیرون در هوای آزاد منتقل می کننـد و فوصل درختچه ها ۶*۶ متر گرفته می شود.اولین محصول میخک

در ۸-۶ سالگی برداشت می شود و محصول در ختچه مرتبا تا ۲۴-۲۰ سالگی افزوده می شود تا وقتی که به طور متوسط از هر درخت در حدود ۴ کیلو گرم میخک خشک به دست می آید. درخت میخک در خاکهای عمیق با زهکش خوب مناطق حاره در ارتفاعات ۹۰۰-۷۰۰ متر از سطح دریا خوب رشد می کند و باید در محلی کاشته شود که از باد محفوظ باشد و متوسط بارندگی منطقه از ۲۵۰۰ میلی متر در سال کمتر نباشد.وقتی که شموفه های به رنگ صورتی وبه طول حدود ۵/۱ سانتی متر شدند چیده می شوند.در مناطق مساعد معمولا دو محصول درسال برداشت می شود.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی میخک دارای مقدار قابل ملاحظه ای اسانس روغنی فرار است.مقدار اسانس درخت میخک ۶-۴ درصد و ازبرگهای درخت میخک در حدود ۲ درصد می باشد.

اسانس میخک در صنعت عطر سازی و برای معطر کردن صابونها و در تهیه خمیر دندان برای معطر کردنآن و در تهیه محلولهای شست وشوی دهان به کار می رود. اسانس میخک دارای ۹۰-۸۰ درصد ماده اوژنول ماده ای است بی رنگ ،معطر و روغنی به فرمول خام $C_{10}H_{12}O_2$که برطبق یکی از روشهای صنعتی به عنوان پایه ساختمان وانیلین مصنوعی به کار می رود که از نظر عطر و خواص جانشین وانیلین طبیعی است.

در اندونزی میخک را به نسبت یک قسمت میخک ساییده شده و ۲ قسمت توتون داخل توتون سیگار کرده و در سیگار هایی که با دست می پیچند مصرف و دود می کنند ،نام این نوع سیگار کرتک است.این سیگار ها در موقع کشیدن غلاوه بر عطر دلپذیری که دارد ،ترق ترق صدا می کند و جالب است و در حال حاضر نیمی از محصول میخک برای تهیه سیگارهای کرتک داخل توتون می شود.

در گزارش بررسی های دیگری ترکیبات شیمیایی میخک چنین بیان می شود:[S.G.I.M.P]

اسانس میخک که در حدود ۵/۱۵ درصد وزن غنچه راتشکیل می دهد دارای حدود ۹۲ درصد اورژنول ،مقدار کمی از مواد آستیل اوژنول کاریوفیلن و فورفورال می باشد.

در گزارش بررسی شیمایی دیگری در[M.P.E.SE.A] آمده است:

مقدار اوژنول در اسانس دارای آستیل اورژنول و انواع آلفا و بتا از سسکی ترپن ،کاریوفیلن،اوژنین،کاریوفیلین،وانیلین،گالوتانیک اسید و کلسیم اکسلات [یونگ کن] است.

خواص و کاربرد میخک

غنچه های خشک میخک که در بازار تجارت تحت نام میخک عرضه می شود،بادشکن ،ضد قی ،مقوی معده و ضد آشفتگی وتهوع است. تب بر ،کرم کش ،قاعده آور و تونیک و مقوی است.میخک به عنوان یک کمک کننده برای معالجه بیماریهای شریان تجویز می شود[هوبرتر].ومحرک و تهییج کننده فعالیت جهاز هاضمه است.برای معالجه اسهال و دل درد اطفال توصیه می شود.برای وبا نافع است.حالت قی و استفراغ بعد از غذا را رفع می کند.در مالایا علاوه براینکه از میخک به عنوان ادویه برای معطر ساختن غذا استفاده می شود،معمولا برای تقویت زنان پس از دوره زایمان می دهند و به صورت ضماد برای رفع سردرد به کار می برندو به صورت گرد به کمر زن پس از زایمان و تولد نوزاد می مالند و برای رفع دندان درد نیز به کار می رود از اسانس آن برای بی حسی های موضعی استفاده می شود و آن را به موضع می مالند.اسانس آن به صورتی که از تقطیر غنچه ها به دست می آید تحریک کننده پوست است و دراندونزی آن را با روغن چرب مناسبی مخلوط کرده برای مواضع روماتیسمی یا به رانهای بیماران مبتلا به بری بری می مالند.

در بعضی موارد اسانس خالص را کمی در چای یا مشروب غیر الکلی دیگری مخلوط کرده وبرای رفع کمر درد می خورند.

از نظر طبیعت غنچه های میخک طبق نظر اطبای سنتی ایران خیلی گرم و خشک می باشد.سردرد سرد را رفع می کند و برای فلج و لقوه و سکته وباز کردن گرفتگی ها و انسداد دماغی و سایر امراض سرد و تو سو داوی دماغی و اعصاب نافع است.برای شاخاصی که سودا در مزاج آنها غالب باشد به هر شکلی مایع ودم کرده یا گرد خیسانده مفید است بتنهایی یا با ادویه مناسب برای لثه ها و رفع درد دندان سرد و رفع بد بویی دهان مفید است.خوردن آن برای خوشبویی دهان مفید است.مالیدن آن برای تقویت چشم مفید است.خوردن آن برای رفع سرفه سرد و تر و تنگی نفس کهنه ،رطوبی،خفقان سرد ورفع وحشت ،خوف و وسواس نافع است.

خوردن ان مقوی معده ،هاضمه،روده ها،کبد ،کلیه،طحال،رحم و برای افزایش نیروی جنسی سرد مزاجان مفید استوضمنا برای قی و آشفتگی و سکسکه و تحلیل بادهای غلیظ و رفع استسقای عمومی و قطره قطره ادرار کردن و بیماری های سرد رحم به صورت خوردن و شیاف در مهبل نافع می باشد.خوردن گرم آن با شیر تازه مشروط به اینکه تا چند روز ادامه داده شود برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان موثر است و خوردن ۴ گرم از آن به طور مرتب در دوران پاکی بعد از قاعدگی در زنان باعث گرم شدن و تقویت رحم و آبستن شدن می باشد.مالیدن جویده آن با آب دهان برقضیب در موقع هم بستری موجب تلذذ طرفین است.مضر کلیه و وردهها در گرم مزاجان است از این نظر باید صمغ عربی خورده شود.مقدار خوراک آن تا ۵ گرم است.جانشین ان از نظر خواص هم وزن آن دارچین و نصف وزن ان بسباسه و نصف وزن ان فرنجمشک است.در مصارف داخلی دم کرده ۱۰-۱ گرم بسباسه و نصف وزن ان فرنجمشک است.در مصارف داخلی دم کرده ۱۰-۱ گرم میخک ساییده در هزار گرمّ بتدریج خورده می شود.

برا ی تهیه عرق میخک به ترتیب زیر عمل می شود:

میخک نرم ساییده شده یک واحد ،برگ گل سرخ ساییده شده ۵/۱ واحد ،برگ گاو زبان نرم ساییده شده ۵/۱ واحد همه را در گلاب ۲۴ ساعت بخیسانند و پس از آن ،آن ر اتقطیر کنند و به قدر احتیاج بنوشند،برای تقویت اعضای داخلی ،معده،کبد،هاضمه و رفع بادها ،سموم و تعدیل اخلاط و بیماری های سرد بسیار نافع است.

برای تهیه نوشابه طبی آن به ترتیب زیرعمل می شود(روغن غیر صنعتی و خانگی)

میخک ساییده یک واحد،آب انارین (انار ترش و شیرین)۱۶ واحد ،عسل یک واحد ،در شیشه کنند و سر آن را بسته در محل گرمی بگذارند و پس از یک هفته بیرون آورند آماده مصرف است واگر آن را با شکر مخلوط کرده وقوام اورند شربت ان برای امراض سرد بسیار نافع است.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربرد وانیل

به فرانسوی La vanille و به انگلیسی vanilla گفته می شود،به عربی نیز ان را «وانیلا» گویند.میوه گیاهی است به نام وانیل.این گیاه که به فرانسوی Vanilier و به انگلیسی Vanilla گفته می شود گیاهی است از خانواده ثعلب ها Orchidaceae،دارای گونه های متعددی است که معروف ترین آن برای تولید وانیل،به نام علمی Vanilla planifolia Andr. نامیده می شود که سابقا ان را Vanilla fragrans می گفتند.

مشخصات

درخت وانیل گیاهی است پایا خزنده یا بالا رونده ،دارای ساقه سبز دراز،برگهای متناوب،پهن،نرم،ضخیم،بیضی شکل و نوک تیز سبز و تعداد زیادی ریشه های هوایی که از کنار هر برگی بیرون می اید که با کمک آنهابه تنه درختان مجاور می چسبد و بالا می رود.

این گیاه بومی مناطق مرطوب و حاره و در جنگلهای مرطوب جنوب شرقی مکزیک و آمریکای مرکزی و هند غربی و آمریکای

جنوبی می روید و ساقه های پیچیده ان تا ارتفاع حتی ۱۰۰ متر نیز ممکن است برسند و تا بالاترین ارتفاع درختان بزرگ جنگلی نیز بالاـ می رود. ماده معطر وانیل از میوه این گیاه گرفته می شود.میوه آن به شکل غلاف لوبیا است و قبل از اینکه کاملا برسد آن را می چینند و خشک می کنند در موقع چیدن ،میوه ها عطری ندارند ولی پس از اینکه چیده شد در دوران خشک کردن و عمل آوردن ان ،عطر مطبوع وانیل در آن ایجاد می شود.گلهای آن به شکل خوشه و تعداد ۲۰-۱۵ گل در هر گروه و تلقیح گلها به طور طبیعی انجام نمی گیردو گلها را یکی یکی باید کمک کرد که تلقیح شوند،زیرا استیگماتهای گلها از یک تیغه ای پوشیده شده که تلقیح فقط به کمک حشراتی انجام می گیرد که به قدر کافی برای تلقیح گلها وجود ندارند به این علت است که برای داشتن ثمر کافی باید تلقیح مصنوعی نمود.به همین دلیل معمولا با هرس کردن وانیل ترتیبی می دهند که ارتفاع گیاه ۳-۲ متر بیشتر نشده است و گلها در دسترس انسان باشد.بهترین وانیل از غلافهایی به دست می آید که طول آنها ۲۵-۱۵ سانتی متر و قطر آنها ۱۲-۱۰ میلی متر است.در موقع برداشت محصول سبز رنگ است ولی بعدا تیره رنگ می شود.پس از برداشت معمولا غلافها را برای مدت ۳-۲ دقیقه در آب جوش ۶۵-۶۰ درجه فرو می برند ،بعد آنها را در داخل جعبه ای دو جداره که مابین دو جدار پشم گذارده شده می گذارند و مدت ۲۴ ساعت داخل این جعبه سربسته نگهداری می شود و این یک گرم خانه طبیعی است که دراین مدت ۲۴ ساعت نوعی تخمیر در آن انجام می گیرد.پس از آن غلاف ها را بیرون آورده در محلی که به ارتفاع یک متر از سطح زمین باشد در مقابل نور خورشید آویزان می کنند که ضمن تهویه کامل با حرارت آفتاب خشک شود.این دوران خشک شدن تا یک هفته طول می کشد و در این مدت رنگ غلافها از سبزی به قهوه ای و قهواه ای تیره و سیاه تبدیل می شود و همین که کاملا نرم شد و شروع به پژمرده شدن نمود ،آنها را برای خشک شدن داخل گرم خانه می کنند که مدت ۳-۲ ماه می ماند وپس از اینکه رسوبت ان به ۴۰-۳۰ درصد می رسد آنها را از گرم خانه بیرون می آورند.

ترکیبات شیمایی و خواص و کاربرد وانیل

در غلاف وانیل ماده موثری است که به نام وانیلین که ۲-۵/۱ درصد آن را تشکیل یک ماده سفید بلوری شکل است به فرمول خام که تولید مصنوعی آن را ارزانتر از وانیلین طبیعی است و عصاره طبیعی غلاف های وانیل در خدود ۲۰ برابر گرانتر از وانیلین ساخته شده مصنوعی است.در قرنها ی ۱۶-۱۷ اطبا از گیاه وانیل به عناون یک گیاه طبی عامل محرک و تقویت کننده معده و همچنین برای تقویت نیروی جنسی استفاده می کردند و به عنوان تریاق در مقابل مسمومیتها نیز استفاده می شده است.ضمنا برای معالجه هیستری و قاعدگی نامنظم و تب مستعمل است[اوکابه].بهترین روش مصرف ان به صورت گرد است و مقدار آن ۲-۲۵/۰ گرم است.

گرد وانیل:برای تهیه گرد وانیل مقدار ی وانیل گرفته و معادل ان قند خرد کرده وهر دو را در هاون آهنی نرم کوبیده و از صافی ابریشمینبیرون کنند و نخاله ها را باز با همان مقدار قند داخل کرده خوب بکوبید و از الک نرم دارو سازی رد کنند و با هم مخلوط می نمایند.

قرص وانیل:وانیل ۳۰ گرم،قند۲۰۰گرم،صمغ عربی۲ گرم،آب به مقدار کافی کوبیده و نرم با آب مخلوط کرده ،قرصهای ۴۰ سانتی گرمی بسازند.

شربت وانیل: وانیل خرد کرده ۵۲ واحد در ۴۰۰واحد الکل ۳۵ درجه مدت ۴ روز بخیسانند و بعد درحمام ماریه۷۰درجه سانتی گراد مدت ۲ ساعت دم کنند و بگذارند سر شود و صاف نمایند و از این صاف شده ۱۵ .احد گرفته با ۸ واحد قند خرد شده در حمام ماریه حل کرده بگذارند سرد شده و صاف نمایند.این شربت که خوراک آن ۴۰-۲۰ گرم اسن به عنوان محرک ضد تشنج و مقوی نیوی جنسی مصرف می شود.

وانیل در شیرینی سازی،شوکولات سازی ،مشروبات غیر الکلی ،توتون سیگار و عطر سازی مصرف دارد.

منبع:www.taamasrar.com

خواص و کاربرد زنیان

میوه نوعی گیاه است که به فارسی «زنیان» و گیاه آن درکتب طب سنتی با نامهای«انیسون بری» و«کمون حبشی»آورده شده و به فرانسوی Ammi بـه انگلیسـی Ammi میوه آن را گویند.گیاهی است از خانواده Umbellifererae نام علمی آن Trachyspermum ammi l. sprague و مترادف آن carum copticum l. Benth در برخی مدارک aromaticum L از طرف گیاه شناسان مختلف در زمانهای متفاوت نامگذاری شده است.این گیاه را در بلوچستان با نام هندی آن «اجوان»و همچنین «اسپر کای»می شناسند.توجه شود در برخی مدارک طب سنتی برای گیاه بادیان رومی نیز نام زنیان را می برند که با زنیان که دراین بخش بحث می شود متفاوت است.

مشخصات

گیاه اجوان یکساله است،بلندی آن کمی از زیره سیاه بیشتر و در حدود یک متر ولی از نظر شکل برگ و رنگ گل شبیه زیره سیاه است.ساقه آن پرشاخه است.برگهای آن بریده بریده و نخی شکل می باشد.گلهای آن کوچک سفید است.میوه گیاه که زنیان نامیده می شود کوچک ،تخم مغری شکل به رنگ زرد تیره می باشد و در سطح میوه ۵ خط طولی نازک به رنگ زرد روشن وجود دراد .معطر و بوی عطر تیمول از آن اسشمام می شود.میوه وریشه آن در طب سنتی مورد توجه می باشد.این گیاه بیشتر در مزارع غلات و در پرچینها در نواحی مختلف اروپای مرکزی ،در آسیا در هندوستان ،ایران در مناطق شرقی بلوجستان در هودیان و چاه قنبر می روید و نام محلی آن «اجوان»و «اسپر کای»می باشد.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی زنیان (میوه گیاه)دارای ۶-۴ درصد برحسب مناطق رویش ،اسانس روغنی فرار است که در حدود ۵۵-۴۵ درصد ان را تیمول تشکیل می دهد.[G.I.M.P]تیمول اسانس معطر آزربه و سی سنبر است که در آن بخشها مشخصات و فرمول شیمیایی آن به تفصیل آمده است.ماده ای است ضد عفونی کننده قوی و معروف در طب سنتی ،به علاوه در اسانس زنیان ۲۰-۱۵ درصد سیمن و بقیه آن آلفا-پی نن ،دیپانتنو... است.

خواص و کاربرد

زنیان یا تخم گیاه از نظر طبیعت مانند زیره ها گرم و خشک است واز نظر خواص ضد اسپاسم ،تونیک ،محرک و بادشکن است و معمولا در تهیه مشمعهایی که بریا تسکین درد به کار می رود داخل می شود.له کرده و کوبیده آن به عنوان داروی استعمال داخلی برای رفع بیماری های معده و کبد و ناراحتی گلو و سرفه و روماتیسم تجویز می شود.زنیان منبع بسیار غنی از تیمول ضد عفونی کننده مکعروف است . در هندوستان از زنیان به عنوان ضد عفونی کننده و برای تقویت معده و همچنین به عناون بادشکن و تونیک و برای قطع اسهال و رفع سو هاضمه و دردهای حاد شکم یا قولنج و معالجه سو تجویز می شود.ازریشه گیاه نیز به عناون مدر و بادشکن به صورت دم کرده مصرف می شود.مقدار خوراک ان درم صرف داخلی مانند زیره سیاه و کمی کمتر ازآن است.باید توجه شود که اشخاص گرم مزاج یا از آن استفاده نکنند ویا درموارد لزوم به مقدار کم و توام با گیاهان دارویی سرد میل کنند.

دو گونه دیگر جنس Ammi در ایران می رویند که از نظر دارویی در طب سنتی مورد توجه هستند که به طور مختصر ذکر می شود.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربردزیره سیاه

به فارسی «زیره»،«زیره رومی»و «زیره کرمانی» گفته می شود.در کتب طب سنتی با نامهای « کرویا و یا عربی«تقده»و«کمون رومی»آمده است.میوه گیاهی است از خانوادهUmbelliferae که به فرانسویCumin des pres می گویند و به انگلیسیCaraway می نامند.نام علمی گیاهCarum carvi L. ومترادف Bunium carvi M.B از طرف گیاه شناسان نامگذاری شده است.

مشخصات

زیره ی سیاه گیاهی است دوساله مانند هویج (بعضی از ارقام آن یکساله است)،ساقه آن توخالی و برگهای آن سبز با بریدگی و تقسیمات دو مرتبه ای به طوری که به صورت نوار نخی مانند شود درمی آید.گلهای آن سفید رنگ به صورت چتر مرکب در انتهای ساقه های گل دهنده که بلندی آنها ۹۰-۵۰ سانتی متر می رسد ظاهر می شود. ریشه آن دو کی شکل و میوه ان دراز باریک به طول ۵ میلی متر که در دو طرف باریک می شود.

ارقام دو ساله زیره احتیاج به یک دوره رویش دوم برای رسیدن میوه دارد.بذری که در بهار کاشته می شود پس از ۲۰-۱۵ روز جوانه می زند و به رشد خود ادامه می دهد و در تابستان سال بعد رشد گیاه کامل شده و به دانه می نشیند.خاکهای رسی کمی سبک که قابل نفوذ و پرقوت و غنی از مواد آلی باشند،برای زیره مناسب است.بذر زیره را در زراعتهای خطی روی خطوطی به فاصله ۳۰ سانتی متر می کارند و به این ترتیب در حدود ۱۵-۱۰ کیلو گرم در هکتار بذر مصرف می شود.معمول است در زراعت دو ساله زیره ،برای اینکه حداکثر استفاده از زمین بشود گیاه زیره راب اب گیاه دیگری که در سال اول می رسد و برداشت می شود،نظیر خشخاش ،خردل،لوبیا،شبدر سفید یا گشنیز و امثالهم تواما می کارند.گیاه سال اول ،قبل از اینکه شاخه های گلدار زیره نمایان شود، برداشت می شود. گلهای زیره معمولا- در اردیبهشت سال دوم ظاهر میشود و ۲/۵-۲ ماه بعد و میوه ان که زیره است ،می رسد و همین که تقریبا تمام میوه ها به رنگ قهوه ای در آمد برداشت محصول باید با اختیاط آغاز شود.معمول است اگر قدری زودتر برداشت آغاز شود، بهتر است تا دیرتر آغاز گردد زیرا در صورت دیر شدن جترهای میوه خشک شده ودر موقع برداشت می ریزند که قسمتی از محصول هدر می رود و بهتر است برداشت محصول صبح زود وقتی که هنوز شبنمها روی بوته هستند ،انجام شود زیرا در این صورت خیلی کمتر دانه ها می ریزند. پس از برداشت ،شاخه های میوه دار را روی همک دسته کرده و۲۰ الی ۱۵ روز در محل کوبیدن می گذراند تا رسیدن میوه ها کامل شود و پس از ان کوبیده و بوجاری می نمایند .

تخم زیره سیاه که نیمه ای از هر میوه است در حدود ۵/۰ سانتی متر طول دارد. دو طرف آن باریک است ،رنگ آن قهوه ای سیر و متمایل به سیاه و دارای پنج خط برآمده کم رنگ طولی در سطح می باشد. مقدار محصول زیره سیاه ۲-۱ تن در هکتار می شود. کاه کلش آن پس از برداشت ،علوفه خوبی برای گاو شیرده می باشد .زیره در اغلب کشور های جهان کاشته می شود ودر حال حاظر بازار عمده صادرت زیره سیاه در دست هلند است .در ایران نیز مقداری صادر می شود.زیره در ایران کرمان ،کوه لاله زار،نهاوند،دامنه های البرز و کندوان به طور خودرو می روید.

گیاه زیره از گیاهان قدیم است که از روزگاران کهن بشر آن را شناخته است و از اوایل قرون وسطی کشت ان در اروپا ابتدا در سیسیل و جنوب جزایر اسکاندیناوی آغاز شده است.در کتابهای طب سنتی گیاهی آلمان که در قران ۱۲ میلادی منتشر شده اند در همه آنها از این گیاه با نامKummich نام برده شده است.

ترکیبات شیمیایی

از نظر ترکیبات شیمیایی در ترکیب زیره سیاه مقدار قابل ملاحضهای مواد پروتئینی موجود است و در حدود ۵-۴ درصد اسانس روغنی فرار دارد که درارقام مختلفه آن که در مناطق مختلف کاشته می شوند مقدار ان متفاوت است.

اسانس زیره سیاه از طریق تقطیر زیره له شده با بخار آب گرفته می شودو تفاله زیره که پس از گرفتن اسانس آن باقی می ماند از نظر پروتئین خیلی غنی است و مصرف آن برای خوراک دام بخصوص دامهای شیری خیلی ارزشمند است.معمولا اسانس زیره سیاه که کاشته می شود از اسانس زیره وحشی و همچنین مخلوط با اسانس زیره سبز که کمی نامرغوبتر از اسانس زیره سیاه است .مخلوط می کنند.

دیوسکوردیس ،حکیم و گیاه شناس معروف یونانی درقرن اول میلادی ،برای اولین بار اسانس زیره سیاه را به عنوان داروی تقویت کننده و تونیک برای تقویت دختران جوان ضعیف و رنگ پریده تجویز کرده است وامروز به عنوان داروی مفیدی در موارد متعددی مصرف دارد که ذکر خواهد شد.

طبق بررسی های آزمایشگاهی در ترکیب شیمیایی زیره سیاه مواد زیر موجود است:

در زیره سیاه۵-۴ ردصد اسانس روغنی فرار وجود دارد که در آن ۶۵-۴۵ درصد کاروون یافت می شود، به علاوه در اسانس زیره سیاه مخلوطی از کتون ،کاروون،یک ترپن و مقدار کمی کاروا کرول وجو دارد.[G.I.M.P]

در بررسی های جدیدتری آمده است که درزیره سیاه که در لهستان کاشته شده در حدود ۳/۱۰-۸/۵ درصد اسانس وجود داشته است(اثر اقلیم خاص کاشت)و در ترکیب میوه گیاه به طور کلی در حدود (۴۹/۷-۷۰/۶)درصد خاکستر و (۸۵/۵-۱۰/۴)درصد اسانس و (۱۴/۲۲-۹۵/۹)درصد روغن چرب و (۳/۲۱-۹/۱۸)درصد مواد ازته پروتئینی مشخص شده و مقدار کاروون موجود در اسانس آن ۹/۵۸-۵۶ درصد است.[G.I.M.P.S]

توضیح:معمولا در اسانس زیره سیاه کاروون یا کاروول مخلوط با کاروون وجود دارد.کاروون یک ستون ترپنیک است که فرمول خام آن می باشد ومنشا طعم خاص زیره است.

خواص و کاربرد زیره سیاه

در نشریات طب سنتی منتشره درمغرب زمین درباره خواص و کاربرد زیره سیاه در کشورهای خاور دور آمده است:تخم زیره سیاه بادشکن است.در شبه جزیره مالایا زیره سیاه یکی از ۹ گیاهی است که همه را با هم کوبیده و نرم کرده در یک جوشانده در فواصل به تدریج به زانو در دوران پس از وضع حمل می دهند. در اندونزی در ضهر مالی برگهای گیاه را با سیر مخلوط کرده و له نموده و روی پوست مبتلا به اکزما و ملتهب می اندازند خیلی مفید است.

در هندوستام تخم زیره سیاه را به عنوان بادشکن،مقوی معده و برای افزایش ترشح شیر می خورند.[G.I.M.P]طبق نظر حکمای طب سنتی زیره سیاه یا زیره کرمانی یا کرویا از نظر طبیعی خیلی گرم و خشک است و یکی از بذور اربعه بادشکن(بذور حاره اربعه)می باشد وبرای این کار تخم انیسون ،تخم زیره کرمانی ،تخم گشنیز ،تخم رازیانه را به نسبت مساوی مخلوط می کنند و ۲۰-۱۵ گرم از این مخلوط را در ۱۰۰۰ گرم آب جوش دم می کنندو صاف کرده و بتدریج می آشامند.زیره برای تحریک معده و دفع بادها بسیار نافع است و خواص آن نفخ و گاز را تحلیل می برد و لطیف می سازد.قابض است.برای تنگی نفس و خفقان سرد و سکسکه نفخی مفید است ،معده را گرم می کند و مقوی آن است و آروغ ایجاد می کند و اشتها را تحریک می کندو مانع ترشح شدن غذا می شود و بادهای کلیه و مثانه را دفع می کند.مقوی بدن و جاق کننده است.کرم تنیا را دفع می کند و قاطع اسپرم است .اگر ۱۴ گرم آن با ۳۵ گرم روغن زیتون تا یک هفته خورده شود ۀبرای استسقا مفید است و ضرر نخواهد داشت.زیرا زیره به تنهایی برای اشخاص گرم مزاج مضر است.اگر در دم کرده آن بنشینند برای تسکین درد های رحم نافع است.مقدار خوراک زیره سیاه تا ۲۰ گرم است.

زیره سیاه برای ریه مضر است و دراین صورت باید برای عسل و صعتر خورده شود.برای کلیه نیز مضر است و برای رفع عوارض آن باید از متیرا استفاده شود.

منبع: www.taamasrar.com

خواص و کاربردزیره سبز

نویسنده: میر حیدر

زیره سبز در کتب طب سنتی و به عربی «کمون»و «سنوت»نام برده می شود.به فرانسویcummin و به انگلیسیcumin seed گفته می شود،تخم گیاهی است از خانواده Umbelliferae،جنسCumminum که نام علمی ان Cuminum cy minumمی باشد.

مشخصات

زیره سبز گیاهی است یکساله علفی که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتی متر می رسد.برگهای آن مانند زیره سیاه بریده شده به شکل نوارهای باریک نخی شکل و سبز می باشد.گلهای آن کوچک سفید و صورتی و به طور چتر مرکب در انتهای ساقه گل دهنده در ماهها یاردیبهشت و خرداد ظاهر می شود.میوه آن به طول ۵ میلی متر و باریک در دو انتها و بسیار معطر و نافذ با طعمی گرم که در آلمان مرسوم است با نان و در هلند با پنیر مخلوط می نمایند و رنگ آن سبز و خاکستری ودر بعضی واریته ها حتی سفید وزرد است.ریشه آن دراز عمودی است.این گیاه ابتدا در سواحل نیل می روییده ولی حالا به طور وحشی در نواحی وسیعی با آب و هوای مدیترانه ای می روید.در ایران در تبریز و سایر نقاط کاشته میشود.

ترکیبات شیمیایی

میوه زیره سبز علاوه بر زرین و ناتت و روغن ثابت ،درارای ۴-۲ درصد اسانس است اسانس آن که از تقطیر میوه له شده با بخار آب گرفته می شود،مایعی است ابتدا بی درنگ و بعدا زرد رنگ و سر انجام قهوهای رنگ می شود.ماده اصلی اسانس زیره سبز یک آلدئید است به نام کومینول و بوی اسانس مربوط به این آلدئید است.به علاوه در اسانس زیراه سبز تعدادی ترپن هست از جمله پی سیمن،دی پنتنو آلدئیدهایی نظیر کومین آلدئید و کومینیل الکل در آن مشخص شده است.

تکثیر زیره سبز از طریق کاشت بذر آن است که در اسفند و یا اوایل بهار در زمین اصلی کاشته می شود،پس از جند ماه یعنی در اواخر تابستان برداشت می شود.برداشت زیره سبز چون میوه های در یک زمان نمی رسند کمی مشکل است و باید دقت انجام گیرد تا هدر نرود.

خواص و کاربرد

طبق نظر حکمای طب سنتی کمون از نظر طبیعت تقریبا مانند زیره سیاه است . خیلی گرم و خشک می باشد و خواص نشیر زریه سیاه دارد.گرم کننده و محلل و خشک کننده و قابض است.خیسانده آن در سرکه و استشمام آن و یا ریختن آن در بینی برای جلوگیر ی از خونریزی بینی مفید است.از قطره های آن بتنهایی و یا باروغن زیتون برای خون ریزی چشم و زخم چشم وناخنک چشم استفاده می شود که مانع چسبیدن چشم می گرددومضمضه دم کرده آن برای تسکین درد دندان مفید است.

آشامیدن آن با سرکه مخلوط با آب برای سختی تنفس و خفقان سرد از نظر تقویت معده و امعا و کبد و تحریک اشتها و تحلیل باد و نفخ و رفع سکسکه رطوبی و ترشی غذا در معده مانند زیره سیاه مفید استۀخصوصا اگر زیره سیاه تفت داده شود و سرخ شود و خورده شود .در ازدیاد ادرار و رفع قطره قطره ادرا کردن موثر است و اگر با نمک جویده شودو بلع شود برای رفع رطوبتهای معده مفید است و اگر خیس کرده و پرورده ان درسرکه مرتبا خورده شود قاطع شهوت واگر سرخ شده آن با سرکه خیسانده شده و خورده شود قابض قوی است و در فع رطوبتهای معده بسیار موثر .اگر دم کرده آن تنقیه شود برای تحلیل بادها و نفخ رودهها و معده و کلیه مفید است و اگر با روغن زیتون شیاف آن استعمال شود قاطع حیض می باشد و ترشح قاعده را بند می آورد.زیره سبز

مضر ریه است وبریا رفع عوارض آن خوردن کتیرا (۸ گرم)توصیه می شود.

تـدبیر کمون: برای آنکه کمون تاثیرش زیاده شود ان را تـدبیر می کننـد.روش تـدبیر کمون آنست که زیره کرمانی تازه یا زیره سبز تازه را گرفته خوب تمیز نموده در ظرف چینی یا سفال لعابدار مثل ظروف آبی همدانی یا قمی می ریزند و بعد سرکه انگوری کهنه روی آن می ریزنـد و بعـد سـرکه انگوری کهنه روی آن می ریزندآن قدر که ۴ انگشــت روی آن را بگیرد و آن را ۲۴ ساعت می گذارنـد و مرتبا زیرو رو می نمایند که خوب خیس بخورند و سـپس ان را روی پارچه کرباسـی پهن می کنند که نم آن گرفته شود وخشـک شود و بعـد ان را بریان می کننـد یا به اصـطلاح تفت می دهنـد به این ترتیب زیره تـدبیر شـده به دست می آیـد که آماده مصرف است.

در شـبه جزیره مالایا از زیره سـبط در اغلب موارد شبیه گشنیز استفاده می شود.اهالی مالایا از این دارو در استعمال خارجی و داخلی و یا هردو باهم برای معالجه ناراحتی های بدن استفاده می کنند[برکیل]

دانه هـای له شـده زیره سبز را درآب برنـج خـام خیس کرده و از مـایع به دست آمـده یک لوسـیون قطره قطره روی زخم چشم می ریزند و این کار بسیار مفید است[گیملت و برکیل].

منبع:www.taamasrar.com

زردچوبه ؛ ماده غذایی ، داروی گیاهی

نویسنده: زهرا خان اف ــ رعنا شکوهی ستا

ساکنین قاره پهناور آسیا بیشترین تولید کننده و مصرف کننده ادویه جات در دنیا به شمار می روند .

استفاده از ادویه در اکثر غذاها رایج بوده و ریشه در سنت آشپزی مردمان آسیایی دارد که با آگاهی از خواص دارویی هر گیاه آن را به صورت قابل اسـتفاده در غـذا تهیه می نمودنـد و با اضافه کردن آن به مواد غـذایی از اثرات درمانی و دارویی گیاهان بهره می برده اند .

امروزه نیز اسـتفاده از ادویه در طبخ غذاها بسـیار رایج است با این تفاوت که اکثر مردم با وجود استفاده روزانه از آنها، اطلاع دقیقی در مورد خواص شـان ندارنـد ؛ در صورتی که آشپزخـانه می توانـد کیلینـک خـانگی مردم بشود و مواد موجود در آن برای درمـان انواع بیماری ها یا پیشـگیری از ایجاد آنها مورد اسـتفاده قرار گیرد . یکی از ادویه جاتی که مصـرف آن در ایران بسیار مرسوم است زردچوبه است . کشت این گیـاه در سـال ۵۷۲ پس از میلاد مسیـح توسط ایرانی ها آغاز شـد و سـپس در قرن ۱۶ میلادی به چین ، فرانسه و ایتالیا برده شد . این ادویه علاوه بر اسـتفاده در طبخ غذا برای رنگ کردن پارچه های پنبه ای ، پشمی ، ابریشمی و همچنین به عنوان اسانس در داروسازی و عطر سازی نیز مورد استفاده قرار می گیرد .

معرفی زردچوبه

زردچوبه ریزوم (ریشه) گیاهی است با نام علمی Curcuma lOnga که به نام Turmeric ROOT در جهان مشهور است .

این گیـاه بومی نواحی جنوبی آسـیاست و به طور وسیـع در تمام نقاط هنـد ، نواحی جنوبی چین ، تایوان، ژاپن ، انـدونزی و بعضـی نواحی آفریقا کشت می شود . پودر زردچوبه به رنگ زرد تیره است که یکی از پرکاربردترین ادویه جات به شمار می رود .

بیشترین محصول زردچوبه دنیـا از هندوسـتان تأمین می شود . نام هنـدی آن به معنی زعفران هنـدی و نام چینی آن به معنی زنجفیل (زنجبیـل) زرد است . زردچوبه ، گیـاهی است از خانواده زنجبیل به ارتفاع حـدود یک متر و نیم که دارای ساقه متورمی است . گل های زردچوبه به صورت سنبله و به رنگ سبز مایل به زرد می باشد . از کنار برگ های غلاف در قاعده ساقه ، شاخه های کوچک و استوانه ای شکل ضخیمی خارج می شود. که به صورت مورب در زمین فرو رفته و هر یک ایجاد ریشه می کنند و مرتبا پایه های

جدیدی به وجود می آورند، قسمت مورد استفاده این گیاه ساقه زیرزمینی آن است که پس از خارج کردن از زمین تمیز کرده و ریشه های آن را جدا می کنند و در آب جوش قرار می دهند و پس از تمیز کردن به مدت چند روز آن را خشک می کنند. زردچوبه ، رنگ زرد یا خاکستری مایل به قهوه ای دارد بوی آن معطر و طعم آن تلخ است .

زردچوبه دارای اسانسی مرکب از اسیدها ، ماده کورکومین می باشد که رنگ زرد زردچوبه به علت همین ماده کورکومین می باشد.

خواص درمانی :

در فارماکوپه های گیاهی (دارونامه های گیاهی) چین و ژاپن ، از زردچوبه به عنوان داروهای رسمی نام برده شده است و در کشور هند و کره نیز زردچوبه به عنوان دارو به کار می رود . تحقیقات زیاد کلینیکی و فارماکولوژی سال های اخیر ، چندین اثر با اهمیت زردچوبه را تأیید کرده است . از زردچوبه داروهای زیادی به شکل خوراکی و موضعی تهیه می شود که محصولات موضعی مانند ؛ پماد ، روغن ها و کرم برای زخم ها ، اگزما و ورم بکار می رود و اشکال خوراکی آن به صورت قرص ، شربت و آمپول استفاده می شود . زردچوبه از زمان قدیم در طب به عنوان ضد ورم و ضد آرتریت مصرف می شود .

زردچوبه ، اشتهاآور ، محرک ، انرژی زا ، تب بر ، تصفیه کننده خون و کبد ، منعقد کننده خون ، هضم کننده غذا و صفرا آور است و برای درمان دردهای دندان و لثه ، دفع سموم مار گزیدگی و عقرب گزیدگی ، کاهش قند خون در بیماران دیابتی ، حل و دفع سنگ مثانه ، کاهش کلسترول خون و جلوگیری از سرطانی شدن سلول های بدن به خصوص سرطان های سینه ، خون و روده بزرگ کاربرد دارد .

همچنین مواد ضد باکتری زرد چوبه موجب می شود ، از آن به عنوان نگهدارنده مواد غذایی استفاده می شود.

کورکومین (Curcomin) مهم ترین ماده مؤثر زردچوبه ، دارای خواص ضد سرطان و ضد عفونت است . از اثرات دیگر کورکومین که به تازگی تأیید شده است . خواص ضد موتاژن ، ضد ایدز و ضد اکسیدان آن می باشد .

_زردچوبه بهترین داروی ضد تورم است و در اروپا و آمریکا از آن بدین منظور استفاده می کنند که می توان از سه فنجان دم کرده زردچوبه در روز استفاده کرد .

_همچنین برای تنظیم عادت ماهیانه زنان مفید است .

_و از زردچوبه برای درمان کمر درد ، پشت درد ، و سینه درد استفاده می شود .

_و نیز دم کرده زردچوبه برای درمان اسهال و اسهال خونی بسیار مؤثر است .

_برای درمان التهاب لثه یا لوزه ها ، زردچوبه را دم کرده و آن را قرقره کنید .

_بر اساس یک تحقیق پزشکی گیاه زردچوبه می تواند بدون آن که بر بیمار عوارض جانبی بگذارد ، در معالجه بسیاری از بیماری های غیر قابل درمان و خطرناک نقش درمانی داشته باشد . این مطالعات نشان می دهد زردچوبه در درمان التهابات ویروسی کبد ، تنظیم مقدار کلسترول خون و معالجه بیماری های سرطان سینه و خون مؤثر است مصرف روزانه یک قاشق مرباخوری زردچوبه در یک لیوان شیرگرم می تواند مانع از ابتلا به سرطان شود .

_مطالعات نشان می دهد که مصرف زردچوبه با غذا تا حدی زیاد از ابتلا به آلزایمر ۱ جلوگیری می کند. در این مطالعه مصرف بیشتر زردچوبه در افراد مسن با عملکرد بهتر قوای ادراکی در آزمون های استاندارد مرتبط شناخته شد . از آنجایی که زردچوبه در هند مصرف گسترده ای دارد ، میزان ابتلا به آلزایمر در سالمندان هندی یک چهارم همتایان آمریکایی آنهاست . البته با وجود این که مصرف طولانی داروهای ضد التهابی خطر ابتلا به آلزایمر را کاهش می دهند اما روی معده ، کبد و کلیه عوارض جانبی بر جای می گذارند . حتی مصرف کم زردچوبه هم تأثیر مثبتی بر عملکرد ادراکی افراد داشته و حافظه افراد مسن را تقویت می کند.

در مصرف زردچوبه زیاده روی نکنید

بـا وجودی که تـاکنون اثرات جـانبی از زردچوبه گزارش نشـده است ولی در مواردی مصـرف آن بایـد با احتیاط صورت گیرد . از جمله مصـرف آن در زمان حاملگی باید متعادل باشد . همچنین کسانی که مجرای کیسه صفراوی آنها بسته و یا دارای اشکال است و یا این که دارای سـنگ های صـفراوی در کیسه صـفرا هسـتند باید با احتیاط از زردچوبه استفاده کنند . مصرف زردچوبه به همراه غذاها و داروها ، بلامانع بوده و تداخلی ایجاد نمی کند .

مقدار مصـرف عادی زردچوبه که هر روز می توان بدون عارضه جانبی از آن اسـتفاده کرد ، ۵ / ۱ تا ۳ گرم در روز است . گر چه قسـمت اعظم زردچوبه در دنیا در تغـذیه و به صورت پودر مصـرف می شود، ولی اشـکال مختلف دارویی آن نیز در داروخانه های گیاهی بسیاری از کشورها موجود است .

بـا تمـام مزایـای گفته شـده بایـد اشـاره کرد که زیاده روی در مصـرف زردچوبه برای قلب مضـر است ، ولی اگر آن را با لیموترش استفاده کنید اثرات مضر آن را خنثی می سازد .

منبع:ماهنامه پیام زن

خواص و عوارض کندورانگو

عوارض جانبی:

اطلاعات به دست آمده از طریق مطالعه بر روی حیوانات:

اثرات سـمی خاصـی به دارو یا فرآورده‌های مایع حاصل از گیاه نسبت داده نشده است. هرچند که گونه‌های خاصی از این گیاه که در یونـان یافت می‌شونـد، Marsdenia erecta، به عنوان عامـل ایجـاد مسـمومیت‌های شدیـد در حیوانـات علف‌خوار معروف هستند. جزء گلیکوزید استری کندورانگین، که در هر دو گونه به میزان برابر موجود است، مسئول اثرات سمی آن می‌باشد.

در آزمایشـات انجـام گرفته بر روی حیوانات، علائم مشخصـی از مسـمومیت بعـد از تجویز وریـدی، زیرپوستی یا خوراکی محصول خام جـدا شـده و از کنـدورانگین مشاهـده شـده است. این علائم عبارتنـد از: افزایش ترشـح بزاق، اسـتفراغ، افزایش فعالیت همراه با کاهش تعادل، افزایش نبض و تنفس، حملات تشنجی و بالاخره مرگ، درنتیجه فلج تنفسی.

حدود ۱۰۰ سال قبل، در یک مقاله، موارد مشابهی در مورد مسمومیت با کندورانگین توضیح داده شده بود و تحقیقات بیشتر توسط Jodelbauer نیز این موضوع را مشخص نمود. علائم مسـمومیت، مشـابه علائم ایجاد شـده توسط تزریق ساپونین‌ها می‌باشـد. با درنظر گرفتن فرم تجویز کندورانگین، مقادیر LD برای گربه و سگ بدین قرار است:

۲۰ میلی‌گرم بر کیلـوگرم بـه طـور وریــدی، ۳۰ میلی‌گرم بر کیلــوگرم بـه فرم زیرپوســتی و ۴۵-۴۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم بـه طـور خـوراکی، در طی آزمایشـات انجـام گرفته بر روی مـوش، محصولی از کنـدورانگین حاصـل از M.erecta به فرم داخل صـفاقی تجویز گردید که LD آن ۳۰۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم برآورد شده است. Hayashi و همکارانش، طی تحقیقات خود درخصوص فعالیت ضدسرطانی کندورانگو گلیکوزیدهای تفکیک شده، مقادیر LD۵۰ را مشخص نمودند:

کندورانگو گلیکوزید Ao: ۷۵ میلی‌گرم بر کیلوگرم

کندورانگو گلیکوزید Bo: ۶۱۵ میلی‌گرم بر کیلوگرم

کندورانگو گلیکوزید Co: ۳۷۵ میلی‌گرم بر کیلوگرم

کندورانگو گلیکوزید Do: ۶۳۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم

مقادیر ۲ مشتق دیگر Do، ۶۰۳ و ۶۴۲ میلی‌گرم بر کیلوگرم می‌باشد.

اطلاعات به دست آمده از طریق مطالعه بر روی انسان:

تاکنون، ظاهراً هیچ‌گونه عوارض جانبی مشخص در اثر تجویز مقادیر درمانی فرآورده‌های مایع دارو (که قبلاً به آنها اشاره شد) مشاهده نشده است. مطابق بررسی‌های انجام شده توسط نویسنده، به تازگی، درخصوص سمیت دارو یا ترکیبات جدا شده آن، تحقیقی انجام نشده است.

باتوجه به دانسته‌های اخیر، هیچ‌گونه استدلال مخالفی نسبت به استفاده درمانی این دارو یا فرآورده‌های مایع آن در غلظت‌ها و مقادیر معمول وجود ندارد.

قابلیت جهش‌زایی و سرطان‌زایی:

پوسته کندورانگو به شکل عصاره آبی یا متانولی، در رشته‌های TA۹۸ , TA۱۰۰ سالمونلاتیفی موریوم هیچ‌گونه جهشی ایجاد نکرده است. درخصوص قابلیت سرطان‌زایی آن اطلاعی در دست نیست.

منبع:www.taamasrar.com

خواص تمبر هندی

نویسنده:سهیلا عابدین پور

پای حرف های دکتر محمد حسین صالحی سورمقی دارو ساز

حتماً شما هم وقتی برای خرید به میوه فروشی ها و یا سوپرهای بزرگ میوه می روید، بالای قفسه میوه ها جعبه هایی قرمز رنگ را دیده اید که تمبر هندی های خشک شده اما در همان شکل و شمایل طبیعی بسته بندی شده اند و در دو نوع ترش و شیرین عرضه می شوند. این نوع بسته بندی تمبرها خیلی وقت است که به کشورمان آمده اند. پیش ازاین آنها را فقط در بسته های کوچک تر و به قول معروف تمبرهندی های گوشتی که البته نمک هم به عنوان افزودنی به آنها اضافه می شد،می دیدیم. درحالی که امروزه محتویات بسته های قرمز رنگ جای انواع قدیمی را گرفته اند و به دلیل طعم خوشایندشان بسیاری از ما، آنها را نه فقط به تنهایی و به عنوان یک میان وعده بلکه در طبخ غذاهایمان نیزبه کار می بریم. اما بیایید با خواص این میوه ونحوه مصرف بهتر آن، بیشتر آشنا شویم. دکترمحمد حسین صالحی سورمقی، استاد دانشکده داروسازی دانشگاه تهران و متخصص در زمینه گیاهان دارویی درباره ویژگی های این میوه به نکات جالبی اشاره کرده اند که مطالعه شان خالی از لطف نیست.

قبل از هرچیزباید بگوییم که درخت تمبر هندی بسیار آهسته رشد می کند و عمری طولانی دارد. دکتر صالحی در مورد ویژگی های این گیاه می گوید: «تمبرهندی درختی است مرتفع و بلند که ابتدا در هندوستان و آفریقای شمالی رویش داشته است ولی امروزه به علت موارد استفاده فراوان در اکثر مناطق گرم نیز کشت می شود. این درخت از خانواده نخودها و شبیه باقلا ـ به شکل غلاف و نیام بوده و با کمی خمیدگی همراه است. این غلاف ها ۱۰ سانتی متر طول داشته وهر یک از آنها بین ۳ تا ۱۰ دانه قرار دارد که البته خوردن گوشت اطراف این دانه ها برای ما لذت بخش است به این ترتیب که ابتدا پوست آن را کنده و محتویات نرم دور دانه ها خورده می شود. شاید باور نکنید اما در ایران، این درخت در استان های هرمزگان و سیستان و بلوچستان پرورش می یابد.همان طور که گفتیم، آب و هوای مناسب کشت تمبر هندی اقلیم گرم و مرطوب است و در مناطقی که دارای این آب و هوا باشند، تمبر هندی را می توان، به راحتی پرورش داد.»

چه خواصی دارد؟

دکتر صالحی درباره خواص این میوه می گوید» «مهم ترین مواد شناخته شده موجود در تمبر هندی ترکیبات اسیدی از جمله اسید سیتریک، مالیک و تارتاریک و مواد معدنی نظیر پتاسیم و کمی پکتین است.در پوست درخت تمبرهندی نیز مقداری تانن وجود

دارد و سرشاخه های جوان و سبز این درخت دارای مقادیر زیادی ویتامین های گروه Bاست.»

این متخصص در ادامه می افزاید: «از قدیم معتقد بودند که تمبرهندی مثل یک ملین و مسهل عمل می کند اما تحقیقات سال های اخیر اثرات دیگری را برای آن به اثبات رسانده اند از جمله اینکه خاصیت ضد درد، ضدباکتریایی و ضد ویروسی داشته و برای از بین بردن انگل ها و کرم های بدن توصیه می شود. علاوه بر تمامی خواص یاد شده، این میوه یک اشتها آور بوده و منبعی از آنتی اکسیدان ها نیز به حساب می آید. ایشان در ادامه اضافه می کند که خوردنش به همراه غذا به هضم آن کمک می کند. به علاوه مصرفش برای کاهش تهوع کمک کننده بوده بنابراین اضافه کردن آن به غذا به خصوص در وعده غذایی افرادی که مشکل گوارشی دارند، توصیه می شود.»

پیش از این گفتیم که تمبرهندی آنتی اکسیدان دارد. دکتر صالحی دراین باره می گوید، این میوه حاوی مقادیرقابل ملاحظه ای کاروتن، ویتامین Cو برخی فلاونوییدهاست. به طوری که می تواند جایگزین خوبی برای ویتامینC درافرادی باشد که دچار کمبود این ویتامین هستند اما فراموش نکنید که خشک شده این میوه دارای مقادیر کمتری از این ماده مغذی است. اگر زیاد سرما می خورید، می توانید برای کاهش دفعات بیماری و بهبودی سریع تر، درمیان وعده هایتان تمبرهندی میل کنید. در ضمن،اگر دچار گلودرد شده اید، می توانید تمبرهندی را در آب حل کرده و قرقره کنید تادرد گلویتان به سرعت بهبود یابد.

این متخصص اضافه می کند که بسیاری از اختلالات گوارشی از جمله اختلالات صفراوی با مصرف تمبرهندی بر طرف می شود و افرادی که کلسترول خون شان بالا ـ است، می توانند برای کاهش چربی خون شان تمبرهندی بخورند. بنابراین، برای داشتن قلب سالم عادت به خوردن تمبر هندی های خشک شده به دلیل نداشتن حتی مقدارجزیی نمک، به افراد مستعد به خصوص میانسالان پیشنهاد می شود.

تمبرهندی؛ مستقیم یا غیرمستقیم؟

شما دوست دارید تمبرهندی را چطور میل کنید؟ دکتر صالحی می گوید: «تمبرهندی را می توان به دو طریق مصرف کرد. در واقع نحوه استفاده از آن به طور مستقیم و غیر مستقیم است. بعضی از افراد که خوراکی های ترش را بیشتر می پسندند، آن را به طور مستقیم مصرف می کنند اما می توان به عنوان طعم دهنده و ترش کننده در بسیاری ازغذاها هم از آن استفاده کرد. به این منظورباید تمبر هندی را در آب خیسانده و سپس آن را صاف کرد و پس ازجدا کردن هسته، آن را خورد.» یادتان نرود که می توان فیبرها و آوندهای چوبی که درقسمت خوراکی این میوه دیده می شوند را جدا کرد اما درصورت مصرف، مشکلی برای فرد به وجود نخواهد آمد. همانطور که می دانید هرماده غذایی می تواند در مراحل مختلف اعم ازجمع آوری، تهیه و بسته بندی آلوده شود اما از آنجا که این میوه خود یک ضد میکروب است احتمال آلودگی در آن بسیار پایین است بنابراین با خیال راحت آن را وارد میان وعده های روزانه تان کنید.

منبع:روزنامه سلامت شماره ۲۲۸

گیاهانی برای حفظ گردش خون

نویسنده: نیره ولدخانی

تعریف کلمه «انرژی» سخت است و حتی محققان مشهور درباره تعریف دقیق و صحیح آن اختلاف نظر دارند، اما تنها مسأله واضح این است که ما برای زنده ماندن، به انرژی نیاز داریم. یک روش مقبول برای افزایش انرژی طبیعی بدن، استفاده از گیاهان دارویی است که بیشتر برای مصارف پزشکی و آشپزی، پرورش داده می‌شوند.

آنها باعث حفظ گردش خون در بدن و عملکرد صحیح مغز می‌شوند.گیاهان دارویی مشخص مانند جینسینگ و جینگو بیلوبا در

افزایش انرژی بدن موثرند. دربند های زیر، اطلاعات بیشتری در این زمینه کسب خواهید کرد:

۱- فلفل قرمز تند، باعث بهبود گردش خون در بدن می‌شود. همچنین تاثیر سایر گیاهان دارویی را در تقویت دستگاه گردش خون، افزایش می‌دهد. فلفل قرمز، میزان انرژی بدن را سریع‌تر افزایش می‌دهد.

۲- گیاه دارویی جینگو بیلوبا (ginkgo biloba)، جریان خون را به سمت مغز افزایش می‌دهد. همچنین میزان افسردگی را کم می‌کند. برای کسب بهترین نتیجه باید حداقل به مدت دو هفته، هر روز از جینگو بیلوبا استفاده کنید.

۳- گیاه دارویی آب بشقابی (gotu kola)، سیستم عصبی مرکزی را تحریک می‌کند. همچنین با کاهش میزان افسردگی و خستگی باعث افزایش توان بدنی می‌شود.

۴- گیاه دارویی جینسینگ (ginseng) با تقویت سیستم ایمنی بدن و دفع عفونت‌ها و بیماری‌ها، باعث افزایش انرژی بدن می‌شود. پس سعی کنید هر روز مقداری از آن استفاده کنید.

۵- یک لیست از گیاهان دارویی و اثرات درمانی آنها را تهیه کنید (از طریق کتاب‌ها یا اینترنت و...) تا گیاهان افزایش دهنده انرژی بدن را بشناسید.

نکته

* اگر دچار خستگی و کمبود توان و انرژی شدید، به خاطر داشته باشید که این، علامت یک اختلال در بدن است، نه خود اختلال. بنابراین قبل از درمان، باید با یک پزشک مشورت کنید تا علت دقیق کمبود انرژی خود را دریابید.

* داروهای گیاهی می‌توانند میزان انرژی و توان بدن شما را افزایش دهند، ولی این نوع درمان‌ها، هنگامی که سلامت و زندگی شخص را به خطر می‌اندازند، نباید استفاده شوند. اگر دچار سرگیجه، سردرد، نا هوشیاری، درد قفسه سینه و هذیان‌گویی شدید، فوراً با یک پزشک تماس بگیرید یا به نزدیک‌ترین مرکز درمانی مراجعه کنید.

* بیماران قلبی، افراد مبتلا به فشار خون بالا و افت ناگهانی قند خون نباید از گیاه دارویی جینسینگ استفاده کنند، زیرا وضعیت بیماری آنان را بدترمی کند.

منبع: روزنامه اطلاعات

درمان با گیاهان معجزه آسا

امروزه در بسیاری از افراد ترجیح می دهند، به جای استفاده از محصولات حاوی ترکیبات شیمیایی، از محصولات و درمان های گیاهی استفاده کنند؛ چرا که استفاده از ترکیبات گیاهی، عوارض کم تری دارد.

پیری زودرس

با تغذیه مناسب و رطوبت رسانی کافی، به راحتی می توانید از پیری زودرس پوست جلوگیری کنید.با افزایش سن، پوست خشک می شود و چین و چروک های اولیه ظاهر می شود. عوامل بسیاری مانند استرس، کارزیاد، کم خوابی و رژیم غذایی نامناسب می تواند روند پیری را سرعت دهد.

درمان ها:

*قبل از خواب، پوست صورت تان را با روغن بادام یا روغن نارگیل ماساژ دهید.

*صورت تان را با آب خیار بشویید.

*ژل آلوورا به صورت تان بمالید.

سلامت ناخن

وضعیت ناخن ها گویای سلامت درونی شماست. شکنندگی ناخن، ظاهر شدن لکه های سفید روی بستر ناخن و تغییر رنگ آن، به دلیل رژیم غذایی نامناسب است.

فراموش نکنید که برای رفع هر یک از این مشکلات، ناخن هایتان را هر شب با ترکیب روغن بادام و عسل ماساژ دهید، سپس با آب ولرم بشویید و مرطوب کننده بزنید.

آکنه و جوش

عوامل بسیاری، از اختلالات هورمونی گرفته تا استرس، آلودگی، کم خوابی و... باعث ایجاد جوش و آکنه می شود.

درمان ها

*از ترکیب یک قاشق چای خوری پودر درخت صندل و یک قاشق چای خوری زردچوبه به همراه کمی شیر، خمیری درست کنید و به عنوان ماسک استفاده کنید.

*نصف فنجان آب آلوورا بنوشید (در صورت باردار‌بودن مصرف نشود)، یا ژل آن را به صورت بمالید.

*قبل از این که بخوابید، صورتتان را با مخلوط یک قاشق چای خوری آب گشنیز و کمی زرد چوبه بشویید.

*شست و شوی روزانه پوست صورت با آب برگ کاهو، جوش ولک رابر طرف می کند(چند برگ کاهو را به مدت ۱۵ دقیقه در آب بجوشانید و از صافی رد کنید تا آب کاهو به دست آید).

تجمع رنگدانه های پوست

اختلالات و تجمع رنگدانه های پوست، باعث تغییر رنگ پوست و تیره شدن آن می شود. قرار گرفتن بیش از حد درمعرض نور آفتاب و تغذیه و رژیم غذایی نامناسب، عوامل متفاوتی هستند که باعث تغییر رنگ پوست می شوند.

درمان ها:

*۵ عدد بادام را پودر کنید و با یک قاشق چای خوری خامه و چند قطره آب لیمو مخلوط کنید. خمیر را روی پوست بمالید و بعد از ۱۵ دقیقه بشویید.

*روی منافذ پوست، آب گیاه پاپایا یا خمیر آن را بمالید.

*کمی پودر کنجد و زردچوبه را با چند قطره آب مخلوط کنید، سپس خمیر به دست آمده را روی پوست بمالید.

*صورت تان را با آب ریحان بشویید.

اگر از پوست به درستی مراقبت و نگهداری نشود، شاهد پیری زودرس، چین و چروک و جوش خواهیم بود. مصرف میوه و سبزیجات تازه و دنبال کردن یک رژیم غذایی ایده آل، سلامت پوست را تضمین می کند. این جا به برخی از اختلالات و ناراحتی های پوستی و درمان گیاهی آن ها اشاره می کنیم.

شوره سر

خارش سر همراه دانه های سفید و پوسته پوسته شدن سر، نشان دهنده شوره است.

درمان ها:

*یک قاشق چای خوری کافور را در یک نصف فنجان روغن نارگیل حل کنید. قبل از خواب، کف سرتان را با کمی از این روغن ماساژ دهید.

*یک قاشق چای خوری روغن کرچک و روغن زیتون را مخلوط کنید و کف سرتان را با آن ماساژ دهید.

*دو قاشق چای خوری روغن نارگیل را با یک قاشق آب لیمو مخلوط کنید و موهای سرتان را با آن ماساژ دهید.

بعد از این که ۳ تا ۴ ساعت این روغن ها روی سرتان ماند، موهایتان را بشویید

خارش سر

آلرژی به برخی از شامپوها، آلودگی، تغییر آب و هوا و استرس از عواملی هستند که باعث خارش سر می شوند.

درمان ها:

*از شامپوهای حنا یا دارای ترکیبات گیاهی برای شست و شوی موهایتان استفاده کنید.

*از روغن های ماساژ برای ماساژ دادن کف سر استفاده کنید.

*با ترکیب آب کاهو و اسفناج موهایتان را بشویید.

*ورزش را فراموش نکنید.

سفید شدن زود هنگام مو

سفید شدن مو فرآیندی است که با افزایش سن اتفاق می افتد. اگر این اتفاق قبل از سن ۲۵ سالگی به میزان چشمگیری رخ دهد، شاهد عارضه سفید شدن زودهنگام موها هستیم. مصرف بیش از حد چای، قهوه، گوشت و غذای چرب ادویه دار، می تواند این امر را تشدید کند.

درمان ها:

*۲قاشق چای خوری پودر حنا را با یک قاشق چای خوری پودر قهوه، ۲ قاشق چای خوری آب نعنا و ۲ قاشق چای خوری آب ریحان مخلوط کنید.

*کمی زنجبیل را پودر کنید و با کمی عسل مخلوط کنید روزانه یک قاشق از این محلول را بخورید.

منبع:نشریه زندگی ایده آل شماره ۴۲ /س

بابونه ؛ تقویت‌کننده تلخ

نام علمی گیاه بابونه Chamaemelum Nobile » است. بابونه گیاهی است دائمی و کوچک، به ارتفاع تقریبا ۳۰ سانتیمتر، دارای بویی معطر که در چمنزارها و زمین‌های شنی می‌روید. ساقه آن به رنگ سبز مایل به سفید، برگ‌های آن کوچک متناوب و دارای بریدگی‌های باریک، نامنظم و پوشیده از کرک است. گل‌های آن مجتمع در یک طبق که به طور منفرد در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می‌شود. در هر طبق، گل‌های سفید در اطراف و گل‌های زرد در قسمت وسط قرار دارند.

خواص درمانی بابونه

بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده‌های تلخ به حساب می‌آید.

۱) یکی از مهم‌ترین خواص بابونه، درمان زخم و ورم معده است که به آسانی این مرض را درمان می‌کند. افرادی که سال‌های سال با این بیماری دست به گریبان هستند و از قرص‌های مختلف گران قیمت استفاده می‌کنند، می‌توانند با استفاده از بابونه، پول داروی خود را پس‌انداز کنند و سلامتی خود را نیز بازیابند.

برای درمان زخم معده یک لیوان دم کرده غلیظ بابونه درست کنید (۴) قاشق چای خوری بابونه خشک را در یک لیوان آب جوش بریزید) و صبح ناشتا آن را بنوشید. سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید. البته بعد از یک ربع ساعت می‌توانید صبحانه خود را میل کنید. این عمل را به مدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده به کلی شفا پیدا کند.

۲) بابونه اعصاب را تقویت می‌کند.

۳) بابونه تقویت کننده مغز است.

۴) بابونه ادرارآور و قاعده آور است.

۵) این گیاه ترشح شیر را در مادران شیرده افزایش می‌دهد.

۶) درمان‌کننده سردرد و میگرن است.

۷) استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می‌کند.

۸) برای درمان چشم درد، بابونه را در سرکه ریخته و بُخور دهید.

۹) برای تسکین دردهای عضلانی دم کرده بابونه بنوشید.

۱۰) جویدن بابونه برای التیام زخم‌های دهان مفید است.

۱۱) بابونه تب بُر و تسکین دهنده درد است.

۱۲) بابونه تقویت‌کننده معده است.

۱۳) برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه‌ها، به آنها دم کرده بابونه بدهید.

۱۴) برای رفع بی خوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت، کافی است ۱۰ دقیقه قبل از رفتن به رختخواب، یک فنجان دم کرده بابونه بنوشید.

۱۵) بابونه درمان‌کننده بی اشتهایی است.

۱۶) بابونه برای رفع ورم روده موثر است.

۱۷) دم کرده بابونه درمان‌کننده کم خونی است.

۱۸) از بابونه برای رفع کرم معده و روده استفاده کنید.

۱۹) بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است.

۲۰) بابونه برای رفع زردی مفید است.

۲۱) حمام بابونه اثر نیرو دهنده دارد. برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته، مدت یک ربع در آن دراز بکشید.

۲۲) برای تسکین درد، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوط کرده و روی محل‌های دردناک بمالید تا درد را تخفیف دهد.

۲۳) اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی‌های پوستی نظیر اگزما، کهیر و خارش مفید است.

۲۴) برای رفع گوش درد و سنگینی گوش، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید.

۲۵) اسانس بابونه چون اثر تهوع آور دارد، در مسمومیت‌های غذایی مصرف می‌شود.

۲۶) روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید.

۲۷) خانم‌هایی که یائسه شده‌اند، بهتر است همه روزه دم کرده بابونه بنوشند، زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می‌کند.

۲۸) بابونه ضد آلرژی است.

طرز تهیه فرآورده‌های بابونه

دم کرده بابونه

برای درست کردن دم کرده بابونه، یک قاشق چای‌خوری گیاه بابونه خشک را در یک فنجان آب جوش ریخته و مدت ۵ دقیقه بگذارید تا دم بکشد.

اسانس بابونه

حدود ۰/۸ تا ۱ درصد، اسانس در این گیاه وجود دارد که به وسیله تقطیر با بخار آب به دست می‌آید. رنگ این اسانس آبی

روشن است، ولی در اثر کهنه شدن به رنگ زرد مایل به قهوه‌ای در می‌آید. بوی این اسانس، بسیار قوی و طعم آن معطر و سوزاننده است. اسانس بابونه در عطر سازی و برای معطر کردن غذاها به کار می‌رود.

روغن بابونه با روغن زیتون

گل خشک بابونه را برابر وزنش با روغن زیتون مخلوط کرده و روی آتش ملایم بگذارید تا دم بکشد (نباید بجوشد) و گهگاه آن را هم بزنید. سپس آن را از روی آتش بردارید و بگذارید تا مدت ۲۴ ساعت بماند. سپس آن را از صافی با فشار رد کرده و در شیشه‌ای دربسته نگهداری کنید. برای نفخ شکم و قولنج آن را روی شکم بمالید.

روغن بابونه با روغن کنجد

مقداری از گل خشک بابونه را با چهار برابر وزن آن با روغن کنجد مخلوط کرده و سپس به‌اندازه دو برابر گل بابونه، آب به آن اضافه کنید. آن را روی حرارت بگذارید تا بجوشد و آب آن به کلی تبخیر شود و فقط روغن باقی بماند. البته باید دقت کنید که روغن نسوزد.

منبع پایگاه جامع اطلاع رسانی پزشکان ایران irteb

گل گاوزبان، تقویت کننده حواس پنجگانه

گل گاوزبان، تقویت کننده حواس پنجگانه

یکی از عجایب سلسله کوه‌های البرز که قله عظیمی چون دماوند دارد، پرورش چندین نوع گیاه دارویی است که اثر درمانی زیادی دارند و منحصراً در دامنه‌های این کوه به عمل می‌آیند و در کوه‌های دیگر اثری از آنها نیست.

هر چند در کتاب‌های قدیم به گل گاوزبان «لسان الثور» می‌گویند، ولی در واقع نام دیگری ندارد. اسم فرانسوی، انگلیسی، آلمانی، ترکی و... هم ندارد، چون در هیچ نقطه ای از زمین جز دامنه کوه‌های البرز به عمل نمی‌آید و با گیاه دیگری که در آذربایجان و شهرهای دیگر ایران و کشورهای دیگر می‌روید و به غلط به گاوزبان مشهور شده است، نسبتی ندارد.

برای اینکه این اشتباه که حدود چند قرن است پزشکان و دارو سازان را گمراه کرده است، از بین برود این را «گل گاوزبان» و دیگری را «گیاه گاوزبان» بنامید. این دو گیاه متفاوت هستند، تنها گل‌هایشان کمی به هم شبیه است، هیچگونه خواص مشترکی ندارند و از نظر منافع طبی با هم متضاد هستند. گل‌های «گل گاوزبان» درشت تر از گل‌های«گیاه گاوزبان» است.

«گل گاوزبان» در ایران، و «گیاه گاوزبان» در اروپا و امریکا شهرت زیادی دارند. پزشکان سنتی ایران در معالجه بسیاری از امراض از «گل گاوزبان» استفاده می‌کردند و نتیجه می‌گرفتند. پزشکان جدید هم خواص «گل گاوزبان» را می‌دانستند و برای دسته ای دیگر از امراض تجویز می‌کردند و چون عطاران فرقی بین «گل گاوزبان» و «گیاه گاوزبان» قایل نبودند، آنها را به جای هم می‌دادند، به همین جهت معالجه آنها نتیجه نمی‌داد و محققان از اینکه خواص و منافع این گیاه از بین رفته است در تعجب بودند.

یکی از مترجمان، تمام فواید «گیاه گاوزبان» راترجمه کرده و به «گل گاوزبان» نسبت داده، سپس پرسیده است: چرا ایرانیان فقط از گل گاوزبان استفاده می‌کنند؟ به برگ و سرشاخه‌های آن توجهی ندارند، در جواب او باید بگوییم که گل گاوزبان، فقط گلش فواید طبی دارد، زیرا گیاهی که فرنگی‌ها به او «بوراش» می‌گویند، گل گاوزبان نیست.

گل گاوزبان اصلی

این گیاه به طور خودرو، منحصراً در دامنه کوه‌های البرز به عمل می‌آید و تاکنون اهلی نشده و قابل کشت نیست.

ـ مقوی روح و اعضای رئیسه بدن بوده، حواس پنجگانه یا بهتر بگویم، حواس هجده گانه آدمی را تقویت می‌کند.

ـ شکم را نرم و کیسه صفرا را باز می‌کند، اخلاط سوخته سوداوی را از معده خارج و عوارض آن را از بین می‌برد.

ـ جوشانده آن نشاط آور بوده، رنگ رخسار را باز می کند.

ـ سینه را نرم می کند، تنگی نفس و درد گلو را شفا می‌دهد.

ـ دلهره و وحشت را از بین می‌برد و غم و غصه را کم می کند و برای کسانی که با خود حرف می‌زنند سودمند است.

ـ جوشانده آن با عسل جهت تنگی نفس تجویز شده است.

ـ جویدن برگ تازه آن جهت درمان جوش‌های چرکی دهان اطفال، برفک، سستی بیخ دندان و رفع حرارت دهان نافع است. مقدار خوراک گل آن دو مثقال تا پنج مثقال است.

ـ عرق گل گاوزبان جهت امراض سوداوی، وسواس و خفقان مفید است.

ـ دارای منیزیم بوده و از سرطان پیشگیری می کند.

ـ تحقیقات جدید بیانگر این مطلب هستند که عصاره آبی گل گاوزبان دارویی مؤثر و بی‌خطر برای درمان بیماران مبتلا به اختلال وسواسی اجباری است.

ـ گل مرغوب گلی است که دارای دم سفید و گلبرگ‌های بنفش باشد. برگ‌های تازه گل گاوزبان دارای مقدار زیادی ویتامین C است.

گیاه گاوزبان

این گیاه اسم فارسی ندارد و معلوم نیست از چه موقع به ایران آمده و در اطراف تبریز کاشته شده است. در زبان فرانسوی به آن بوراش می گویند و «ابن بیطار» گیاه شناس معروف قدیم، که در اصل اندلسی بوده و بعد به آسیای صغیر آمده و دو کتاب بزرگ به نام‌های «الجامع» و «المغنی» به زبان عربی دارد آن را نوعی «مرماخوز» دانسته و به اسامی: لسان الثور، ابوالعرق، کحیلاـ کحلاء حمحم و بوغلص یاد کرده است.

ـ گل، سرشاخه و برگ آن دارای شوره، مواد لعابی و یک ماده تلخ است و به همین جهت عرق و ادرار را زیاد می کند.

ـ سنگ‌های کلیه و مثانه را خرد کرده و از بین می‌برد.

ـ این گیاه دارای اسیدهای چرب امگا ۶ مانند لینولنیک اسید است که برای روماتوئید مفید است.

ـ ضماد برگ‌های تازه وله شده آن دمل را باز می کند و برای معالجه سوختگی، آتش و آفتاب زدگی مفید است.

منبع: روزنامه اطلاعات

خواص مفید کنجد و موارد استحصالی از آن

در این مطلب با خواص کنجد و موارد استحصالی و تاریخچه آن و ترکیبات شیمیایی مفید موجود در این محصول مانند ویتامینهای آن اشنا خواهیم شد .

خصوصیات گیاهی کنجد

کنجد گیاهی است یک ساله با ارتفاع حدود یک متر که قسمت انتهایی ساقه آن پوشیده از کرک است . برگ های آن بیضی ، باریک و نوک تیز است . گل های آن به رنگ سفید یا قرمز، به طور تک تک در کناره برگ های قسمت انتهایی ساقه ظاهر می شوند .

تاریخچه کنجد و موارد استحصالی از آن :

متجاوز از پنج هزار سال است که انسان به خواص معجزه آسای کنجد پی برده است . پهلوانان قدیم آنرا برای زیاد کردن زور می خوردند و امروز هم در بین قهرمانان ترکیه قابل توجه است و دارای ارزش زیادی می باشد .

هندیها بیش از سایر اقوام برای این گیاه خاصیت و اثرات معجزه آسا قائلند و آنرا زیاد کننده قدرت و عامل طول عمر می شناسند و روی این اصل آنرا در تشریفات مذهبی زیاد می خورند و همانطور که ما ایرانیان خرما و انجیر خیرات می کنیم آنها کنجد و شیرینهایی که با کنجد درست کرده اند خیر می نمایند وبدون تردید علت طول عمر در بین مرتاضین و بعضی از دهاتیهای هندی خوردن کنجد است .

خوردن این گیاه از قدیم درایران معمول بوده است ، نانوایان مغز آن را روی نان می پاشیدند و آن کاری است که الان هم بایستی معمول شود .

حلواسازان آنرا به کار می بردند که متاسفانه امروز ترک شده است . روغن کنجد دیر فاسد می شود و سابقا خوردن آن بسیار معمول بوده و هنوز هم معمول است .

شیر کوبیده ی آن و گیاههای دیگر را جهت رفع سوزش معده مفید می دانستند و معتقد بودند ترشی معده را کم می کند و سودا را از بین می برد . آب برگ کنجد برای تقویت مو و بلند شدن آن تاثیر نیکوی دارد و برای این کار بایستی آب آن را با کوبیدن یا فشار گرفت و به سر مالید .

میوه این گیاه به صورت کپسول و محتوی دانه های کوچک و مسطح و بیضوی است که دانه کنجد نامیده می شود و قسمت مورد استفاده این گیاه است .

وطن اصلی کنجد هندوستان است که از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است . در حال حاضر چین بزرگترین تولید کننده کنجد در دنیا می باشد . هندوستان و حبشه از نظر تولید، بعد از چین قرار دارند . در ایران نیز مقداری کنجد تولید می شود که بیشتر آن به مصرف تهیه روغن و حلوا ارده می رسد.

ترکیبات شیمیایی

کنجد دارای پروتئین ، ویتامین های B , D , E , F۱ و لسیتین (LECITHIN) می باشد . روغن کنجد مرکب از اسیدهای چرب اشباع نشده مانند لینولئیک اسید اولئیک اسید و مقداری اسیدهای چرب اشباع شده مانند اسید پالمتیک و آراشیدیک اسید می باشد .

روغن کنجد یکی از روغن های اشباع نشده و مفید برای بدن است که در آمریکای شمالی و کانادا به مقدار زیاد مصرف می شود ، زیرا این روغن نه تنها کلسترول خون را افزایش نمی دهد، بلکه آن را کاهش نیز می دهد .

برای تهیه روغن کنجد معمولا دانه ها را می شویند تا رنگ روی آن از بین برود. سپس دانه ها را آسیاب کرده و در آب می ریزند تا پوست آنها روی آب بیاید . بعد از گرفتن پوست، دانه ها را خشک کرده و در آب جوش می ریزند و خمیر می کنند . این خمیر را تحت فشار قرار داده تا روغن آن جدا شود . این روغن را روغن سرد می نامند و از تفاله باقیمانده تحت اثر فشار و گرما روغنی بدست می آید که به نام روغن گرم معروف است که البته ارزش غذایی روغن سرد را ندارد .

تفاله باقیمانده از این مرحله را معمولاـ برای علوفه دام ها به کار می برند . خصوصاً این تفاله از نظر داشتن مواد پروتئینی ، غذای خوبی برای گاوهای شیرده است .

اگر می خواهید از روغن کنجد استفاده کنید دقت کنید که روغن سرد باشد که به نام FIRST COLD PRESSED ""معروف است ، زیرا در اثر حرارت دادن، روغن کنجد خواص خود را از دست می دهند .

خواص مفید کنجد برای سلامتی بدن

از نظر طب قدیم ایران، کنجد گرم است . کنجد بسیار مغذی است و در اکثر کشورهای فقیر به عنوان جانشین گوشت بکار می رود . خواص مفید کنجد به شرح زیر است :

۱) برای چاق شدن و تقویت نیروی جنسی موثر است.

۲) برای رفع قولنج کنجد را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید و به مقدار نصف وزن کنجد ، مغز بادام پوست کنده را به آن اضافه کنید. سپس آنها را پودر کنید و هر روز به مقدار یک قاشق سوپ خوری از آن بخورید .

۳) کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد .

۴) نرم کننده معده و روده است.

۵) کره کنجد که در کانادا بنام تاهیتی معروف است و شبیه ارده می باشد ، غذای خوبی برای رشد بچه هاست.

۶) برگ کنجد را اگر به سر بمالید، باعث رشد و سیاهی موی سر می شود.

۷) ارده نرم کننده معده و روده هاست.

۸) کنجد فشار خون بالا را کاهش می دهد.

۹) کنجد ضد رماتیسم است.

۱۰) برای رفع ناراحتی کیسه صفرا مفید است.

۱۱) دم کرده برگ کنجد، اسهال خونی را برطرف می کند.

۱۲) روغن کنجد برای رفع تنگی نفس ، سرفه خشک و زخم ریه مفید است.

۱۳) روغن کنجد سوزش ادرار را رفع می کند.

۱۴) از روغن کنجد به جای روغن زیتون در سالاد استفاده کنید.

۱۵) کنجد با تمام فوایدی که دارد برای معده ی ضعیف مناسب نیست، زیرا هضم آن سنگین است . این گونه اشخاص باید آن را با عسل وسرکه بخورند .

ویتامین F چیست؟

ویتامین F یک اسید چرب ضروری است که باعث تشکیل لایه هایی در پوست می شود که از سلول های پوستی محافظت و از خشکی و خرابی پوست جلوگیری می کند. همچنین باعث انتقال سایر ویتامین ها در پوست می شود.

کنجد؛ تقویت‌کننده مو

هرچند نانوایی‌ها امروزه با پاشیدن چند دانه کنجد مشتریان خود را با عنوان نان کنجدی فریب می‌دهند، اما اگر خوردن کنجد را در برنامه غذایی خود قرار دهید، موهایی پرپشت و مقاوم خواهید داشت.

متخصصان تغذیه می‌گویند روغن کنجد علاوه بر تقویت موها، برای رفع تنگی نفس، سرفه خشک و زخم ریه هم مفید است. همچنین سوزش ادرار را برطرف می‌کند.

دم‌کرده برگ کنجد هم اسهال خونی را درمان می‌کند و خوردن این دانه گیاهی برای رماتیسم، فشار خون بالا و ناراحتی کیسه صفرا مفید است.

در طب سنتی برای رفع قولنج، کنجد را آسیاب و با سرکه مخلوط می‌کردند و با افزودن مغز بادام پوست‌کنده هر روز به مقدار یک قاشق سوپخوری میل می‌کردند.

ارده کنجد به همراه خرما غذایی مقوی برای رشد کودکان و همچنین کارگران یدی است. این دانه‌های ریز سفید و سیاه، قوای جنسی را تقویت می‌کند و نرم‌کننده معده و روده‌هاست.

خوردن یک قاشق غذاخوری کنجد موجب تامین مقداری از نیاز کلسیم خانم‌ها شده و اگر آنها عادت به بلند کردن ناخن‌هایشان داشته باشند با مصرف کنجد ناخن‌هایشان محکم‌تر شده و ترک و شکنندگی بر روی این عضو که جزئی از زیبایی انگشتان است

دیده نمی شود.

شاید بدانید که کمبود روی چه اثراتی بر زیبایی دارد آکنه را کمتر می کند و از نازک شدن موها جلوگیری می کند و مانع ریزش موها خصوصا در خانم‌ها می‌شود و در ضمن به دلیل توام شدن این ماده مغذی با ویتامین E این اثرات صد چندان شده و می‌توان از خواص ضدچروک و سفیدکنندگی (ضدلک) این ویتامین استفاده کرد.

چربی های موجود در کنجد

حتما می‌دانید که کنجد چربی بسیاری دارد اما این چربی از نوع گیاهی و چند باندی است. این روغن دارای اسیدهای چرب ضروری است که در ساختمان پوست به عنوان یک جز اصلی محسوب می‌شوند و در صورتی که کمبودی از این مواد مغذی ایجاد نشود پوست کاملاـ یکنواخت و نرم و لطیف به نظر می‌رسد و جالب است بدانید که وجود همین چربی‌هاست که اگر با یک منبع پروتئینی دریافت شود (کنجد به همراه چربی پروتئین قابل توجهی دارد) به ترمیم موهای آسیب دیده پرداخته و از خشکی بیش از حد این عضو نیز جلوگیری می کند و موجب راحتی افرادی می‌شود که سال‌هاست از خشکی مو رنج برده و همواره از شانه زدن و رنگ کردن موهای خشکشان می‌هراسند.

امروزه از روغن کنجد خصوصا کنجد سیاه در تهیه انواع فراوده‌های آرایشی و بهداشتی خصوصا محصولاتی که برای رفع انواع خشکی‌ها تجویز می‌شوند استفاده می‌شود.

معمولا در ترکیب انواع کرم‌ها و ماسک‌ها و شامپوهای ترمیمی از این روغن استفاده شده تا خاصیت درمانی آنها چند برابر شود. در آخر شما را با ماسکی که با روغن کنجد تهیه می‌شود و برای تقویت موهای خشک و آسیب‌پذیر توصیه می‌شود آشنا می کنیم.

قبل از هر چیز باید بگوییم که شما می‌توانید از این ماسک بسته به موهایتان هفته‌ای? تا ?بار بعد از شستشوی آنها در حمام استفاده کنید.

نکاتی جالب از کنجد:

مخلوط کردن برگ کنجد با حنا جهت مشکی کردن مو نیز نتایج نیکو دارد و نیز جوشانده برگ آن برای دراز شدن و مشکی شدن مو نافع است .

روغن کنجد برای جلای مو بسیار مفید و بهترین روغنهاست . دهاتیهایی که هنوز روغن کنجد می خورند عمر زیادتری می نمایند و تا هشتاد سالگی تقریبا جوان هستند . برای اولین بار چند دانشمند فرانسوی در ترکیه به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده و مصرف آنرا در اروپا معمول کردند و امروز غذاهای اختصاصی از آن می سازند و می فروشند و اکنون ترکیبی از آن به نام تامینا معروف می باشد ودر فرانسه معمول است . تامینا لغتی است ترکی به معنی کنجد و ترکیبی از آن است .

در گذشته یک دانشمند آمریکایی که درهند به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده بود یک سلسله امتحانات علمی را درباره آن شروع نمود و به این موضوع پی برد که این گیاه دارای مواد سفیده ای و چربی است و از همه مهمتر اینکه مواد سفیده ای این گیاه به طور خام نیز قابل هضم است و دارای پانزده نوع مواد سفیده ای است و برای کسانی که نمی خواهند گوشت بخورند خوردن آن تقریبا واجب است و می توان آن را گوشت گیاهی نامید . لسیتین این گیاه حتی از باقلای هندی بیشتر است .

لسیتین چربی فسفر داری است که وجود آن برای نسوج و اعصاب نهایت لزوم را دارد ؛ و مغز و غدد انسان احتیاج زیادی به آن دارد . تقویت قوه حافظه بشر احتیاج زیادی به این ماده دارد و مغز انسان بیش از سایر حیوانات ازاین ماده دارد و سر موفقیت بشر و پیشرفت آن در عالم تمدن مرهون همین لسیتین است که در گوشت و زرده ی تخم مرغ و گیاههایی مانند : باقلای چینی ، ماش ، قره ماش ، خرفه ، و کنجد وجود دارد .

در امتحانات تشریحی ثابت شده که بیماران فکری در اعصابشان مقدار لسیتین پایین آمده است و در نتیجه خوردن اکسیر لسیتین به

سرعت معالجه می شوند ، کلیمی ها کنجد زیاد می خورند و زیاد زیرک می باشند. کنجد معدن مواد معدنی قابل جذب است و دارای ؛ منیزیم، کلسیم ، آهن ، سیلیس ، آلومینیوم ، کورم ، مس ، نیکل ، سدیم و چندین فلز و شبه فلز دیگر است . اثر کنجد بیشتر در اثر داشتن ویتامینهای زیاد آنست مخصوصا ویتامینهای ب و ویتامین های ف که فراوان دارد .

برتر از همه داروها

غذایی که بر هر دارویی ترجیح دارد کنجد است که تقریبا بیشتر مواد مورد ساختمان بدن را داراست . لذا یک غذای قیمتی و پر ارزش برای انسان متمدن است . دارای خواص گوشت است ولی ضرر آن را ندارد .

قوت ، جوانی ، تعادل زندگانی و صحت را به انسان می بخشد . طعم گوارای آن مورد توجه شکم پرستان می باشد و به خوبی آسانی برای انسان در هر سنی که باشد قابل هضم است . کنجد برای زن ، مرد ، بزرگ و کوچک برای ادامه ی حیات و طول عمر مفید است ، اثر آن در تعویض سلولهای کهنه ی بدن بسیار سریع است و در تسهیل تفکر عمل آن قابل تحسین است و در رفع آلامی مانند : سرطان ، سل ، کم خونی بی نظیر می باشد . در زندگانی جدید که فکر بشر بیش از سایر اعضای بدن او به کار می رود کنجد از نان واجبتر است .

خلاصه کنجد غذای کسانی است که می خواهند عمر زیاد توام با سلامتی داشته باشند . بهترین وسیله راحتی و بیمه کننده جوانی شما کنجد است .

منبع:سایت پزشکان ایران

تاثیر گیاه کلم در درمان سرطان معده

مقاله زیر بررسی تاثیر آلکالوئید سولفورافان گیاه کلم (Brassica oleracea) در درمان سرطان معده و مزایای این گیاه مفید را شرح می دهد .

چکیده:

انسان جزئی ازطبیعت است وبه طورمسلم برای هربیماری ،طبیعت گیاه درمان آن راعرضه کرده است.انسان هرچه به طبیعت نزدیک شود سالم تر شده وبیشترعمرمی کند .بهره گیری از گیاهان دارویی استمداد از طبیعت در جهت سالم زیستن است. کلم با نام علمی (Brassica oleracea) ازخانواده Cruciferae گیاهی یک ساله و دوساله که دارای برگ های ناصاف و موجدار بوده و میوه آن بصورت خورجین، دراز و باریک میباشد کلم خودرو و بومی سواحل انگلستان و مدیترانه است. واریته های مختلف کلم در سراسر دنیا بعنوان سبزی کشت می شود. کلم غنی از ویتامین A، B۱، B۲ و C می باشد.این گیاه حاوی آلکالوئیدهای سولفورافان، ایندول و ایزوتیوسیانات است که قسمت مورد استفاده ی دارویی آن ریشه و برگ های آن می باشد. از نظر خواص درمانی گیاه کلم محرک قوای جنسی، صاف کننده صدا، تسکین دهنده دردهای زانو، درد مفاصل، خواب آور، نیرو بخش بوده و ضماد برگ کلم خودرو و یا کشت شده که به صورت خردشده برای تورم و آماس و تومورها و درد مفاصل استعمال می شود. برگ کلم خودرو به صورت خام یا پخته شده به هضم غذا و از بین بردن سموم موجود درکبد کمک می کند. مهمترین خواص دارویی گیاه کلم در درمان سرطان معده می باشد. این بیماری بر اثر ایجاد باکتری هلیکوباکترپیلوری وعدم تعادل در تقسیم سلولی که باعث ایجاد تومور می شود به وجود می آید. آلکالوئید سولفورافان با از بین بردن باکتری هلیکوباکترپیلوری که در معده باعث ایجاد زخم معده و سرطان معده می شوند، آن را درمان می کند. استفاده ازکلم در یونان به ۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح بر می گردد و جایگاه ویژه ای در طب سنتی دارد، لذا شناخت و آگاهی از خواص دارویی متعدد آن می تواند در حفظ سلامتی جامعه ی ما نیز نقش بسزایی داشته باشد. هدف از این مقاله، تحقیق و بررسی خواص دارویی گیاه کلم در درمان سرطان معده می باشد.

مقدمه:

طبیعت سرشار از زیبایی، اعجاز و سخاوت است. پروردگار طبیعت را به ما ارزانی داشت تا درآن زندگی کنیم و به بهترین وجه از آن بهره گیریم. تمام گیاهان موجود در طبیعت، ازدرختان سر به فلک کشده در جنگل ها تا بوته های خار بیابان های تفتیده، از هر نظر مهم و با ارزش وآیت روشنی از دانش وعظمت خداوند هستند. انسان ازبدو خلقت از گیاهان استفاده های متعددی می کرده و جهت بقای خود نیازمند به آنان بوده اند.آنان در تغذیه ،تهیه پوشاك ، ساخت مسکن و لوازم زندگی و بسیاری ازموارد دیگر از گیاهان استفاده می کردند. یکی از موارد مهم استفاده از گیاهان از دیر باز تا کنون ، درمعالجه ودرمان بیماری ها بوده است. طی سالیان متمادی داروهای گیاهی اساس درمان بیماریهای گوناگون محسوب می شد. قدیمی ترین اطلاعات ثبت شده در مورد استفاده از گیاهان در عصر ساختن اهرام مصر یعنی حدود چهار هزار سال قبل است. طبق اسناد به دست آمده، از سیر و پیاز در تغذیه کارگران سازنده اهرام استفاده می شده وبرخی گیاهان هم درمداوای بیماریها به کارگرفته می شده است همچنین از گیاهان مختلف در حفظ اجساد و جلوگیری ازفساد آنها، تهیه روغن های طبی و مواد ضد سم، عطریات و لوازم آرایشی زنان استفاده می شده و استفاده از گیاهان دارویی در ایران قدمت بلندمدتی برخوردار است[۱]. در دوران هخامنشی طب گیاهی در ایران گسترش چشم گیری داشت و علاوه بر تجربیاتی که در کشور به دست آمده بود، ازیافته های یونانیان هم استفاده می شد. پس از ظهور اسلام و افزایش شوق آموختن در ایرانیان، دانش طب گیاهی نیز پیشرفت چشمگیری یافت. به عنوان مثال درکتاب" قانون "ابن سینا پزشك عالی قدر اسلامی که در عالم پزشکی شهرت جهانی دارد، بسیاری از گیاهان دارویی و نسخه های طبیعی آورده شده است و این کتاب نزدیك به چهارصد سال در دانشکده های پزشکی اروپا تدریس می شد. در اوایل قرن بیستم پیشرفت علم شیمی منجر به توسعه صنعت داروسازی و تهیه داروهای شیمیایی گشت و از آن زمان به بعد هر روزه داروهای شیمیایی جدیدی به وسیله دانشمندان ساخته و به بازار عرضه می شود. اگر چه داروهای شیمیایی به نسبت داروهای گیاهی، بیماریها راسریع تردرمان کرده واثر قوی تری دارند اما پیامدهای سوء ناشی از مصرف آنان نیز بیشتر از داروهای گیاهی است. مصرف طولانی و برخی موارد مقطعی داروهای شیمیایی عوارض خاصی در بدن برجای می گذارد که عوارض جانبی نامیده می شوند وممکن است ناراحتی های تازه ای برای بیمار ایجاد کند. به همین جهت امروزه بسیاری از متخصصان پزشکی و داروسازی معتقدند باید بیماران را به سوی مصرف گیاهان دارویی سوق داد و در راستای همین هدف دردهه اخیر، داروسازان ازعصاره های گیاهی داروهای متنوعی را ساخته و به بازار عرضه کرده اند که اثرات مثبت آن ها مورد تایید همه قرار گرفته است[۳]. گیاهان دارویی حاوی روغن های عطری، آلکالو ئیدها مواد پروتئینی، ملاونوئیدها و مواد لعاب دار است. گیاه کلم به عنوان یک گیاه مهم درصنایع دارویی مورد توجه قرار گرفته است. استفاده از کلم در یونان به ۶۰۰ سال قبل از میلاد مسیح باز می گردد. در آن زمان عوام از این گیاه برای جلوگیری از معده ریزی ها، درمان زخم، درد مفاصل و صاف کننده صدا استفاده می کرند. به علت وجود آلکالوئیدهای ارزشمند در پیکر رویشی و ریشه ی کلم در اکثر فارماکوپه ها به عنوان یک گیاه دارویی بسیار مهم معرفی و خواص آن نیز بیان شده است. این گیاه به علت دارا بودن آلکالوئیدهای مهم نظیر" سولفورافان "و" ایزوتیوسیاتات "که هر دو اثر آنتی نئوپلازی (ضد تومور) دارند، اهمیت خاصی در داروسازی داشته و حدود ۳۰ سال است که دراین صنایع مورد استفاده قرار می گیرد. این مواد مواد در شیمی درمانی برخی سرطان ها نیز کاربرد دارند[۴]. سولفورافان در بیماران سرطان معده سیستم دفاعی بدن را تقویت کرده و باکتری هلیکوباکتریپلوری را که باعث زخم معده و سرطان معده می شوند را ازبین برده و سرطان معده را درمان می کند. این گیاه در کشور های روسیه ، انگلستان و آلمان در سطح وسیع کاشته می شود.[۲]

مشخصات گیاه کلم:

کلم با نام علمی (Brassica oleracea) ازخانواده Cruciferae می باشد. کلم گیاهی است گیاهی یک ساله و دوساله که

دارای برگ های ناصاف و موجدار بوده و میوه آن بصورت خورجین، دراز و باریک میباشد کلم خودرو و بومی سواحل انگلستان و مدیترانه است. واریته های مختلف کلم درسراسر دنیا بعنوان سبزی کشت می شود[۵]. کلم غنی از ویتامین A، B۱، B۲ و C می باشد.این گیاه حاوی آلکالوئیدهای سولفورافان، ایندول و ایزوتیوسیانات است که قسمت مورد استفاده ی دارویی آن ریشه و برگ های آن می باشد. از نظر خواص درمانی گیاه کلم محرک قوای جنسی، صاف کننده صدا، تسکین دهنده دردهای زانو، درد مفاصل، خواب آور، نیرو بخش بوده و ضماد برگ کلم خودرو و یا کشت شده که به صورت خردشده برای تورم و آماس و تومورها و درد مفاصل استعمال می شود. برگ کلم خودرو به صورت خام یا پخته شده به هضم غذا و از بین بردن سموم موجود در کبد کمکک می کند دارد[۶].

سابقه درمانی کلم:

استفاده ازکلم دریونان به ۶۰۰ سال قبل ازمیلاد مسیح باز می گردد.درآن زمان عوام ازاین گیاه برای جلوگیری از خون ریزی ها ، درمان زخم ، درد مفاصل و صاف کننده صدا استفاده می کرند.. به علت وجود آلکالوئید های ارزشمند در پیکر رویشی وریشه ی کلم در اکثر فارماکوپه ها به عنوان یک گیاه دارویی بسیار مهم معرفی و خواص آن نیز بیان شده است.این گیاه به علت دارا بودن آلکالوئید های مهم نظیر " سولفورافان " و " ایزوتیوسیاتات " که هردو اثرآنتی نئوپلازی (ضد تومور)دارند، اهمیت خاصی درداروسازی داشته و حدود ۳۰ سال است که در این صنایع مورد استفاده قرار می گیرد.[۷]

خواص درمانی کلم:

کلم یکی از سبزی های معروف خوراکی است که تاریخی کهن دارد. کلم اقسام مختلفی دارد و به رنگ های گوناگون است. مانند : کلم سبز، کلم قرمز، کلم قمری. کلم، رخسار را جلا‌ـ می دهد و نیکو می سازد و خواب آور بسیار خوبی است و حرکت کودکان نو پا را آسان می گرداند. مصرف این گیاه ، صدا را صاف می کند.کلم پخته، بدن را از اخلاط فاسد و عرق زیاد پاک می کندو در درمان سرفه و درد کمر و زانو موثر است. تخم کلم، ضد خونریزی لثه و ضد کرم دستگاه گوارش ، ضد کم خونی بوده و قوه بینایی و نور چشم را افزایش می دهد[۸]. مداومت در خوردن کلم، باعث از بین رفتن سنگ های ادراری و تناسلی خواهد شد. کلم به علت دارا بودن مواد گوگردی برای خارش و شستشوی موی سر شوره دار، داروی بسیار خوبی است. این گیاه تصفیه کننده خون است که دارای یک اسانس سلفوره بوده و برای معالجه کرم امعاء به کار می رود[۱۰]. برای درمان زخم های عمیق و زخم های سرطانی، پماد برگ کلم با آرد جو مفید است. سوخته کلم برای درمان جوش های دهان، رفع زردی دندان و جلوگیری از ریزش مو مؤثر است. برای این منظور باید سوخته کلم را در محل مورد نظر بمالند و این کار را تکرار کنند تا اثر خود را ببخشد. خوردن ۶/۲۵ گرم تخم کلم که با آب پخته شده باشد، لکه های پوستی را برطرف می کند. شیره کلم خام، برای تقویت خون اشخاصی که کمبود آهن دارند مفید است. شیره کلم خام، غشاهای مخاطی معده و روده ها را پاکیزه می کند[۹]. برگ کلم له شده، برای درمانی ناراحتی های پوستی مؤثر است.کلم اکسیری است که دوای همه دردهاست و تمام اعضای بدن از آن استفاده می کنند و هیچ دردی نیست که در مقابل کلم دوام آورد. کلم زخم های بواسیر را التیام می دهد. کلم سنگینی گوش را درمان می کند.برگ های خام کلم سبز یا قرمز را قبل از غذا به صورت سالاد بخورید. زیرا برگهای کلم مقدار زیادی کلسیم و گوگرد دارد که برای تقویت خون بی اندازه مفید است و سالاد برگ خام کلم، بهترین درمان کم خونی است[۱۱].مصرف سوپ کلم برای معالجه برونشیت و سرفه شدید مفید است. برگ کلم سفید یا قرمز در معالجه امراض کبد و یرقان (زردی) نتایج مؤثری دارد.کلم بهترین داروی طبیعی برای معالجه اسهال است، برای این منظور باید برگ کلم یا گل کلم را با آب بپزید و فلفل و کره به آن چاشنی کنید و با کره و نان برشته به عنوان غذا مصرف کنید.مصرف کلم، بیماری نفریت (ورم چرکی کلیه) را درمان می کند[۱۲].مصرف کلم برای مبتلایان به نفریت به سبب دفع سموم موجب تسکین درد می شود.اگر برگ کلم را به وسیله گذاردن

اطوی داغ روی آن به صورت پماد در آورده و روی جاهایی که در بدن درد می کند بگذارید این مرهم (ضماد) برای تسکین درد اعصاب و رماتیسم و سیاتیک مؤثر است[۱۴].مصرف شربت کلم، روزانه سه قاشق و هر بار یک قاشق قهوه خوری تمام کرم های بدن را دفع می کند.کلم به علت داشتن آهک زیاد، ارسنیک و ید، یکی از غذاهای بسیار عالی و مفید است و برای درمان سستی استخوان، سل و کم خونی نظیر ندارد.در کلم املاح سولفات، نیترات دوپتاس، اکسیدهای آهن و گوگرد (اسانس گوگرد) وجود دارد[۱۵].

معرفی بیماری سرطان معده:

معده یکی از اعضای موجود در شکم و بخشی از دستگاه گوارش است و مثل هر یک از اعضای دیگر بدن مستعد ابتلا به سرطان است. پس از اینکه غذا جویده و بلعیده شد، از طریق لوله‌ای به نام مری، از دهان وارد معده می‌شود. معده عضوی کیسه مانند و دارای ۵ قسمت مختلف است که ترشحات مختلفی برای هضم اولیه ی غذا ترشح می کند. سرطان در هر کدام از این مناطق پنج گانه ممکن است شروع شود و گاهی علائم و میزان بهبودی برحسب محل ابتلا متفاوت است. داخلی‌ترین لایه، لایه ی مخاطی نامیده می‌شود و اکثر سرطان‌های معده نیز از این قسمت شروع می‌شود. هر چه سرطان به بافت‌های زیرین نفوذ کند، احتمال بهبودی نیز کاهش می‌یابد[۱۶]. سرطان معده عبارت است از رشد خارج از کنترل سلول‌های بدخیم در معده و از دسته سرطان‌هایی است که طی سالیان و به آرامی رشد می‌کند، ولی قبل از اینکه سرطان به معنای واقعی ایجاد شود، تغییراتی در لایه‌های معده ایجاد می‌شود. متأسفانه در مراحل ابتدایی علائم چندانی دیده نمی‌شود و شاید به همین دلیل، سرطان معده در مراحل ابتدایی به سختی تشخیص داده می‌شود. عفونت بانوعی باکتری به نام" هلیکو باکتر پیلوری "نیز منجر به گاستریت (زخم و التهاب معده) مزمن می‌شودکه معمولاـ در اکثر افراد موجب سرطان معده می شود. کشیدن سیگار، مصرف الکل و سابقه جراحی روی معده که قبلاً به منظور کنترل زخم انجام شده باشد، از دیگر دلایل ابتلا به این بیماری می باشد[۱۳].

علایم سرطان معده و درمان گیاهی آن:

علایم سرطان معده عبارتند از: درد در ناحیه شکم (قسمت فوقانی، میانی شکم و اپی گاستریک) و احساس توده در شکم (که از علایم دیررس و پیشرفته این بیماری می باشد)، احساس خستگی و ضعف و بی حالی که می تواند این علایم ثانویه ی کم خونی باشد. همچنین بی اشتهایی، به ویژه بی اشتهایی به غذاهای گوشتی و کاهش وزن که گاهی با اتساع شکم و آسیت (جمع شدن آب در شکم) همراه می شود. ممکن است همراه با توده باشد که دراین صورت می تواند باعث انسداد روده گردد[۱۷]. گاهی نیز بیماران با علایم متاستاتیک به پزشک مراجعه می کنند مانند درگیری غدد لنفاوی ناحیه گردن که باعث بزرگی در این ناحیه می شود و یا علایم دیگر متاستاز مانند زردی و برآمدگی شکم که نشانه درگیری کبد است. مهمترین عامل ایجاد این سرطان باکتری هلیکو باکتر پیلوری می باشد.آلکالوئید سولفورافان موجود در گیاه کلم با از بین بردن باکتری هلیکوباکترپیلوری که در معده باعث ایجاد زخم معده و سرطان معده می شوند، آن را درمان می کند[۱۴].

نتایج و بحث:

سابقه درمان بیماری ها با گیاهان دارویی به قدمت تاریخ زیست انسان بر روی کره زمین است و انسان به کمک گیاهان دارویی خود را درمان کرده و می کند . انسان تنها با دارو های شیمیایی درمان نمی شود بلکه همه عوامل طبیعی نقش درمان را داردودارو نهایتا نقش پیشگیری را در برابربیماری ها ایفا می کند.وجود گیاهان در طبیعت یکی از نعمت های بزرگ الهی محسوب می شود. سرطان معده یکی از بیماری های شایع است که نتیجه عفونت با باکتری هلیکو باکتر پیلوری می باشد که آلکالوئید سولفورافان موجود در گیاه کلم از بین بردن این باکتری آنرا درمان می کندو این یک راه درمان گیاهی برای یک بیماری خطرناک سالانه جان میلیون ها انسان را می گیرد می باشد.

منابع مقاله:

۱- م، قاسمی(۱۳۸۲). درمان بیماری ها به کمک داروهای گیاهی. نشر تیهو

۲- بی نام – ۶/۶/۸۶- شبکه تحقیقات گیاهان دارویی – www.mprn.ir

۳- بی نام – بانک اطلاعات داروهای گیاهی و گیاهان دارویی ایر طب – www.irteb.com

۴- بی نام – ۶/۵/۸۷ – ایران نیوز – www.irannews.com

۵- ه.صمصام شریعت(۱۳۸۶). گزیده گیاهان دارویی.نشرمانی

۶- ع،زرگری(۱۳۷۱). گیاهان دارویی، جلد سوم. انتشارات تهران

۷- ح،میرحیدر(۱۳۷۳). معارف گیاهی. نشر فرهنگ اسلامی

۸- ع،یزدی(۱۳۷۸). خواص برخی خوراکی ها و گیاهان دارویی. نشر نجابت

۹- Duke, J. A. et al. ۲۰۰۲. CRC Handbook of medicinal herbs. (CRC MedHerbs ed۲)

۱۰- Tutin, T. G. et al., eds. ۲۰۰۶. Flora europaea, second edition

۱۱- Facciola. S. Cornucopia - A Source Book of Edible Plants. Kampong Publications ۱۹۹۰

۱۲- Parmar. C. and Kaushal.۲۰۰۱. M.K. Wild Fruits of the Sub-Himalayan Region. Kalyani Publishers. New Delhi. ۲۰۰۵

۱۳- Kunkel. G.۲۰۰۳. Plants for Human Consumption. Koeltz Scientific Books ۱۹۸۴

۱۴- Koppikars Clinical Experience ۷۰ years in Homoeopathy by S.P.Koppikar.۲۰۰۲

۱۵- ۲۰۰۳. Dermatology for Homoeopaths by Ramji Gupta & R.K.Manchanda.

۱۶- Chiej. R. Encyclopaedia of Medicinal Plants. MacDonald ۲۰۰۴

۱۷- Lust. J. The Herb Book. Bantam books ۱۹۸۳ ISBN ۰-۵۵۳-۲۳۸۲۷-۲

منبع: http://www.foodna.ir

خواص سیر و خواندنی های درباره آن

آنچه مطالعه می کنید مطالبی درباره خواص سیر ،انواعد آن ، مزایا ،مضرات ،خصوصیات گیاه شناسی این گیاه و سوال رایج برای از بین رفتن بوی دهان بعد از مصرف آن را دربر دارد .

خواص طبی سیر

سیر از مدت‌ها پیش، برای کاربردهای پزشکی مورد استفاده قرار گرفته است و بیشترین مورد استفاده آن در سال‌های اخیر برای موارد قلبی – عروقی و خاصیت ضد میکروبی آن بوده است. ترکیبات سولفور شامل آلیسین، ظاهرات ترکیبات فعالی در ریشه پیاز گیاه سیر است.

مطالعات نشان دهنده تاثیرات مهم اما علائم کاهش دهنده چربی و فعالیت ضد پلاکتی هستند. معمولا اثرات جانبی مصرف سیرخفیف و غیر متداول است. سیر ظاهرا تاثیری بر متابولیسم داروها ندارد، اما بیمارانی که از داروهای ضد انعقاد استفاده می‌کنند، باید در مصرف سیر احتیاط کنند. از این رو افرادی که جراحی می‌کنند باید ۷ تا ۱۰ روز پیش از جراحی از خوردن سیر خودداری کنند چرا که سیر زمان خونریزی را طولانی‌تر می‌کند. سیر هزاران سال برای اهداف پزشکی مورد استفاده داشته است. این گیاه حداقل ۳۰۰۰ سال در طب چین کاربرد داشته است. مصریان، بابلی‌ها، یونانی‌ها و رومی‌ها از سیر برای موارد شفابخش استفاده

می کرده‌اند.

در جنگ‌های جهانی اول و دوم نیز از سیر بعنوان ماده ضد عفونی کننده برای پیشگیری از قانقاریا استفاده می‌شود. در طول تاریخ، سیر در سرتاسر دنیا برای درمان ناراحتی‌های مختلف شامل فشار خون بالا، عفونت‌ها و مارگزیدگی‌ها استفاده شده و برخی فرهنگ‌ها از آن برای دفع ارواح شیطانی استفاده می کردند. در حال حاضر از سیر برای کاهش میزان کلسترول و کاهش خطر بروز بیماری‌های قلبی - عروقی و نیز برای بهره مندی از خواص ضد میکروبی آن استفاده می‌شود.

پیاز ریشه گیاه سیر مصرف پزشکی دارد. از آن می‌توان به صورت تازه، خشک و یا روغن گرفته شده استفاده کرد. از آنجا که برخی ترکیبات مفید در این گیاه در اثر حرارت دیده غیر فعال می‌شوند، لذا سیر پخته قدرت طبی کمتری دارد. سیر تاکنون در سطح وسیعی در آزمایش‌های بالینی بر روی حیوانات و انسان و در لوله آزمایش و در بررسی‌های اپیدمیولوژیک برای خواص چندگانه پزشکی آن مورد مطالعه قرار گرفته است. کیفیت آزمایش‌ها بر روی انسان متفاوت بوده است که مقایسه را در آزمایش‌های مختلف دشوار کرده است. در بسیاری از آزمایش‌های کلینیکی متنوع و اتفاقی تاثیرات سیر برروی سطح لیپید (چربی) مطالعه شده است.

در آزمایشاتی در سال‌های ۱۹۹۳ تا ۱۹۹۴ صورت گرفت، مشخص شد که مصرف سیر در کاهش سطح کلسترول خون نقش اساسی دارد. بر اساس توصیه‌های مهم کلینیکی، به بیماران گفته می‌شود که سیر تاثیر خفیف و کوتاه مدت در کاهش چربی خون دارد. بیمارانی که سابقه ابتلا به بیماری ترومبوس (تشکیل لخته خونی در عروق یا قلب) را دارند باید بدانند که سیر می‌تواند تاثیر اندک اما مهم به روی تجمع پلاکت‌ها داشته باشد. به علاوه باید به بیماران توصیه شود که این گیاه خاصیت کاهش خطر ابتلا به سرطان بویژه سرطان معده و روده را دارد.

سیر از منظر گیاه شناسی

نحوه استفاده : خوراکی

خواص : سیر Garlic

نام علمی Allium sativum

گیاه شناسی

سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد . قسمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سفید می باشد . برگهای آن باریک و نواری شکل برنگ سب تیره و گلهای آن کوچک و صورتی رنگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود .

سیر وپیاز رابطه ای نزدیک با هم دارند که شاید بدلیل بوی بد آنها می باشد .

در مصر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار می رفته است . هومر شعر باستان در نوشته های خود از آن یاد برده است .

مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می شناختند و از آن استفاده می کردند .

بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است .

انواع سیر

۱-سیر آمریکایی بنام Greole نامیده می شود . این نوع سیر دارای پوست سفید بوده و از انواع دیگر قوی تر است .

۲-سیر تاهیتی که از بقیه درشت تر است و گاهی قطر آن به ۸ سانتیمتر می رسد .

حضرت محمد (ص) برای سیر ۷۰ خاصیت مختلف قائل شده اند و می فرمایند :

از سبزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دوای هفتاد درد است اما آنکس که سیر وپیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود .(به علت بوی بد دهان)

خواص داروئی:

طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می شود برای تغییر طعم غذا مصرف می شود .

۱)سیر بادشکن وضد عفونی کننده است .

۲)خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می دهد .

۳)سیر کرم کش است .

۴)سیر محرک و تقویت کننده بدن است .

، برای درد گلو میتوانید یک حبه از سیر را رنده کرده و یک قاشق مربا خوری آبلیمو به آن اضافه نمایید سپس میل کنید، اگر این کار را چند بار انجام دهید برای درد گلو داروی مفیدی میباشد. سیر داروی سرماخوردگی و زکام است .

۶)سیر اثر خوبی در معالجه سل دارد

۷)سیر خون را رقیق می کند

۸)سیر اثر خوبی در تنگی نفس دارد

۹)خوردن مداوم سیر لقوه و رعشه را از بین می برد .

۱۰)سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را خوب می کند.

۱۱)سیر درمان کننده دردهای مفاصل ، سیاتیک و نقرس می باشد .

۱۲)سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است .

۱۳)آنهائی که قطره قطره ادرار می کنند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود .

۱۴)سیر زخم های ریه و درد معده را از بین می برد .

۱۵)سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد .

۱۶)سیر را با زیره بپزید برای تقویت دندان مفید است .

۱۷)مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد .

۱۸)سیر را بسوزانید وبا عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است .

۱۹)سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است .

۲۰)برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید .

۲۱)جهت رفع دردهای رماتیمسی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است .

۲۲)جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید :

مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود . مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است .

۲۳)جدیدا در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضدعفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده میکنند .

۲۴)پاستور پزشك معروف فرانسوى آزمايشات زيادى روى سير انجام داد و اثر باكترى كشى سير را تائيد كرده است .

۲۵)سير ضد انعقاد و لخته شدن خون است .

۲۶) در شوروى سير بنام پنى سيلين معروف است و معمولا هنگاميكه آنفولانزا شيوع دارد، مصرف آن بالا مى رود درچندسال پيش كه آنفلوانزا شيوع پيدا كرد مردم شوروى ۵۰۰ تن سير مصرف كردند .

۲۷)خوردن سير سلولهاى سرطانى را از بين مى برد .

۲۸)يكى از دانشمندان آمريكايى كه در دانشگاه فلوريدا روى مرض ايدز تحققى مى كند معتقد است كه سير روى مرض ايدز اثر مثبت دارد .

۲۹)مصرف سير مقدر كلسترول خون را پائين مى آورد . مقدار LDH را كاهش مى دهد . مقدر مصرف سير براى اين منظور ۳۰ گرم در روز است . جالب است كه با مصرف سير در چند ماه اول مقدر كلسترول ممكن است بالا رود و اين بدين علت است كه كلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون مى شود كه از آنجا دفع گردد بعد از اينكه كلسترول بحالت نرمال رسيد بايد براى نگهدارى آن روزى نصف سير خام مصرف كرد . گ

۳۰)خوردن سير از سرطان جهاز هاضمه جلوگيرى مى كند .

۳۱)چينى ها قرن هاست كه براى پائين آوردن فشار خون از سير استفاده مى كنند

مضرات :

سير با آنكه خواص بسيارى دارد بايد بحد اعتدال مصرف شود زيرا استفاده زياد از آن در بعضى اشخاص موجب سردرد ، ضعف نيروى جنسى ، ضعف چشم و عوارض بواسير مى شود . سير براى آنهائيكه اسهال دارند مضر است

آنهائيكه معده ضعيف دارند و بطور كلى سيستم هاضمه آنها ضعيف است نبايد در خوردن سير افراط كنند .

كسانيكه يبوست دارند نبايد سير بخورند و براى رفع مضرات آن سير را بايد با آب و نمك پخته و كمى به آن روغن بادام يا كره اضافه كنيد تا مضر نباشد .

تاريخچه سير

يكى از قديمى ترين گياهان مورد مصرف غذايى و دارويى گياه سير است. قديمى ترين اسناد به جاى مانده در مورد سير مربوط به كتيبه هاى سومريان است كه از ۲۶۰۰ سال قبل از ميلاد مسيح به جاى مانده است.

همچنين سير يكى از مهمترين داروهاى مصر باستان است كه حداقل ۲۲ خاصيت درمانى براى آن قائل بوده اند و در پاپيروس هاى به جاى مانده از ۱۵۵۰ سال قبل از ميلاد مسيح ثبت شده است.

هرودوت مورخ مشهور يونان كه در ۴۵ سال قبل از ميلاد مسيح به مصر سفر كرده اند و در تاريخ خود مى نويسد: كارگران كه كه ساخت اهرام مصر رابه عهده داشته اند از مقادير زيادى پياز، تربچه و سير استفاده مى كرده اند هرودرت همچنين اضافه مى كند كه براى سيصد و شصت هزار كارگر سازنده اهرام مصر مقادير بسيار زيادى سير هر ساله جهت جلوگيرى از امراض عفونى مورد نياز و مصرف بوده است.

اقوام يهود مصارف و فوائد سير را از مصريان آموخته و سپس اين تجربيات را به بيرون از مصر انتقال دادند. در بازار دارويى، اشكال مختلف فراوده هاى سير وجود دارد كه بيش تر از همه به صورت تنطوره ، قرص و يا پرل هاى حاوى روغن هستند كه توضيحات خلاصه اى درباره آنها داده مى شود.

تنطور سير شامل عصاره ى آبى الكلى مواد موجود در سير است كه به طور تقريبى همان خاصيت سير را دارد ولى داراى بوى شديد بوده به همين دليل از آن كمتر جايى استفاده مى شود.

قرص سیر حاوی پودر سیر خشک شده است که بهترین شکل دارویی آن است و خواص آن تا حدودی شبیه سیر تازه است و مواد موجود در ان نیر حاوی اکثر موادی است که در سیر تازه وجود دارد.

بیش ترین فراوردهای سیردر جهان به این شکل است، و از آن جا که این قرص ها دارای روکش هستند، لذا دارای بوی سیر نبوده ولی بعد از خوردن کمی بوی سیر از دهان به مشام می رسد.

سوال مهمی که اکثر افراد دارند این است که آیا خواص سیر به شکل ترشی و یا در غذاهای پختنی و یا سرخ کرده نیز مانند سیر تازه است؟

از نظر علمی ، ترکیبات و مکانیسم اثر سیر تا حد زیادی پیچیده است و به طور مثال ترکیبات موجود در سیر تا زمانی که پوست حبه ها جدا نشده باشد با زمانی که سیر پوست کنده و خرد شود کمی متفاوت است، یعنی به محض له شدن سیر و مجاور شدن آن با هوا تغییراتی در آن روی می دهد.

چون مواد اصلی و موثر سیر نسبت به هوا و به ویژه حرارت حساس هستند. هر چه سیر بیش تر حرارت داده شود خواص آن کمتر می شود.

بنابراین اثر سیر در غذاهای پخته و سرخ شده به مراتب کم تر از سیر تازه است. همان بویی که در آشپزخانه از غذاهای پختنی و یا سرخ شده ی حاوی سیر به مشام می رسد مربوط به مواد گوگردی سیر است که بالاتر از ۶۰ درجه حرارت ، کم کم متصاعد می شوند.

هم چنین سیر وقتی به صورت ترشی در می آید دست خوش تغییراتی خواهد شد که به حرارات محیط ، سرکه زمان نگه داری و فاکتورهایی از این قبیل بستگی دارد ولی در اکثر موراد دارای خواصی شبیه به سیر است.

یک سوال رایج در مورد سیر :

نکته بسیار مهم دیگری که مورد سوال بسیاری از مصرف کنندگان سیر است این که بعضی افراد می پرسند آیا می توان حبه ی سیر را بدون جویدن بلعید تا هم بوی کم تری در دهان ایجاد کند و هم از خواص آن بهره مند شوند؟

بایـد گفت که تمام مواد موجود در گیاهان، در سلول های آن نگه داری شونـد. شـرط خروج این مواد از سلول ها له شدن یا پاره شدن و یا شکستن دیواره ی سلول هاست بنابراین تا وقتی که گیاهان به صورت له شده و یا پودر (خرد یا آسیاب شده) مورد مصرف قرار نگیرند. مواد موثر آن ها در بدن استخراج نشده و قسمت اعظم آن دفع می شود.

بنابراین هر چه سیر بیش تر له شود مواد بیش تری از آن در بدن آزاد می شود و در صورتی که به صورت حبه یا تکه های بزرگ مصرف شود، کمترین مقدار مواد موثر آن به بدن می رسد .

نکته ی دیگر این که برای از بین بردن کامل بوی سیر از دهان راهی وجود ندارد چون ترکیبات گوگردی سیر پس از وارد شدن به بدن و خون از راه ریه ها و پوست بدن دفع می شود و ارتباطی به دهان ندارد.

یعنی ترکیبات گوگردی که مسئول بوی سیر هستند در بازدم از ریه و با عرق بدن خارج می شوند لذا فقط بعضی مواد و یا خوش بو کننده ها می توانند به طور موقت و جزئی بوی دهان را تغییر داده و یا کمی بوی سیر را کاهش دهند .

منابع مقاله :

www.parsiteb.com
www.iranmania.com
www.persiandiet.com

منبع: http://www.foodna.ir

با کلم به جنگ سرطان بروید

به گفته محققان علوم غذایی ، مصرف انواع کلم برای سلامت انسان بسیار سودمند و مفید است. خانواده این گروه از سبزی‌ها شامل کلم برگ، کلم بروکلی، کلم بروکسل، گل کلم، کلم قمری و کلم‌پیچ است.

انواع کلم غنی از ویتامین C و اسیدفولیک و دارای عناصری نظیر ویتامین A ، بتاکاروتن، گوگرد، فسفر و کلسیم است. از مهم‌ترین خواص این خانواده خصوصا کلم بنفش، بروکلی و گل کلم می‌توان به تاثیر آنها در پیشگیری از سرطان اشاره کرد.

ایندول موجود در انواع کلم در ایجاد خاصیت ضدسرطانی آن نقش دارد، به همین دلیل این سبزی ها خطر سرطان روده، معده، سینه و ریه را تاحد بسیار زیادی کاهش می‌دهند. مطالعات آزمایشگاهی حاکی از آن است که کلم، میکروب‌کش قوی است و ویروس‌ها و باکتری‌های مولد بسیاری از بیماری‌های عفونی را از بین می‌برد. در یک لیوان کلم خام ۲۵ کالری، یک لیوان کلم پخته ۴۰ کالری و ۱۰۰ گرم گل کلم تنها ۱۰کالری انرژی نهفته است.

کلم بروکسل

قسمت مورد استفاده آن به طور معمول جوانه‌های متورمی است که در اطراف ساقه گیاه زیر چتر برگ‌ها بیرون می‌زند و به شکل غده‌های گوشتی سبز و سفت به اندازه فندق درمی‌آید. فولات موجود در این نوع کلم برای زنان باردار بسیار مفید است و مانع بروز نواقص سیستم عصبی جنین می‌شود. از سوی دیگر فولات در پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی مفید است. از این رو افرادی که یک بار دچار سکته شده‌اند، خوب است به صورت مرتب از این سبزی مصرف کنند. قابل ذکر است اثر کلم قرمز به خاطر لیکوپن موجود در آن برای این افراد چند برابر است.

کلم بروکلی

در میان خانواده کلم، بروکلی در پیشگیری از سرطان موثرتر است. دارای ماده‌ای به نام سولفورافان است که به طور محسوسی تعداد و اندازه و میزان تکثیر سلول‌های سرطانی را کاهش می‌دهد. ایندول موجود در آن استروژن اضافی را که باعث رشد تومورهاست، خنثی می‌کند. نقش بارز ویتامین‌های C، A و E در کلم بروکلی موجب شده تا از بروز بیماری‌هایی نظیر آلزایمر، بیماری‌های قلبی، آرتریت، التهاب مفاصل و کم‌خونی پیشگیری کند و مقدار بالای فیبر غذایی موجود در آن برای افراد دیابتی بسیار مفید است.

کلسیم موجود در بروکلی به همان میزان کلسیم شیر است، در نتیجه مصرف آن برای افرادی که به پوکی استخوان یا کمبود کلسیم دچارند، بسیار مفید است.

قابل ذکر است شیر علاوه بر کلسیم دارای ویتامین D می‌باشد، لذا منبع بهتری برای جبران کمبود کلسیم است. هنگام خرید کلم بروکلی باید به ساقه‌های ایستاده با رنگ سبز دقت کرده و از خرید آن با رنگ زرد خودداری کنید. قابل ذکر است مواد ضدسرطان موجود در جوانه‌های کلم بروکلی در مقایسه با بروکلی رسیده بیشتر است.

گل کلم

قسمت مورد استفاده این کلم، گل آذین آن است. آلیسین موجود در گل کلم موجب بهبود عملکرد قلب و کاهش خطر ابتلا به سکته می‌شود. سلنیوم موجود آن نیز با کمک ویتامین D موجب تقویت سیستم دفاعی بدن می‌شود. همچنین گلوکوسینولات موجود در گل کلم در اثر مصرف طولانی و مرتب در جلوگیری از بیماری آلزایمر موثر است و حافظه را تقویت می‌کند.برای بهره‌مندی بیشتر از مواد مغذی گل کلم بهتر است آن را به صورت خام به همراه کاهو و سایر سبزیجات میل کنید. این نوع سالاد ترشح ادرار را زیاد می‌کند. اگر هم قصد پختن آن را دارید، در مقدار بسیار کمی آب بجوشانید و آب آن را نیز در سوپ بریزید.

کلم برگ

کلمی بدون ساقه است که مصرف برگ یا آب آن دارای خاصیت ضدالتهابی بوده و اثر شفابخشی در افزایش مقاومت بدن در عفونت‌ها و زخم‌ها دارد.

توصیه

کلم در درمان بیماری‌های گوارشی مفید است، اما مصرف آن را به افرادی که دارای ناراحتی‌های کبدی و واریس هستند، توصیه نمی‌کنیم. افرادی که مبتلا به گواتر هستند، باید در مصرف کلم احتیاط کنند زیرا از جذب ید به وسیله غده تیروئید جلوگیری می‌کند. زیاده‌روی در مصرف کلم موجب ایجاد نفخ، خواب‌های پریشان، افزایش فشارخون و غلیظ شدن خون می‌شود.

نکته

به همراه غذای خود از ترشی کلم رنده شده با سرکه استفاده نمایید؛ چرا که فرآیند تخمیری حاصل در این نوع ترشی به تولید هرچه بیشتر موادی که در پیشگیری از سرطان موثرند کمک می‌کند؛ لذا برای کاستن سدیم موجود در این مخلوط، بهتر است قبل از مصرف کلم، آن را بخوبی با آب بشویید.

منبع: http://jamejamonline.ir

تاثیر زنجبیل بر زنان باردار

زنجبیل در درمان حالت‌های تهوع و ویار زنان باردار بسیار موثر است.

این گیاه دارویی که جزو گیاهان ادویه‌ای محسوب می‌شود، در حالتهای تهوع دوران اول بارداری بسیار موثر می‌باشد و این در حالی است که زنان باردار به خاطر وضعیتی که دارند باید از مصرف داروهای شیمیایی خودداری کرده و مصرف هیچ دارویی برای آنها به علت احتمال ایجاد اختلالات جنینی توصیه نمی‌شود.

چه شرایط و عواملی سبب تولید رادیکال‌های آزاد در بدن می‌شوند؟

عوامل گوناگونی باعث به وجود آمدن رادیکال‌های آزاد در بدن می‌شوند که از آن جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

فعالیت بدنی، آلودگی هوا، ضربه، جراحت یا شکستگی های استخوانی، قرار گرفتن طولانی مدت در معرض نور خورشید، تشعشعات، سموم و داروها و دود سیگار.

باید به خاطر داشت که رادیکال های آزاد نه فقط در بدن، بلکه ممکن است در مواد غذایی ایجاد شوند که پس از مصرف این گونه غذاها به بدن راه یافته و به ترکیبات حیاتی آن آسیب می‌رسانند. مهم‌ترین مثال در این رابطه، روغن‌های گیاهی و محصولات حاوی آنها (مانند سس‌ها، چیپس‌ها و پفک) است که در صورت انقضای تاریخ مصرف یا نگهداری در شرایط نامناسب، حاوی مقدار زیادی رادیکال‌های آزاد می‌شوند. توجه داشته باشید که گاهی اوقات، تاریخ انقضای یک ماده غذایی (مانند چیپس) نگذشته اما روغن به کار رفته در آن کهنه شده و از این رو کل ماده غذایی دچار فساد گشته است، بنابراین مصرف آن خطرناک بوده و استفاده از آن توصیه نمی شود. بیماری‌های متعددی می‌توانند به دلیل تولید رادیکال‌های آزاد و تخریب بیولوژیک ناشی از آنها پدیدار شود که از آن جمله می‌توان به پیری زود رس، انواع سرطان‌ها، سختی و انسداد رگ های تغذیه کننده قلب و مغز، دیابت قندی، آرتریت روماتوئید آب مروارید و آلزایمر اشاره کرد.

منبع: http://nasle-farda.ir

آی نعنا، نعنا، پونه

نویسنده:Dir.R.Momeni

فصل بهار با بوی خوش نعنا و پونه در کنار جویبارهای پر طراوت مزارع و دشت نـدای سـلامت را به ما می رسانـد. بـد ندانستیم که سخنی با نعنا داشته باشیم.

طعم تـازگی بخش و بوی نعنا از هزاران سال پیش در همه جای دنیا مورد توجه بوده است. از گذشـته های دور نعنا را برای خوشـبو کردن محیط به کار می بردند. مردم چین باسـتان از آن در پخت غذا، طب و مراسم مذهبی استفاده می کردند. یونانیان باستان نیز از نعنا، روغن ها و عطرهای نیروزا و حیات بخش تهیه می کردند و قهرمانان، آنها را قبل از شـروع مسابقات، برای عضـلاتشان اسـتفاده می کردنـد. یونـانی هـا و رومی ها این عطرها را برای خوشـبو کردن بـدنشان به آب حمام اضافه می کردنـد و عبری ها نعنا را روی کف کیسه ها می پاشیدند که بوی خوش و تازگی بخش آن فضا را پر می کرد.

برگ های نعنا در مراسم خاصـی حتی به تاج پادشاهان رومی و یونانی بسـته می شد. در تمدن های باسـتانی نعنا برای افزایش نشاط ذهن و فکر و بوی مطلوب آن به کار می رفت. در حقیقت کلمه Mint(واژه انگلیسی نعنا) از اسم لاتین Menteبه معنی فکر است و در بین گیاهـان سـمبل نیرو بخش جاودانی است. پلینی دانشـمند رومی می گفت بوی ملایم نعنا به روح نیرو و حیات می بخشـد، همان طور که مزه آن اشتها را افزایش می دهد.

نیاکان ما از خواص اشتهاآور و کمک کننـدگی به هضم غذایی نعنا آگاهی داشـتند اما، همچنین معتقد بودند که نعنا سایر امیال را نیز تحریک می کند که ممکن است به صورت مانعی دربرابر میزان هوشیاری و تمرکز فکر عمل کند.

نعنا سبب تحریک اشتها، هضم غذا و سبب افزایش جریان خون نیز می شود.

چای نعنا در یک روز سـرد زمستانی شما را گرم می کند اما، در هوای گرم نیز چای نعنا با افزایش میزان جریان خون در سطح بدن و افزایش انتشـار گرمـا، از راه منافـذ پوست سـبب خنـک شـدن بـدن می شود. از این خواص نعنـا می توان در پایین آوردن تب نیز اسـتفاده کرد. در حقیقت مصـرف چای داغ نعنا به دلیل ایجاد تعریق، درمان مناسبی برای عفونت و تب کودکان به شـمار می رود و به علت طعم دلچسب آن به آسانی از سوی کودکان پذیرفته می شود.

نعنا خواص ضد میکروبی بالایی دارد که به بدن در مبارزه بر علیه طیف وسیعی از عفونت ها نظیر سرماخوردگی، آنفلوانزا، عفونت های معـده و روده کمک می کنـد.نعنا خواص ضد باکتریایی، ضد ویروسـی و ضد قارچی دارد که در گذشـته برای درمان اسـهال، دیفتری، وبا و سل به کار می رفته است. بسیاری از روی تجربیاتشان بوی نافذ نعنا را بر طرف کننده گرفتگی و احتقان سر و سینوس ها و رفع بلغم سینه می دانند.

تمامی انواع نعنا توانایی زیادی در رفع احتقان راه های تنفسـی و کاهش تولید معکوس دارند. با وجود اثرات تحریک کننده آن نعنا روی عضـلات صاف در سرتاسـر بدن به ویژه عضلات لوله گوارش، اثر شل کننده دارد. نعنا انقباض و گرفتگی عضلات را برطرف می کنـد و به برطرف شـدن حـالت هایی نظیر نفـخ، قولنـج، سوزش دل، سوءهاضـمه، یبوست، اسـهال و گریپ کولیت (درد شـدید روده) کمـک می کنـد. نعنـا در تسـکین حـالت تهوع و اسـتفراغ نیز کمـک می کنـد؛ چه این علائم به علت عفونت باشـد، چه فشار روانی یـا بیمـاری ناشـی از سـفر. علاـوه بر این تـانن موجود در نعنـا از بـافت پوششـی مجرای گوارشـی در برابر تحریـک و عفونت محافظت می کند و بنابراین در درمان اسهال و سندرم روده های تحریک پذیر و کولیت مفید است.

همان طور که گفته شد نعنا اشـتها را بالا می برد و مواد تند موجود در آن، کبد و کیسه صـفرا را تحریک می کند و موجب افزایش ترشـح صـفرا و سایر آنزیم های هضـمی می شود، بنابراین هضـم و جـذب را بهتر می کنـد و شاید یکی از دلایل مصـرف آن بعد از وعده های اصـلی غذا، همین خاصـیت کمک هضـمی آن است. مصـرف نعنا بعد از وعده غذای سـنگین وقتی که احساس سـیری و خواب آلودگی وجود دارد، علاوه بر هضم غذا سـبب می شود که شـخص حالت هوشـیاری و بیداری خود را حفظ کند. نعنا علاوه

بر اثر آرام بخشی خود، اثر ضددرد نیز دارد و داشتن این خواص موجب می شود که در برطرف کردن حالات تنش زا و دردناک نظیر سردرد،گرفتگی عضله، درد معده، دردهای متناوب و پشت درد به کار می رود. در استعمال خارجی تأثیر خنک کننده و ضددرد شگفت انگیزی دارد.

روغن رقیق نعنا را می توان در بیماری هایی نظیر آرتروز و روماتیسم روی مواضع گرم و ملتهب زد. همچنین می توان از آن برای بهبود علائم دردناک نظیر درد عصبی و گرفتگی عضلات استفاده کرد. پس از یک روز پیاده روی طولانی در خیابان های شهر یا فعالیت روزانه که پاها خسته و دردناک می شود می توان مقداری روغن نعنا را به پارچه ای آغشته کرد و برای ماساژ دادن پاها آن را به کار برد.

کارکرد دیگر نعنا در استعمال خارجی، کمک به کاستن التهاب یا عفونت پوست مانند بیماری تب خال یا کچلی است. چای نعنا، غرغره خوبی برای گلودرد است و برای بیماری های لثه زخم دهان شوینده خوبی به حساب می آید.

در مجموع، نعنا گیاهی با خواص درمانی شگفت انگیز است. همگی انواع نعنا خواص ذکر شده را دارند اما، هرچه بوی نعنا قوی تر باشد خواص و اثر آن نیز بیشتراست. اگر برگی از نعنا را بین انگشتان خود بمالید و آن را بو کنید، دراثر بوی آن ایجاد هوشیاری و سرزندگی، رفع احتقان مجاری تنفسی، ایجاد آرامش و سبکی را در خود احساس خواهید کرد. اگر فردی هستید که مدام در حال مطالعه یا مرور دروس برای امتحان هستید یا کار شما نیازمند تمرکز و هوشیاری است استفاده ازنعنا برای شما مفید است. اگر احساس خستگی می کنید و مغز شما دیگر کشش فراگیری مطالب را ندارد، استفاده از نعنا به شما نیرو می بخشد.

اگر احساس عصبانیت یا فشار روانی می کنید، استفاده از نعنا به شما آرامش می بخشد. به دلیل تأثیر زیاد نعنا روی اعمال فکری، نعنا را بالابرنده توانایی انسان در درک وفهم افکار و عقاید به شمار می آورند. بنابراین هنگامی که می خواهید آمادگی و هوشیاری ذهنی خود را حفظ کنید یا احساس خواب آلودگی را از بین ببرید، یا هنگامی که می خواهید تمرکز ذهنی خود را علی رغم خستگی ناشی از شرکت در جلسه یا سخنرانی حفظ کنید، مزه مزه کردن قرص یا آب نبات نعنا (البته بدون قند) برای شما مفید خواهد بود.

منبع:ماهنامه بین المللی تغذیه و رژیم درمانی سرآشپز شماره ۱۸ /س

انجیر ؛ از چاقی تا درد دندان

نویسنده:زهرا دیوبندی

جهت درمان لاغری و چاق شدن بایستی ۴۰ روز هر روز صبح مقداری انجیر را با کمی بادان رومی میل نموده تا سستی و ضعف بدن رفع و شخص لاغر چاق گردد .

جهت نروییدن موها کافی است پس از کندن موها با جیوه و سرنج و زاج را نرم ساییده در آب انجیر حل کرده بمالند یا خاکستر گیاه کبر را در شیره ی انجیر بپزند و بمالند .

چنانچه خردل را له کرده و با چند عدد انجیر له شده خمیر نمایید و فتیله کرده و در گوش بگذارید جهت رفع خارش خوب است .

جهت رفع لک و کک و مک و برص کافی است چند عدد انجیر تازه را له کرده و با کمی بوده ارمنی مخلوط کنید و بر پوست بمالید و این عمل را چندین بار تکرار کنید اگر مقداری برگ شنبلیله را در یک قابلمه ریخته و چند عدد انجیر تازه را به آن افزوده و به قدری بجوشانید تا پخته شود و آب آن را صاف نمایید و روزی یک قاشق مرباخوری از آن را میل کنید رفع خشونت سینه می کند و عفونتهای ریوی و تنفسی شما را به خوبی درمان می کند .

اگر چند عدد انجیر را در تنور یا فر بگذارید به قدری که سوخته شود و سپس آن را نرم ساییده و به وسیله ی مسواک تر یا با

انگشتی تمیز به دندانها بکشید در سفید کردن دندانهای شما بی مانند بوده و در قطع خونریزی لثه نیز مفید است .

جهت درمان سردردهایی که معمولاً پس از بیدار شدن از خوابهای عمیق به وجود می آید مقداری خاکستر چوب درخت انجیر را در سرکه حل کنید و بر پیشانی و سر بمالید .

برگ انجیر به دلیل داشتن درصد بالایی گوگرد در آن جهت تقویت پیاز مو و رفع ریزش مو دارویی مناسب است . به همین منظور کافی است روزانه سر را با آب جوشانده ۲۰ گرم انجیر را در یک لیتر آب چندین مرتبه شستشو دهید .

اگر مقداری از شیره درخت انجیر را به پنبه زده و بر بن دندان بمالید یا در حفره دندان کرم خورده بگذارید در تسکین فوری درد دندان مؤثر بوده و آن را به خوبی برطرف می کند .

منبع:مجله خانواده شاد شماره ۳۹

خواص ۶ گیاه در کلام پیشوای صادق

سخنان امام صادق (علیه‌السلام) در خواص بعضی از گیاهان

به طوری که از مجلات و مطبوعات طبی استفاده می‌شود, طب جدید نزد بعضی از دانشمندان به عصر گیاهان دارویی بازگشت کرده است و به منافع آن به دیده اعتبار می‌نگرد و اثر طبیعی آن را در معالجه برخی از بیماری‌ها می‌پذیرد, به طوری که پزشکان در مناسبت‌های گوناگون بیماران خود را به استفاده از آن وادار می کنند, چون می‌بینند که استفاده از گیاهان دارویی در عین سادگی و تأثیر گذاری ضرری ندارد و یا ضرر آن اندک است.

تعجبی ندارد, زیرا که پیشرفت فکر بشری و تلاش او در راه کشف حقیقت به ناچار اندیشمندان و محققان و افکار روشن را به کنه بعضی از منافعی که خدا درگیاهان طبیعی گذاشته, رهنمون می شود تا آثاری را که خدا در آنها قرار داده است به دست آورند.

در آن هنگام که اطباء از فوائد گیاهان دارویی غافل بودند و یا آن را در جای خود به کار نمی‌بردند, دانشمندان اسلام و پیشوایان دین حنیف از آن غافل نبودند و از فوائد و خواص آن چیزهایی را گفته اند که کتاب‌ها از آن پر است و احادیث بسیاری در این زمینه از ائمه معصومین (علیهم السلام) رسیده است, بنگرید به کتاب طب الائمه و طب الرضا و طب النبی و کتاب کشف الاخطار و کتاب بحارالانوار و کتابه‌های دیگر که خواننده را از اطاله سخن در اینجا بی‌نیاز می کند.

برای اینکه از اصل بحث خود که همان طب امام صادق (علیه السلام) است خارج نشویم, اینک برخی از سخنان طبی و راهنمایی‌های بهداشتی آن حضرت را درباره گیاهان نقل می کنیم؛ گیاهانی که پزشکان, پس از گذشت زمانی طولانی به منافع آن ها پی برده‌اند و تفصیل مطلب را به کتاب‌های مفصل واگذار می کنیم.

اینک بعضی از سخنان آن حضرت را می‌آوریم و آنها را با سخنان پزشکان این عصر تطبیق می‌دهیم.

ـ ?سیر

امام صادق (علیه السلام) فرمودند: با سیر مداوا کنید ولی پس از خوردن آن به مسجد نروید. و فرمود: پیامبر می فرمودند: سیر بخورید که آن دوای هفتاد نوع بیماری است.

این سخنی است که امام (علیه السلام) در مقام هدایت و ارشاد اصحاب خود فرموده است ولی آیا آنها ندانستند که این گیاه عجیب به چه نوع بیماری فایده دارد؟ البته که نه, ولی اکنون در قرن بیستم, علم آن را کشف کرده و به مغز سخن امام رسیده است.

روزنامه‌های فرانسه مقاله‌ای را از دکتر «ریم» پخشکردند که مجله «الحکمه» چاپ لبنان آن را تحت عنوان «گوارا باد سیر» به عربی ترجمه کرد. در این مقاله آمده است:

خوشحال خواهی شد اگربدانی که پزشکان در فارماکولوژی جایگاه شایسته این گیاه را به آن داده اند و گفته‌اند که کارگرانی که

در هرم «خوفو» در مصر در سال ???? پیش از میلاد کار می کردند زیاد سیر می‌خوردند تا بدنشان قوی شود و از بیماری‌ها نجات یابند.

در جای دیگری از این مجله آمده که تجربه‌های پزشکان معروفی مانند «سالین» و «لوتر» و «دویریه» و دیگران روشن کرده که سیر بلورهایی را که در بدن جمع می‌شوند و باعث تصلب شرایین می گردند, از بین می‌برد و خون را رقیق می کند.

در طب جدید ثابت شده که سیر عضله‌های قلب را تقویت می کند و فشار خون را تنظیم و خون را تصفیه می کند و بااین کار بیماری‌هایی که از فساد خون ناشی می‌شود مانند سختی حیض در زن‌ها, مداوا می کند. همچنین سیر پیری زود رس و بواسیر و روماتیسم را از بین می‌برد و مجاری تنفسی را باز می کند و تنگی نفس را بهبود می‌بخشد و بعضی از انواع سل ریوی را معالجه می کند به خصوص اگر با شیر با هم خورده شود, چون به میکروب «کخ» که عامل بیماری سل است تأثیر می گذارد.

همچنین سیر در برابر بیماری‌هایی مانند آنفلوآنزا و تب مصونیت ایجاد می کند و رنگ صورت را زیبا و سرخ می کند و روده‌ها را به خصوص در اطفال از عفونت پاک می‌سازد و از تیفوئید و دیفتری و خروسک حفظ می کند.

گفته شده در شهرهایی که مصرف سیر زیاد است عمرها طولانی است و از سلامت خوبی برخوردارند: به اضافه این که سیر باعث پاک سازی عفونت‌های داخلی و از بین رفتن التهاب‌ها و زخم‌های مزمن و حاد معده می‌شود حیض و ادرار را به خوبی دفع می کند و سنگریزه و کرم را در اطفال برطرف می سازد.

این بود برخی از فوائدی که از اطباء درباره این گیاه به دست ما رسیده است و بقیه هفتاد نوع بیماری را که در حدیث آمده باید از کتاب‌های طبی مفصل جستجو کرد. به کلام امام صادق (علیه‌السلام) بنگرید که چگونه در عصری که اهل آن نمی‌توانستند چیزی را درک کنند و اهل این زمان با وسایل جدید و پس از رشد عقل با تجربه‌ها و گسترش علوم درک می کنند, سخن گفته است.

ـ ?پیاز

امام صادق (علیه‌السلام) فرمودند: پیاز بخورید که در آن سه خاصیت وجود دارد دهان را خوشبو می کند و لثه‌ها را محکم می‌سازد و بر نیروی جنسی می‌افزاید و نیز فرمود: پیازدهان را خوشبو و پشت را محکم و بشره را زیبا می کند و نیز فرمودند: پیاز خستگی را از بین می‌برد و اعصاب را قوی می‌سازد و میل جنسی را زیاد می کند و تب را می‌برد.

این سخن را امام صادق (علیه‌السلام) در قرن دوم هجری و پیش از کشف منافع پیاز در طب امروز, فرموده است و در زمان او پیاز چیز بی‌ارزشی بوده ولی امروز تجربه‌هایی که درباره این گیاهان به عمل آمده, اسرار و منافع آن‌ها را نشان می‌دهد و می‌بینیم دکتر لاکوفسکی پس از آزمایش‌های بسیار فواید پیاز را به دست آورده و اثبات کرده که در پیاز ماده‌ای است که ضد سرطان است همان بیماری مرموزی که دانشمندان در کشف عامل آن رنج بسیار کشیده‌اند.

دکتر لاکوفسکی می گوید: تجربه‌ها را ادامه می‌دهیم و امید داریم که پیاز در آینده علاج کننده بعضی از بیماری‌ها باشد.

دکتر دامر می گوید: پیاز در آن واحد هم طعام است و هم دوا و پزشکان آن را برای افزایش ادرار و درمان بیماری‌های کلیوی و استسقاء به کار می‌برند و بهتر است که به صورت خام خورده شود.

پزشک دیگری می گوید: پیاز محتوی ماده با ارزشی است که باعث تخفیف درد در بینی و حلق و مجاری تنفس می گردد و مانند آنها.

این چیزی است که طب جدید درباره منافع پیاز به آن رسیده است و در آینده, بقیه آنچه امام گفته است کشف خواهد شد, پس درست بیندیش و انصاف بده که امام چقدر از طب آگاهی داشته است و او این مطالب را از پدران و نیاکانش از منبع وحی به دست آورده واستاد و مدرس و معلمی ندیده است.

ـ ?ترب

پزشکان در خواص این گیاه گفته‌اند که ترب ادرار را زیاد می‌کند, معده را برای هضم غذا آماده می‌سازد و هضم را آسان می‌کند و رماتیسم را معالجه می‌کند و نفخ شکم را از بین می‌برد و گاهی هم نفخ ایجاد می‌کند که دوای آن نمک است و نیز سینه را صاف می‌کند و اشتهاآور است و بلغم را از بین می‌برد و سنگریزه‌ها به خصوص سنگ کبد را می‌شکند و خلط آور و بواسیر را تسکین می‌دهد.

می‌گوییم: ترب دارای مواد معدنی مفید و محتوی ویتامین‌های ب – د- ث است.

امام صادق (علیه‌السلام) پیش از دوازده قرن فرموده است:

ترب بخورید که در آن سه خاصیت است: برگ آن بادها را می‌شکند و مغز آن ادرار را آسان می‌کند و باعث هضم عذا می‌شود و ریشه آن بلغم را قطع می‌کند همچنین امام درباره ترب مطالب زیادی شبیه این مضمون فرموده است.

ـ ?هویج

پزشکان در خواص هویج گفته‌اند که آن دارای مقدار زیادی قند گیاهی است که زود جذب می‌شود ولی هضم آن برای کودکان دشوار است. آب آن مفیداست و اگر همراه با عسل باشد تقویت کننده باه است, همان گونه که برای امعاء و در تنگی نفس و ناراحتی اعصاب مفید است و به رشد بدن در سن کودکی کمک می‌کند و ریگ‌ها را برطرف می سازد و کرم روده را نابود می‌نماید البته اگر خام خورده شود و همچنین باعث افزایش خون و جریان آن در بدن می‌شود و جز آنچه گفته شد فوائد دیگری هم دارد که طب امروز آن را کشف کرده و بیماران را به خوردن آن توصیه نموده است.

امام صادق (علیه‌السلام) در حدیثی فرمودند:

هویج امانی از قولنج است و بواسیر را درمان می‌کند و به قوه باه کمک می‌نماید ونیز فرمودند: خوردن هویج از کلیه‌ها مواظبت می‌کند و میل جنسی را افزایش می‌دهد.

می‌گوییم: هویج دارای ویتامین‌های آ- ب – ث می‌باشد.

ـ ?بادمجان

پزشکان در فواید آن گفته‌اند: بادمجان غذایی است که با بیشتر بیماری‌ها سازگار است, مقوی معده و ملین سفتی‌هاست و اگر با سرکه همراه شود ادرار آور است و پخته آن به طحال و زهره هم سودمند است.

امام صادق (علیه السلام) فرمودند:

بادمجان بخورید که برای زهره مفیداست و به صفرا زیان نمی‌رساند.

و نیز فرمودند: بادمجان بخورید که بیماری را از بین می‌برد و ضرری در آن نیست.

می‌گوییم بادمجان به بیماری پوستی ضرر دارد و مصلح آن روغن است اگر در آن جوشیده شود.

ـ ?کدو

پزشکان گفته‌اند: کدو سرد است و دماغ را مرطوب می‌کند و رگ‌های بسته را باز می‌نماید و ادرارآور و ملین معده است به خصوص برای معده کسانی که مزاج گرم دارند سودمنداست, همچنین کدو برای یرقان و تب‌های حاد و بی‌خوابی مفید است و کسانی که عمر آنها از نیمه گذشته وطبعاً نیرو و فکر آنها به تحلیل رفته, باید بیشتر کدو بخورند که برای تجدید قوا و انساج بدن مفید است.

امام صادق (علیه‌السلام) فرمودند: کدو بر عقل و دماغ می‌افزاید و برای درد قولنج نافع است.

گفته شده که کدو دارای ویتامین آ می‌باشد.

این بود شمه‌ای از خواص گیاهان که به طور اختصار نقل شد.

منبع: کتاب طب الصادق (علیه‌السلام) ص ??? تا???

طبّ گیاهی و خواصّ میوه ها در کلام امام باقر (ع)

یکی از موضوعات بسیا رمهم در عصر حاضر، موضوع طبّ؛ بویژه طبّ اسلامی است که دانشمندان علم طبّ و آشنایان با معارف اسلامی باید به تحقیق در این مهم، همّت گمارده، در توسعه و ترویج آن بکوشند. در این راستا به دلیل پیوندی که بین طبّ اسلامی و طبّ گیاهی وجود دارد، شناخت گیاهان دارویی و شفابخش نیز امری لازم و ضروری است. امام صادق علیه السلام وجود طبیب را یکی از نیازمندی های ضروری اجتماع می داند) ?.(اسلام، مشوّق مسلمانانی است با جسمی سالم و نیرومند و بدنی قوی و آماده. در قرآن مجید نیز به هنگام شرح صفات «طالوت» و صلاحیت او برای مقام رهبری بنی اسرائیل، نیروی جسمانی او را در ردیف نیروی علمی او آورده و می فرماید: «انّ الله اصطفاه علیکم و زاده بسطه فی العلم و الجسم)?»(

در روایات نیز به این موضوع بسیار توجّه شده است؛ زیرا هرگونه تلاش و کوشش در راه سالم سازی جسم؛ می تواند کوششی در راه تقویت بنیه های معنوی و انسانی محسوب گردد.

در این راستا گیاهان و میوه ها جهت شفابخشی و سلامتی بشر، داروهای مفید و مؤثّری به شمار می روند. قرآن کریم و روایات اهل بیت علیهم السلام با بردن نام و ذکر دستورات درمانی شان، فواید و جایگاهشان را در درمان بیماری ها و امراض روحی و جسمی بشر یادآور شده اند. در این مقاله سعی می کنیم دستورات و نسخه های شفابخش بسیاری از گیاهان و میوه ها را در مکتب و اندیشه امام باقرعلیه السلام مورد بررسی قرار دهیم.

الف) خواصّ درمانی گیاهان و سبزی ها

کاسنی

امام باقرعلیه السلام فرمود:

کاسنی، تقویت کننده قوای جنسی است، از دور ریختن و هدردادن آن دوری کنید)?.(

امام صادق علیه السلام از پدر بزرگوارش روایت می کند که وی از دور ریختن و هدر دادن کاسنی هنگام غذا خوردن نهی می فرمود)?.(

بادروج

این گیاه معرّب «بادرو» فارسی است و نوعی از ریحان است که به فارسی، آن را ریحان کوهی می گویند. برگش ریز و ساقه اش به شکل مربع، پرشاخ و بویش کمتر از ریحان است. رنگ گلش نیز مایل به سرخی است) ?.(امام باقرعلیه السلام فرمود: بادروج از آن ما، شفای دردها و ریشه آن نیز از بهشت است)?.(

حزاء

حزاء یا بیوه زا، گیاهی است که در طبرستان آن را جعفری می گویند. حزاء، گیاهی است مشابه کرفس که گفته شده، بیشتر در آذربایجان می روید)?.(

عمروبن ابراهیم گوید: از ضعف معده به امام باقرعلیه السلام شکایت نمودم که حضرت فرمود: حزاء را با آب سرد بخور)?.(

سُماق

در روایتی از امام باقرعلیه السلام آمده است: سماق نافع بواسیر خونی است)?.(

سندروس

سندروس یا رزین ساندراک، به صورت قطعه های کوچک و به رنگ زرد روشن است. طبع گرم و خشک دارد و دودش نافع

سرماخوردگی، بواسیر، خونریزی است واگر برای خوردن استفاده شود لاغر کننده، نافع ضعف چشم و تنگی نفس است)??.(

امام باقرعلیه السلام در روایتی، سندروس را با سایر ادویه به طریق بُخور، نافع دیوانگی دانسته اند)??.(

شکر طَبرزد (سفید)

جمیل بن درّاج از زراره و او از امام باقرعلیه السلام نقل می کند که فرمود: ای زراره! مردم را چه چیزی از فضیلت شکرطبرزد (سفید) غافل کرده است؟ شکر برای هفتاد درد و بیماری شفا و سود رسان است. بلغم را می خورد و ریشه اش را از بین می برد)??.(

حضرت در روایت دیگری فرمود: اگر شخصی که تب دارد ناشتا ? مثقال شکر را با آب سرد بخورد، تبش از بین می رود)??.(

شونیز (دانه سیاه)

زراره می گوید: از امام باقرعلیه السلام شنیدم که از رسول خداصلی الله علیه وآله وسلم درباره شونیز (دانه سیاه) سؤال شد که آیا مورد علاقه رسول خدا بود؟

فرمود: بله! ولکن پیامبرصلی الله علیه وآله وسلم مرگ را از آن استثناء کرده است. آیا نمی خواهی تو را به چیزی که از آن رساتر است، راهنمایی کنم که رسول خداصلی الله علیه وآله وسلم مرگ را در آن استثناء نکرده است؟ عرض کردم: بله ای فرزند رسول خدا! حضرت فرمود: دعا، که قضای حتمی را رد می کند و آن را محکم می گرداند و صدقه دادن آتش غضب را خاموش می کند. و سپس، حضرت انگشتانش را جمع کرد)??.(

سَویق خشک

امام باقرعلیه السلام فرمود: چه بزرگ است برکت سویق خشک (آرد گندم و جو). وقتی انسان در سیری از آن بخورد، غذا را هضم می کند. هر وقت انسان در حال گرسنگی آن را بخورد، او را سیر می گرداند، و چه خوب توشه ای در حال سفر و حضر است)??!(

عدس

عدس از جمله حبوباتی است که ارزش غذایی دارد. نشاسته آن زیاد ?? (درصد)، سفیده مانندش ?? (درصد) و چربی آن? (درصد) است. هر صد گرم آن ??? کالری حرارت تولید می کند و هضم آن به علّت داشتن سلولز زیاد، متوسّط است. پخته آن برای لاغرها و کسانی که ترشی معده دارند مفید است. عدس برای کسانی که ازت و اسید اوریکشان بالاست، مضرّ است. مواد معدنی آن: گوگرد، فسفر، کلر، سدیم، پتاسیم، منیزیم، کلسیم، مس، روی، منگنز، یُد و از همه مهم تر آهن است. ویتامین های آن نیز B ?و B?است)??.(

امام باقرعلیه السلام درباره این نوع سبزی یعنی عدس، که از زمره حبوبات است، چنین فرموده اند: دختری که خون حیضش قطع نمی شود، به او سویق عدس بدهید تا بنوشد، که به سرعت، حیض قطع می شود)??.(

زعفران

زعفران دارای یک روغن مایع فرّار و ماده رنگینی است که تارهای پیچیده آن به رنگ نارنجی است و دارای خاصیت نیروبخش است.

امام باقرعلیه السلام در روایتی، معجونی از عسل، زعفران، خاک قبر امام حسین علیه السلام و آب باران را شفا بخش دانسته است)??.(

همچنین امام باقرعلیه السلام فرمود: مردی از خراسان نزد امام سجّادعلیه السلام آمد و گفت: ای فرزند رسول خدا! حج را به جا آوردم و هنگام بیرون آمدن، نیّت کردم که نزد شما بیایم؛ اما از درد طحال رنج می برم. دعایم کنید تا از آن رهایی یابم. امام

سجّادعلیه السلام فرمود:

خداونـد تو را از آن کفایت کنـد! حمد و سپاس برای اوست. هر وقت آن درد را احساس کردی، این آیه) ?? (را با زعفران و آب زمزم بنویس و بنوش، که درد از تو دور می شود)??.(

هویج

امام باقرعلیه السلام فرمود: «الجزُ امانٌ من القولنج و البواسیر، و یعینُ و علی الجماع»؛ استفاده از هویج نوعی ایمنی است از قولنج و بواسیر و بر جماع نیز کمک می نماید) ??.(ا

یشان همچنین فرمود: خوردن هویج کلیه ها را گرم می نماید)??.(

اسپند

امام باقرعلیه السلام، استفاده از آن را برای درمان سَلسُ البول (قطره قطره آمدن بول) مفید دانسته اند و فرموده اند: اسپند را با آب سرد ? بار و با آب گرم نیز یک بار بشوی. سپس آن را در سایه، خشک کن. سپس با روغن گندم و یا جوی خالص بکوب و ناشتا به اندازه دارو از آن استفاده کن. این دارو شما را از آن عارضه شفا خواهد داد به اذن خداوند)??.(

بنفشه

امام باقرعلیه السلام فرمود: اگر مردم می دانستند در بنفشه چه خاصیتی است و چه دردهای بسیاری را درمان می کند، آن را جرعه جرعه می نوشیدند)??.(

تره

امام باقرعلیه السلام فرمود: تره، «سپرز» را درمان می کند. چون «سپرز» شما دردناک شود، تره را در روغن بپزید و از آن بخورید که درد آرام خواهد یافت)??.(

چغندر

حضرت امام باقرعلیه السلام، چغندر را برای درمان «بَرَص»، مفید دانسته است. ایشان می فرماید: بنی اسرائیل از بَرَص نالیدند و شکایت کردند. حضرت موسی این شکایت را به خداوند متعال رساند، خداوند عزّوجلّ امر کرد که گوشت گاو را با چغندر بخورند تا از بَرَص شفا یابند)??.(

کرّاث

کراث سبزی معروف بوداری است که به سیر شباهت دارد. امام باقرعلیه السلام فرمود: در کرّاث چهار خصلت است: باد درون را طرد می کند، دهان را خوشبو می نماید، بواسیر را قطع می کند و امان از جذام است)??.(

شلغم

امام باقرعلیه السلام فرمود: هیچ مخلوقی نیست؛ مگر اینکه در آن رگی از جذام هست، آن را با شلغم آب کنید)??.(

ب) خواصّ درمانی گوشت

امام باقرعلیه السلام فرمود: سَیِّدُ الطَّعامِ اللَّحْمُ؛ بهترین غذا، گوشت است)??.(

زراره می گوید: من پانزده روز با امام باقرعلیه السلام غذا خوردم و غذای ما گوشت بود)??.(

ایشان پس از بیان فضیلت غذایی گوشت، آن را برای درمان «یرقان» مفید دانسته است و بهترین نوع آن را برای رفع این بیماری، «گوشت قطا) ??»(معرّفی نموده است. ایشان در روایتی نیز «گوشت گاو» را برای درمان بَرَص مفید می داند)??.(

درمان سنگ مثانه

امام باقرعلیه السلام فرمود: از این ?? مادّه: هلیله، بلیله، آمله، فلفل، دارفلفل، دارچین، زنجبیل، شقاقل، انیسون و خولنجان، به طور

مساوی بردارید و با هم بکوبید و سپس آن را در روغن گاو بپزید. این معجون وقتی با عسل صاف شده آمیخته شود و هر روز به قدر فندقی از آن تناول شود، سنگ مثانه را می شکند)??.(

خواصّ درمانی سنجد

امام باقرعلیه السلام فرمود: میوه ی سنجد، گوشت را می رویاند، به پوست بدن، توانایی می بخشد و قلوه ها را گرم می کند. نیز سنجد در علاج بیماری های بواسیر و سلس البول بسیار سودمند است)??.(

درمان درد زخم

حضرت باقرعلیه السلام فرمود: قیر تازه (مادّه ای که بر کشتی می مالند) و مثل آن را با پیه بُز و پارچه ای تازه و کوزه سفالین تازه بردار. ظاهر آن را قیرمالی کن، سپس بر آن شیر بریز و زیرش آتشی ملایم روشن کن. سپس کاغذی نوشته شده) ?? (را بردار و روی دستت بگذار و بر آن قیر بمال و بر روی زخم ببند. اگر زخم عمیق بود از کتان، ریسمان بتاب و بر روی زخم قیر بریز و سپس آن ریسمان را در آن زخم بگذار. ان شاءالله بهبودی می یابد)??.(

درمان اسهال خونی

ابوحمزه ثمالی می گوید: مردی به امام باقرعلیه السلام از اسهال خونی شکایت کرد. امام علیه السلام به او فرمود: از خاک ارمنی بردار و با آتشی ملایم آن را بپز و سرخ کن. سپس استفاده کن که اسهال قطع می شود)??.(

امام باقرعلیه السلام فرمود: قدری از گِل ارمنی بر روی آتش گرم کنید و به بیمار اسهال بخورانید که وضعیت درونی اش آرام خواهد گرفت)??.(

نمک

امام باقرعلیه السلام فرمود: نمک برای هفتاد بیماری، دارویی اثر بخش است)??.(

ج) خواصّ درمانی میوه ها

خرما

امام باقرعلیه السلام فرمود: «لم تستشف النّساء بمثل الرُّطَب، انّ الله اطعمه مریم فی نفاسها»؛ زنها در هیچ چیز مثل خرما شفا نمی یابند، چون خدا به مریم در موقع زایمان خرما داد)??.(

سیب

ابی بصیر می گوید: امام باقرعلیه السلام فرمود: موقعی که خواستی سیب بخوری، قبلاً آن را استشمام کن، سپس بخور؛ زیرا این کار هر ناراحتی را که بر روحت عارض شده، آرام می کند)??.(

آلو

حضرت می فرماید: آلو نافع صفرا، حرارت، بادهای بدن، زهره، خشکی مفاصل و فشار خون است)??.(

جابر می گوید: مردی به امام باقرعلیه السلام از هیجان مرّه (زهره) شکایت کرد و عرض نمود: کم مانده دیوانه شوم! آن حضرت فرمود: آن را با اجاصّ (آلو) معالجه کن)??.(

انجیر

امام باقرعلیه السلام فرمود: انجیر بخورید که برای قولنج نافع است)??.(

ابوحمزه ثمالی از امام باقرعلیه السلام نقل می کند که وقتی پادشاه قبطی خروج کرد و خواست بیت المقدّس را خراب کند، مردم به اطراف حِزْقِیل پیغمبر جمع شده و به وی شکایت نمودند. حزقیل شب با خدا مناجات کرد و خداوند به مَلَک مسئول هوا وحی فرمود که نفوس و ارواح آنان را بگیرد و همگی مردند. حزقیل این خبر را به قومش رساند. آنان بیرون رفتند و دیدند همه آنان

مرده اند، اما عُجب و خودپسندی بر حزقیل عارض شد و با خود فکر کرد که سلیمان پیغمبرعلیه السلام بیش از من فضیلتی ندارد، چون به من اختیار هوا نیز داده شده است. در این حال زخمی بر کبد حزقیل عارض شد و او را اذیّت نمود، حزقیل با خدا مناجات و خشوع کرد و روی خاکستر نشست، خداوند به وی وحی نمود که: شیره انجیر را بگیر و از بیرون بر سینه خود بمال. حزقیل چنین کرد و خوب شد)??.(

انگور

در روایتی امام باقرعلیه السلام به فرزندش امام صادق علیه السلام فرمود: انگور را دانه دانه بخور. و فرمود: شفا در میوه ای است که رسیده باشد، چنان که خداوند فرموده: «کُلُوا من ثمره اذا اثمر)؛ ??»(یعنی از میوه درخت بخورید وقتی که برسد. [ایشان انگور را به دلیل خوب رسیده بودنش شفای بسیاری دردها می دانند)]??.(

بِهْ

امام باقرعلیه السلام می فرماید: میوه «بِهْ» غبار اندوه را از خاطر محو می کند، همان طور که انگشتان شما قطرات عرق را از پیشانی تان می برد)??.(

گلابی

امام باقرعلیه السلام فرمود: گلابی مانند اجاصّ (آلو) برای درمان صفرا و جلوگیری از برانگیخته شدن آن نیکوست و برای درد آن آرام بخش است)??.(

پی نوشت :

. ?تحف العقول عن آل الرّسول، ص.???

. ?انفال.?? /

. ?طبّ الائمّه، سید عبدالله شبّر، ص.???

. ?همان، ص.???

. ?ر.ك: تحفه حکیم مؤمن، ص.??

. ?محاسن، ج، ? ص.???

.?دورنمای طبّ اسلامی،آیهالله مصطفی نورانی،ص.???

. ?اصول کافی، ج، ? ص.???

. ?طبّ الائمّه، حسین و عبدالله بن بسطام نیشابوری، ص.??

. ??گیاهان دارویی، دکتر زرگری، ج، ? ص.???

. ??بحارالانوار، ج، ?? ص.???

. ??طبّ الائمّه، ص.???

. ??مکارم الاخلاق، ص.???

. ??طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضوانی، ص.??

. ??همان، ص.??

. ??دورنمای طبّ اسلامی، ص.???

. ??امالی، شیخ طوسی، ج، ? ص.???

.??محاسن،ج،? ص؛??? مکارم الاخلاق،ص?? و.???

. ??منظور، آیه ??? و ??? اسراء است.

. ??طبّ الائمّه، ص.??

. ??مکارم الاخلاق، ص.???

. ??محاسن، ج، ? ص.???

. ??طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضوانی، ص.??

. ??خصال، شیخ صدوق، ص.???

. ??طبّ الائمّه،ترجمه واقتباس جوادفاضل،ص.???

. ??طبّ چهارده معصوم، محمد مهدی تاج لنگرودی، ص.??

. ??همان، ص.?? - ??

. ??طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضوانی، ص.???

. ??طبّ چهارده معصوم، ص.???

. ??همان، ص.???

. ??منظور گوشت نوعی کبوتر است که شبیه به قمری می باشد؛ (همان، ص).??

. ??مکارم الاخلاق، ص.???

. ??طبّ الائمّه،ترجمه واقتباس جوادفاضل،ص.???

. ??همان، ص.??? - ???

. ??زیرا جوهرِ به کار برده شده در کاغذ (کاغذ نوشته شده) به جذب و چسبندگی موادّدرمانی کمک می کند.

. ??طبّ الائمّه، بسطام نیشابوری، ص.??? - ???

. ??طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضوانی، ص.??

. ??طبّ الائمّه،ترجمه واقتباس جوادفاضل،ص.???

. ??همان، ص.???

. ??تفسیر مجمع البیان، ج، ? ص.???

. ??بحارالانوار، ج، ?? ص.???

. ??همان، ص.???

. ??خصال، شیخ صدوق، ص.???

. ??اصول کافی، ج، ? ص؛ ??? دورنمای طبّ اسلامی، ص.??

. ??محاسن، ج، ? ص.???

. ??انعام.??? /

. ??محاسن، ج، ? ص؛ ??? مکارم الاخلاق، ص.?

. ??طبّ الائمه، ترجمه و اقتباس جواد فاضل، ص؛ ??? رمزالصحه فی الطب النبی والائمّه؛ سید محمود دهسرخ اصفهانی، ص ???.

. ??طبّ الائمّه، ترجمه جابر رضوانی، ص؛ ??? رمزالصّحه فی الطبّ النّبیّ والائمّه، ص. ???

منبع:http://www.sibtayn.com

خواص دارویی پونه

نویسنده :دکتر محمد صالحی سورمقی

نام فارسی :پونه

نام علمی : Mentha pulegium

نام عمومی : European pennyroyal

نام انگلیسی : European pennyroyal

نام عربی : حبق (Hhabaq)

نام فرانسوی : Pouliot

نام آلمانی : Polei-Minze

نام های مترادف : Mentha exigue,Pulegium vulgar

نام خانواده : Labiatae (نعناع)

گیاه شناسی :

پونه گیاهی است علفی و بوته ای به ارتفاع تا ۶۰ سانتی متر که به صورت خودرو در بسیاری از دست ها و اطراف جریان های آب می روید . برگ ها بیضی شکل و نوک تیز و اکثراً دارای دندانه های کوچک و منظم هستند . از کلیه قسمت های گیاه و به خصوص برگ ها بوی بسیار قوی و نافذی به مشام می رسد . گل ها به صورت مجتمع در کنار برگ ها و اکثراً در قسمت های بالای محور ساقه قرار می گیرند که به رنگ بنفش و گاهی گلی کمرنگ می باشند .

پونه گونه های مختلفی دارد که به نام های گوناگون معروفند . یکی از این گونه ها به نام ویلوزا ، پوشیده از کرک های فراوان و دارای بوی تندی است ؛ به همین دلیل آن را برای استفاده پرورش می دهند . قسمت هوایی پونه و به خصوص برگ ها مورد استفاده می باشند .

پونه در بسیاری از نقاط ایران خصوصاً نواحی شمالی می روید و گونه ای از آن به نام خالواش در گیلان مشهور است که بوی معطر و مطبوعی دارد و به صورت سبزی خوراکی و یا اشکال دیگر مصرف می شود .

ترکیبات مهم :

پونه حاوی ۱ تا ۲ درصد اسانس مایل به زرد و یا سبز است . پولگون موجود در اسانس برگ آن از ۹ درصد در نوع برزیلی تا ۳۰ درصد در انواع آمریکایی وجود دارد .میزان پولگون گونه های اروپایی از ۹۰ تا ۹۴ درصد می باشد .

موادی که به طور طبیعی در اسانس پونه وجود دارند و یا خود به خود اکسیده می شوند ، عبارتند از :آلفایی نن ، بتاپی نن ، لیمونن ، ۳ ـ اکتانول . ۳ ـ اکنانول ، پاراسیمن ، ۳ ـ اکتیل استات ، منتون ، ایزومنتون ، پولگون ، ایزوپولگون ، پی پریتون ، سیس و ترانس پولگون اکساید و کاریوفیلن .

ترکیبات مهم دیگر گیاه شامل اسیدلوریک ، اسید میریستیک ، اسید پالمیتیک ، سالی سیل آلدهید ، دیوسزمین و هسپریدین است .

دانه های خشک پونه حاوی تا ۲۵ درصد پروتئین ، ۲۷ درصد چربی ، ۱۱ درصد خاکستر ، ۰/۹ درصد کلسیم ، ۰/۰۵ درصد سدیم و تا ۱/۵ درصد پتاسیم می باشند .

داروشناختی و اثرات مهم :

برگ های پونه برای ایجاد طعم و مزه ، درست کردن چای و به عنوان ادویه استفاده می شوند . یکی از مصارف مهم آن به عنوان

طعم دهنده نوعی خوراک گوشت می باشد که گاهی آن را با فلفل و عسل نیز مخلوط می کنند . این گیاه بوی منحصر به فردی دارد که کاملاً از نعناع قابل تشخیص است .

طعم پونه در ابتدا گرم ، کاملاً معطر و تقریباً گس و تلخ است و پس ا مدتی ایجاد احساس خنکی می کند . اسانس پونه دارای طعم تلخ و احساس سردی است .

بوی پونه کمی شبیه بوی سیترونل است و از آن در صابون های معطر استفاده می شود . اسانس پونه در حشره کش ها به کار می رود . همچنین ، از آن به صورت پودر برای پاشیدن بدین منظور استفاده می شود . اسانس پونه یکی از منابع تولید طبیعی منتول می باشد . یکی از محصولات پونه عرق طبی آن است .

در زمان قدیم پونه را در اتاق افرادی که تشنج داشتند آویزان می کردند و معتقد بودند که تاثیر آن بیشتر از گیاه گل سرخ است . همچنین ، آن را برای بهبود سردرد و گیجی به دور سر می بستند.

چای پونه را نیز برای رفع سرماخوردگی ، سرفه و مشکلات قاعدگی مصرف می کردند . در هرصورت ، پونه باید با دقت مصرف شود ، زیرا مصرف بیش از حد آن باعث مسمومیت می گردد . در آمریکا برگ و اسانس پونه به طور قانونی به فروش نمی رسد . در اروپا از آن به عنوان ضد عفونی کننده ، ضد نفخ ، صفراآور ، معرق، هضم کننده ، قاعده آور ، ضد سرفه و محرک استفاده می شود .

سمیت و عوارض جانبی :

مصرف خوراکی در حد یک قاشق چایخوری اسانس پونه می تواند عوارض جدی به همراه داشته باشد . به طور مثال در گزارشی از ۱۹۷۸ کلرادوی آمریکا آمده است : مصرف خوراکی اسانس پونه برای سقط جنین باعث مرگ زن جوانی شد . مصرف در حد دارویی اسانس و یا فراورده های پونه عارضه جانبی ندارد .

آمار دیگر نشان می دهد که مصرف خوراکی ۲ قاشق چایخوری اسانس پونه یک مادر ۱۸ ساله را به مرگ کشانده است . حتی نصف قاشق چایخوری اسانس پونه می تواند باعث تشنج و کما شود .

طریقه و میزان مصرف :

ـ ۱ تا ۴ گرم گیاه خشک به صورت دم کرده یا به صورت های دیگر تا سه بار در روزخوراکی .

ـ عصاره مایع هیدروالکلی ۱ تا ۴ میلی لیتر تا سه بار در روز خوراکی .

ـ اسانس پونه ۵ ٪ تا ۲ میلی لیتر در روز به صورت مخلوط با مواد دیگر . اصولاً اسانس گیاهان را نباید به هیچ وجه مستقیماً مصرف کرد و خورد .

ـ از گیاه تازه نیز می توان استفاده نمود . البته برگ ها طعم و مزه گس و کمی سوزاننده دارند .

مهم ترین اثرات گزارش شده :

ضد درد ، ضد چسبندگی پلاکت ها ، بی حس کننده ، ضد باکتری ، ضد سرطان ، ضد ادم ، ضد التهاب ، ضد موتاژن ، ضد اکسیدان ، ضد روماتیسم ، ضد اسپاسم ، ضد تومور ، ضد ویروس ، قابض ، ضد کاندیدا ، ضد نفخ ، محرک ، CNS دپرسانت ، ضد احتقان ، معرق ، ادرارآور ، قاعده آور ، قارچ کش ، مسکن ، مقوی معده ،شل کننده عضلات و مهار کننده سیکلواکسیژناز.

نکات قابل توجه :

۱ ـ پونه آمریکایی حاوی تا ۲ درصد و نوع اروپایی تا ۱ درصد اسانس است که میزان پولگون این اسانس ها از ۸۵ تا ۹۲ درصد می باشد.

۲ ـ پولگون جسمی است که مصرف زیاد آن می تواند عوارض جانبی خطرناکی داشته باشد ؛لذا پونه های نوع آمریکایی و اروپایی

که درصد بالایی پولگون دارند ، باید به مقدار کم و با احتیاط مصرف شوند .

۳ـ از میان گونه های پونه ایرانی ، خالواش مورد تحقیق قرار گرفته است که درصد کمی پولگون دارد و می توان آن را به صورت سبزی خوراکی مصرف نمود ؛ به طوری که سالیان درازی است که این گیاه در گیلان کشت و استفاده می شود .

۴ـ به طورکلی هر پونه ای را که حاوی پولگون با درصد پایین باشد می توان با اطمینان مصرف کرد و در غیر این صورت باید در مصرف آن احتیاط نمود .

۵ـ در کانادا مصرف پونه هایی که حاوی پولگون نباشند مجاز است .

۶ـ مصرف خوراکی اسانس پونه هایی که حاوی پولگون با درصد بالا هستند باعث عوارض کبدی ، کلیوی و مخاطی می شود .

۷ـ عوارض خوراکی اسانس پونه با درصد بالای پولگون شامل اسهال ، دردهای شکمی ، بالا رفتن فشارخون ، استفراغ و در موارد شدید سقط جنین است .

۸ـ بهتر است در زمان شیردهی و حاملگی از مصرف پونه خودداری شود .

۹ـ در کتاب قانون ابن سینا پونه به نام فودنج معرفی و شرح مفصلی در مورد آن داده شده است .

در این کتاب ابن سینا هم به چندین نوع پونه اشاره کرده و علم امروز گیاهشناسی گونه های مختلف این گاه را تقسیم بندی نموده است که مواد موثر موجود در آنها خواص مشترک و در مواردی متفاوت دارد . همچنین ، ممکن است بعضی گونه ها دارای موادی با عوارض جانبی باشند . اما در قانون به پونه جویباری (پونه کنار آبی) ، پونه کوهی ، پونه شاک و پونه ای که آن را غلیجن می نامند ، اشاره شده است . ابن سینا معتقد است که پونه کوهی از پونه جویباری قوی تر است . البته اثرات گونه های مختلف را شبیه می داند و می گوید : پونه خون را به سمت پوست می کشد ، طبیعت گرم دارد و معرق می باشد . دارای خاصیت ضد درد و کوفتگی ماهیچه هاست ، اشتهاآور و مقوی معده است و سکسکه را بر طرف می کند . آب پز پونه ادرارآور است . بیمار مبتلا به تب و لرز اگر آب پز پونه بخورد یا پونه را در روغن بپزد و از آن روغن بر تن بمالد ، بسیار نافع است . دود برگ پونه حشرات را دور می کند . پونه بیابانی داروی نیش کژدم است .

بسیاری از خواصی که ابن سینا راجع به پونه نوشته است با کتب علمی امروز مطابقت دارد . البته باید گونه های مختلف نعناع (Mentha) و پونه که گونه ای از نعناع است و گونه های مختلف پونه ، به خصوص انواع ایرانی آن ، مورد تحقیق و مطالعه قرار گیرند تا با تجزیه و شناسایی کمی و کیفی مواد موجود در پونه های ایرانی بتوان به آثار دارویی و درمانی آنها پی برد و آنها را به طور صحیح مصرف نمود .

منبع : مجله دنیای تغذیه شماره ی ۸۶

درباره جعفری

نویسنده: سپیده سلیمی

منبع:sharghnewspaper.ir

جعفری گیاهی مملو از ویتامین C، پیش ماده ویتامین A، آهن، کلسیم، پتاسیم، فسفر، منیزیم، سولفور، مس و سیلیس است. ترکیبات روغنی موجود در جعفری خواص ضدباکتری دارند که می توانند با تب و برخی از انواع عفونت ها مبارزه کنند.جعفری که احتمالاً ـ میزان مصرف آن در سطح جهان گسترده تر از سایر سبزیجات است از زمان روم و یونان باستان از اعتبار ویژه ای برخوردار بوده است و در اساطیر یونان دسته هایی از جعفری را بر روی سنگ قبر مردگان می گذاشتند و آن را به ملکه عالم ارواح تقدیم می کردند تا برای شخص تازه درگذشته در جهان دیگر شانس بیاورد. رومیان باستان برگ های جعفری را در داخل ردای

خود قرار می دادند و گلادیاتورها برای افزودن بر قدرتشان جعفری می خوردند.
در طب سنتی اروپا نیز برای درمان یرقان، مالاریا و استسقا از ریشه جعفری استفاده می کردند.جعفری خام برای فقر آهن و درمان کم خونی بسیار مفید است زیرا ویتامین C موجود در آن جذب آهن را افزایش می دهد. جعفری با افزایش فعالیت معده و ترشح آنزیم های گوارشی اشتها را تحریک می کند و عمل هضم و جذب را بهبود می بخشد از این رو برای بیمارانی که دوران نقاهت را پشت سر می گذارند ماده ای مفید است. این سبزی همچنین اثری آرام بخش بر روی دستگاه گوارش دارد و موجب از بین رفتن گاز معده، کولیت و سوءهاضمه می شود. جعفری ماده ای مدر است و دفع سموم از بدن را افزایش می دهد به همین سبب برای بیماری هایی مانند آرتروز و نقرس بسیار مفید است. روغن دانه جعفری انقباض عضلات را رفع می کند و سردرد، میگرن، آسم، التهاب مثانه و سوءهاضمه را بهبود می بخشد. گردش خون را تحریک می کند و برای دستگاه عصبی مفید بوده خواب آلودگی و اضطراب را از میان می برد.
اگرچه خوردن جعفری پس از زایمان و در دوران شیردهی فواید زیادی دارد که از آن جمله می توان به جمع شدن سریع تر عضلات رحم و ازدیاد شیر مادر اشاره کرد اما مصرف آن در دوران بارداری به مقدار زیاد توصیه نمی شود زیرا ممکن است با تحریک انقباضات رحمی موجب بروز مشکل در بارداری شود. برگ جعفری تازه کوبیده در تسکین بخشیدن جای نیش حشرات موثر است. جویدن برگ جعفری تازه بوی بد ناشی از خوردن پیاز و سیر را از دهان می زداید. آب جعفری تازه که با یک قطعه کوچک پنبه بر روی دندان دردناک قرار داده شود می تواند درد دندان را تسکین دهد. همچنین شستن موها با آب جعفری موجب درخشان شدن مو می شود.
در طباخی ایرانی از جعفری چه به صورت خام و چه پخته استفاده های فراوانی می شود. از جعفری در طبخ اغلب آش ها و بسیاری از سوپ ها استفاده می کنیم. افزودن یک یا دو قاشق جعفری تازه خرد شده به انواع سالاد طعم دلپذیری به آنها می بخشد. در تهیه ساندویچ ها نیز جعفری خرد شده همراه با پیاز یا سایر سبزیجات به کار برده می شود ضمن آنکه از جعفری به دلیل فرم خاص برگ هایش که به شکل گلی چندپر است در تزئین بسیاری از غذاها نیز سود می بریم .

کشف تاثیر مصرف آلو در جلوگیری از پوکی استخوان

نویسنده: رضا دهقان

منبع:هفته نامه سلامت

نوعی آلو (آلو سیاه) نوید دهنده افزایش ضریب سلامت زنان و به ویژه ساختار استخوانی آنها پس از دوران یائسگی است. پروفسور ارجمندی محقق سرشناس ایرانی دانشگاه فلوریدای آمریکاست که پس از سالها تحقیق و پژوهش درباره تاثیرات این میوه ارزشمند در آستانه ارایه فرمولی جدید و موثر برای کمک به زنان مستعد ابتلا به پوکی و مشکلات استخوانی است.
به گزارش خبرگزاری مهر ، پوکی استخوان بیماری همه گیری است که به تنهایی در آمریکا ۱۰ میلیون را مبتلا کرده است و مهمتر آن است که ۸۰ درصد این جمعیت در معرض خطر را زنان تشکیل می دهند. در کنار مصرف داروهای مختلف، تغذیه می تواند نقش مهمی در سلامت استخوانها و جلوگیری از ابتلا به پوکی استخوان ایجاد کند. این ماموریت علمی و تحقیقاتی است که پروفسور ارجمندی از دانشگاه فلوریدا به مدت ۵ سال است که در دانشگاه اکلاهاما در حال انجام آن است.
اکنون جامعه علمی آمریکا و جهان منتظر است تا نتایج تحقیقات این محقق برجسته ایرانی درخصوص تاثیر مثبت و حیرت آور مصرف آلو سیاه بر جلوگیری از ابتلا به پوکی استخوان در تابستان ۲۰۰۸ منتشر شود.تحقیقات صورت گرفته از سوی پروفسور ارجمندی نشان می دهند که آلو سیاه تاثیر فوق العاده مثبتی در تنظیم و مقاوم سازی توده های استخوانی در حیوانات مبتلا به پوکی

استخوان داشته است. اکنون پروفسور ارجمندی در حال آزمایش متغیرهای مشابه در پروژه تحقیقاتی خود در دانشگاه فلوریدا است و در آن به بررسی دقیق تاثیر مصرف آلو سیاه در زنانی می پردازد که در فاصله زمانی ۲ تا ۱۰ سال پس از دوران یائسگی خود قرار دارند.این تحقیقات آنچنان از اهمیت برخوردار است که وزارت کشاورزی آمریکا حمایت خود را از آن اعلام کرده و پیش بینی می شود نتایج قطعی آن در تابستان ۲۰۰۸ اعلام شود .

پیش گیری از سکته قلبی با مصرف پسته

نویسنده:هاله بهداد فر

منبع:روزنامه کیهان

هر روز به شمار کسانی که مصرف گیاهان و سبزیجات را توصیه می کنند، افزوده می شود. بسیاری از ما که دچار زندگی صنعتی شده ایم برای تناسب اندام و کاهش توده های اندوخته شده چربی مصرف میوه و سبزیجات را حداقل در وعده شام تجربه کرده ایم و یا کسانی بوده اند که چنین توصیه هایی به ما بکنند. خوشبختانه این رویکرد خوب یعنی مصرف میوه و سبزیجات روی هم رفته اتفاق مبارکی است به شرطی که گرانی روزافزون قیمت میوه ها ما را از این مواهب بی نظیر محروم سازند و اما خبر خوب...

خوشبختانه افرادی که میوه های مغزدار را دوست دارند، بدانند میوه های مغزدار به تنهایی یک رژیم غذایی سالم محسوب می شوند.برای مثال، آخرین تحقیق نشان می دهد که پسته برای قلب مفید است زیرا رگهای خونی را شل کرده و موجب کاهش فشار خون می شود. این یافته بدنبال مطالعه «واکنش های قلب» توسط تیمی از محققان به سرپرستی پن استیت صورت گرفته است. او بیان می کند مصرف میوه های مغزدار می تواند فشار خون بالا را کنترل کند.

گروه تحقیق این مطالعه را براساس سه رژیم موفقیت آمیز مطرح کرده است.یک قلب سالم نیازمند ۲۵ درصد کالری از طریق چربی و هشت درصد چربی خالص است. یک رژیم با ۳۰ درصد کالری از طریق چربی و ۸ درصد چربی خالص باضافه ۵/۱اونس پسته، یا یک رژیم با ۳۴درصد کالری از طریق چربی و ۸ درصد چربی خالص باضافه ۳ اونس پسته است.

محققان در پایان چهار هفته هر کدام از رژیم ها را مورد بررسی قرار داده و فشارهای دخیل شده خون را مورد مطالعه قرار دادند، و قوه ارتجاع رگ های خون را ارزیابی کردند، سپس دو آزمایش فشار از آنها گرفتند.آنها متوجه شدند ۵/۱ اونس رژیم پسته، فشارخون (فشار بالا) انقباض قلب و رگها را تا ۸/۴ میلی متر و ۳ اونس رژیم پسته فشار خون انقباض قلب و شرایین را تا ۴/۲ میلی متر مرکوری کاهش می دهد، همچنین سرخرگ را شل می کند، تعمیر مفیدی که روی هم رفته موجب احیای کار قلب می شود.این مطالعه توسط انجمن پسته کالیفرنیا مورد حمایت قرار گرفته و در ماه آپریل ۲۰۰۷ در کنفرانس بیولوژی تجربی گزارش شده است.

میوه های مغزدار مثل پسته معمولاـ بسیار چرب هستند اما اکثر آنها دارای یک چربی ناخالص است که برای قلب مفید است. در حقیقت می بایست در خوردن این میوه ها اعتدال را رعایت کرد. البته میوه های هسته دار از همه نوع آن موجب کاهش بیماری قلبی و حمله قلبی می گردد.

اثر درمانگر میوه های خشک

منبع:روزنامه کیهان

مصرف میوه های خشک به اندازه هشت گرم در هفته خطر ابتلا به بیماری های قلبی را تا حدود ۱۱درصد کاهش می دهد .

این میوه های خشک شامل گردو، بادام، پسته شامی و از این قبیل می باشند.

تحقیقات نشان داده است که خوردن مقدار کمی از این میوه ها پنج بار در هفته تاثیر بسیار اندکی در افزایش وزن دارد.

آزمایشات نشان داده اند که مصرف خشکبار برای جلوگیری و کاهش گرفتگی رگ ها و عروق تا چه اندازه اهمیت دارد.

از آنجایی که خطر ابتلا به بیماری های قلبی در افراد چاق و یا سیگاری بسیار زیاد است، با مصرف خشکبار میزان بیماریهای قلبی عروقی در میان این افراد به مراتب کمتر از افرادی است که خشکبار در رژیم غذایی آنها گنجانده نشده است.

همچنین مصرف مقدار متعادل از خشکبار، ریسک سکته مغزی را نیز کاهش می دهد. اما تصور نکنید که می توانید چاق باشید، فشار خون داشته، جلوی تلویزیون بنشینید و انتظار داشته باشید که خوردن خشکبار شما را از ابتلا به بیماریهای قلبی و یا سکته محافظت کند.

تحقیقات دیگری که در مورد مصرف خشکبار به عمل آمده نشان می دهد که بعد از مدت شش ماه استفاده پی در پی از خشکبار تنها حدود یک پوند (نیم کیلو) به وزن افراد اضافه شده است که با توجه به میزان کالری موجود در این مواد خوراکی انتظار می رفت این مقدار حدود ۱۰پوند (۵کیلو) باشد که این مطلب بیانگر مفید بودن استفاده از این نوع مواد خوراکی نیز هست.

خرما، عامل شادابی، طراوت و درمان بیماری ها

نویسنده:صدیقه پارسانیا

منبع:روزنامه ایران

خرما میوه ای بسیار قدیمی است و نام آن در قرآن کریم ۴۲ بار تکرار شده است. این میوه پرخاصیت برای مردم کشورهای اروپایی و آمریکایی تا حدی نا آشناست و آن را فقط در کیک و شیرینی مصرف می کنند ولی در خاور میانه مخصوصاً در کشورهای عربی به عنوان یک غذای اصلی به کار می رود. می گویند درخت خرما از قدیم در فلسطین به فراوانی وجود داشته به طوری که در ناحیه بین دریای گالیله و دریای مرده جنگل بزرگی از خرما بوده است.در مسیحیت برگ درخت خرما سمبل و نشانه شهادت و شهدایی است که در راه دیانت حضرت مسیح جان باخته اند.خرما (Dates) میوه ای بسیار مقوی است که مواد معدنی بسیاری چون آهن، پتاسیم، روی، و منگنز و ویتامین A-B-E را داراست. تحقیقات درباره خرما نشان داده که این میوه می تواند از بسیاری از سرطان ها مانند سرطان کولون معده و... پیشگیری کند. یکی از خواص خرما ملین بودن آن است. البته اگر ۶ تا ۷ عدد خرما را در ۲ لیوان آب جوش خیس کرده و صبح و شب آن را به صورت گرم بنوشید و یا مقداری خرما میل کنید و بلافاصله یک تا دو لیوان آب گرم روی آن بنوشید. خاصیت دیگر خرما، خنثی کردن اسید اضافی معده است از آنجا که زیادی اسید معده باعث ترش کردن و دل درد می شود، بنابراین هر وقت دل درد گرفتید می توانید فرمول چینی ها در طب سنتی را استفاده کنید.

بدین طریق که ۲ تا ۳ عدد خرمای تازه و له شده را در آب جوش بیندازید بعد آن را هم زده و بنوشید. خرما را به عنوان میوه نیز می توان مصرف کرد. همچنین حتماً برای خواب راحت تر و آرامش بیشتر شام خود را در حدود ساعت ۷ بعد از ظهر صرف کرده و قبل از خواب یک عدد خرما و یک لیوان شیر گرم میل کنید.خرما برای افراد سالمند و بچه ها بسیار مفید است. سعی کنید به جای قند و شکر از خرما برای نوشیدن چای استفاده کنید و یا در طباخی از آن استفاده بیشتری ببرید. ورزشکاران به علت فعالیت زیاد به طور حتم باید از عصرانه ای مقوی که با خرما باشد استفاده کنند.مصرف خرما، روش شناخته شده ای برای درمان سرطان و سایر بیماری های عفونی است.علت ابتلای بسیار کم ساکنان شبه جزیره عربستان به بیماری هایی نظیر تصلب شرایین، مرض قند و سرطان مصرف فراوان خرما است.خرما می تواند با مهار رادیکال های آزاد از تخریب مولکولی و جهش رسانی ناشی از این رادیکال ها جلوگیری کند.

خرما دارای قند زیادی است. حدود ۷۰درصد آن را کربوهیدرات تشکیل می دهد که ۶۰ تا ۶۵ درصد آن قندهای گلوکز و

فروکتوز و ۲/۵ درصد فیبر غذایی است.به همین دلیل برای افرادی که نمی توانند ساکاروز را تحمل کنند مناسب است.گلوکوز و فروکتوز از ساکاروز مشتق می شوند. این قندها به راحتی و فوراً توسط بدن جذب شده، بدون نیاز به هضم در بدن تولید انرژی کرده و یا ذخیره می شوند.یک کیلوخرما بیش از ۳۰۰۰ کالری انرژی تولید می کند.خرما به تنهایی یک منبع غنی مواد معدنی است. فسفر موجود در خرما به اندازه مجموع فسفر موجود در زردآلو، گلابی و انگور است.به دلیل سدیم کم آن ? (میلی گرم در ۱۰۰ گرم خرما)، برای افراد دچار فشار خون بالا که بایستی رژیم کم سدیم داشته باشند، مفید است. آهن موجود در خرما (۳ میلی گرم در ۱۰۰ گرم خرما) یک سوم RDA یا نیاز روزانه مردان به آهن را تأمین می کند.فیبر موجود در خرما برای بهبود عملکرد سیستم گوارش و هضم و دفع مواد غذایی مفید است. خرما درختی است از تیره گرمسیری جزو تیره نخلها که میوه اش جزو میوه های سته است یعنی تمام قسمت بریکاری آن گوشتی و محتوی مواد غذایی است. دارای هسته ای سخت و پوست نازک و شیرین که به شکل خوشه ای بزرگ از شاخه آویزان شده و برگ های آن بزرگ است. ارتفاع نخل به ۱۰ تا ۲۰ متر و شاید هم بیشتر می رسد.

دکتر یوسف اسکندری متخصص تغذیه می گوید: امروزه خرما اساسی ترین ماده غذایی در رژیم درمانی، درمان بیماری ام.اس، اختلال جذب و دفع غذا و بیماری سنگ مثانه به شمار می آید.

دکتر اسکندری مصرف این ماده غذایی را به مادران توصیه می کند. مطالعات نشان می دهد که مصرف خرما، باعث افزایش شیر مادر شده همچنین در ایجاد آرامش مادران در دوران بارداری نیز مؤثر است. در ایران تقریباً ?? درصد از کل خرماهای جهان تولید می شود.

ویژگی های خرما

ضد میکروب است، سبب تقویت ستون فقرات و افزایش دهنده توان جنسی شده و قوه بینایی و شنوایی را تقویت می کند و همچنین سبب هضم غذا و خوشبو شدن دهان شده و نابود کننده دردهاست.

کلسیم موجود در خرما عامل اصلی استحکام استخوان ها است و نیز دارای فسفر است که مانع ضعف اعصاب و خستگی می شود.

خرما دارای سدیم است که وجود آن از زکام جلوگیری می کند.

پتاسیم موجود در خرما از بروز زخم معده جلوگیری می کند. این عنصر معدنی اشتها آور بوده و کمبود آن امراض حلقی بویژه تورم لوزه ها را ایجاد می کند. گاهی تورم قوزک پا نیز به علت کمی پتاسیم در بدن است.

به مبتلایان فلج اطفال، خوردن روزانه چند عدد خرما توصیه می شود.

سالمندان نیز برای جبران کاهش سلول های مغزی باید غذاهای منیزیم دار مصرف کنند. منیزیم از عناصر موجود در خرماست.

بویژه این که منیزیم به عنوان تنها ماده معدنی ضد استرس در دنیا شناخت شده است.

مبتلایان به دیابت (مرض قند) می توانند به جای قند از خرما استفاده کنند. زیرا منیزیم موجود در آن کار کلیه و لوزالمعده را آسان می کند.

خرما در تعادل یونهای بدن نقش مؤثری داشته و در شست وشوی خون، اثری شگرف دارد.

خرما چون کالری زیاد ایجاد می کند رطوبت را از بین می برد. خرما ریشه حساسیت را از بین برده و در کلیه التهابات (پوستی – چشمی– داخلی– گوش و...) می توان خرما مصرف کرد.

برای مبتلایان به بیماری های رماتیسم و پوست و چشم و ... که در نتیجه حساسیت به وجود آمده است داروی ارزنده ای است.

استفاده از شیر با گردو و خرما برای کلیه بسیار مفید است و در زیبایی پوست مؤثر است.

خرما برای کسانی که دوره نقاهت را می گذرانند لازم است و همچنین مانع تجمع چربی شده و به دلیل دارا بودن عناصر مفید برای

کبد، دفاع بدن را در برابر امراض بالا می برد.

خرما برای بیمارانی که از چربی خون و چاقی، ناراحتی های تنفسی و بویژه تنگی نفس (آسم) رنج می برند، مفید است. با مصرف خرما کار غده تیروئید نیز تنظیم می شود.

زنانی که قرص ضد بارداری مصرف می کنند بهتر است به گونه ای مرتب و روزانه از جیره غذایی خرما استفاده کنند.

خرما در انسان آمادگی تفکر به وجود می آورد.

جوش جوانی یا آکنه را بهبود می بخشد و یکی از عناصر تجدید قوای جوانی به شمار می رود. در همین حال خرما برای رویانیدن مژه و درمان زخم و خارش چشم مفید است.

علاوه بر این چند عدد خرما بدون هسته را می توان سوزانید و پودر بسیار نرم آن را به صورت سرمه روزی یکبار در پلک ها مالید.

لازم به ذکر است زیاده روی در مصرف خرما موجب گرفتگی کبد و طحال شده و فشار خون را بالا می برد و سبب پوسیدگی و کرم خوردگی دندانها می شود. همچنین چاقی به همراه دارد. پس بهتر است به میزان لازم مصرف شود و حدود مصرف حفظ شود.

خرما دارای ماده ای شبیه هورمون کورتون است که برای تسکین التهاب مؤثر است.

احادیث و روایات

درخت بالیده و بلندی را که دارای الیاف تودرتو و متراکم است روزی بندگان خود قرار دادیم و به آن کشور مرده ای را زنده کردیم.

قرآن کریم

ای مریم درخت خرما را بتکان که برای تو رطبی روشن و تازه فروریزد و بخور و بیاشام و چشمانت را از آن روشن گردان.

سوره مریم

میان فرزندانتان عدالت و مساوات برقرار کنید اگر چه با دو نیمه یکدانه خرما باشد.

رسول اکرم(ص)

نخل از بازماندگان گل آدم آفریده شده است.

رسول اکرم(ص)

ازامام صادق(ع) نقل شده: خرما شفای امراض است و میوه ا ی است که درد و ناراحتی ندارد.

خواص میوه ها و تأثیر آن در تعادل سیستم بدن

منبع:روزنامه کیهان

هر یک از میوه های تابستانی دارای خواصی هستند که خوردن آنها در فصل گرما که بدن به مایعات و املاح معدنی بیش از سایر فصل ها نیاز دارد، نقش اساسی در ایجاد تعادل برای سیستم بدن دارد.براساس گزارش های وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، مصرف روزانه میوه، کلسترول خون را ۱۰درصد، احتمال وقوع سکته مغزی را ۴۰درصد و احتمال بروز سکته قلبی را به میزان ۱۵درصد کاهش می دهد.

مدیرکل دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت در این زمینه به خبرنگار ایرنا، گفت: اشخاصی که به صورت بلندمدت و روزانه مصرف هشت عدد توت فرنگی معادل ۴۵کالری را در برنامه غذایی خود قراردهند، سطح فولات (اسیدفولیک) در خونشان به طرز چشمگیری افزایش پیدامی کند. «سیدمرتضی صفوی» با بیان اینکه فشار خون بالا یکی از عوامل خطرساز بروز سکته های قلبی است، افزود: توت فرنگی با کاهش فشار خون، با این عامل خطرساز مقابله می کند.

وی اظهـار داشت: این میوه خوش آب و رنـگ، اشـتهاآور و تقویت کننـده نیز است که اگر آن را به صورت له شـده، با آب یا آب پرتقـال مخلـوط کننـد، نوشـیدنی خوش رنگی به دست می آیـد که عطش و خسـتگی را رفع می کنـد.صـفوی افزود: افرادی که از ضعف حـافظه رنـج می برنـد و یا نگراننـد که با افزایش سن، قـدرت حافظه خود را از دست بدهنـد، بایـد به خاطر داشـته باشـند که مصـرف بلنـد مدت توت فرنگی به نحو مؤثری، باعث تقویت حافظه می شود.این متخصـص تغذیه گفت: انواع سـیبهای تابسـتانی با داشـتن ویتامین های «ای»، «ب»، «سـی» و پتاسـیم، در تأمین املاح و دیگر ویتامین های بدن نقش دارند و سـیب به سـبب داشتن فیبر فراوان به حفظ سلامت دستگاه گوارش کمک کرده، در کنترل قند و چربی خون نقش دارد.

صفوی از هنـدوانه نیز به عنوان محصولی مفید در تأمین آب و املاح بدن یاد و تصـریح کرد: این محصول که از جمع صـیفی جات است، بـا داشـتن مقادیر فراوان آب، پتاسیم، منیزیم، ویتامین «سی» و ویتامین «ای» نقش مهمی را در حفظ آرامش اعصاب ایفاء می کند.

وی گفت: آلبالو نیز که از غنی ترین منابع ویتامین «سی» است، با داشتن یک عامل ضدباکتری، در پیشگیری از پوسیدگیهای دندان و بیماریهای لثه مفید است.

صفوی به افرادی که در شـرایط فشار روانی(استرس) قرار دارنـد و یا سـیگار می کشـند، توصـیه کرد که روزانه میوه و سبزی حاوی ویتامین «ث» مصرف کنند.

وی گفت: این ویتامین در فلفل سبز دلمه ای، پرتقال، کیوی و ساقه سبز پیازچه، موجود است.

باقلا اثری نیرو بخش دارد

منبع:روزنامه جوان

باقلا حاوی ویتامین های آ.ب.ث و املاح مفیدی از جمله آهک، فسفر، آهن و غیره می باشد. به همین علت در گروه خوراکی های خـون سـاز قرار دارد و مغز قلـم اسـتخوان هـا را نیز تقـویت می کنـد. برای افرادی کـه دوره نقـاهت را بـه سـر می برنـد، باقلاـ اثری نیروبخش دارد و در مبتلایان به برونشـیت ایجاد خلط می کند، ضـمنا باقلا کلیه ها را تقویت کرده و به ریه ها نیرو بخشـیده و سلول های مغز استخوان را فعال می سازد. این خوراکی زود هضم بوده و به سرعت از معده می گذرد و با خود فضولات را نیز به سهولت دفع می کند، ضمنا سینه و ریه را پاک و تقویت و سرفه های خشک را درمان می کند. برای درمان رماتیسم، سیاتیک، نقرس و درد مفاصـل توصـیه شـده است که در حـدود ?? الی ?? گرم از گل باقلا را در یک لیتر آب جوشانـده و بعـد از صافی گذرانـده و در فواصل غـذا یک فنجان از آن را نوش جان نماییـد. به افرادی که از میگرن رنـج می کشـند، سـفارش گردیـده است که ?? الی?? گرم از گل باقلا را جوشانـده و در فواصل غـذا یک فنجان بنوشـند. توصـیه می شود هرگز آب پخته باقلا را دور نریزیـد و آن را به همراه باقلاـ بنوشـید. زیرا گلو را نرم کرده و از تولیـد سـنگ جلوگیری می کنـد و گرفتگی معـده را نیز برطرف می کنـد. افراط در خوردن باقلاـ بـاعث نفـخ و سـنگینی معـده شـده و موجب کنـدی ذهن می شود. البته اگر بـا آب آن خورده شود عوارض آن کمتر خواهـد بود. خوردن باقلاـ همراه ماست، موجب دل پیچه می گردد و اگر به طور تازه زیاد مصـرف شود باعث تاول دهان می شود. بعضـی افراد به باقلای تازه حساسـیت داشـته و مبتلا به بیماری فاویسم می شونـد. علامت این بیماری زرد شـدن رنگ پوست بدن و احساس خسـتگی و سـستی در اعصاب، پیـدا شدن خون در ادرار، سـردرد و اسـتفراغ است. در این عارضه خون بدن کم می شود و درمان آن معمولا تزریق خون و سـرم های غـذایی است. بهترین راه برای جلوگیری از ابتلا شـدن به این بیماری دو لپه کردن باقلا و جوشانـدن آن در آب و دور ریختـن آب آن اسـت و همچنین پختن آن در روغن و افزودن ادویه ایماننـد آویشن، دارچین، فلفـل، میخـک و از همـه مهمـتر گلپر می باشـد. افرادی کـه بـه بیمـاری هـایی نظیر، کلسـترول، تصـلب شـرائین، ضـعف حـافظه، آترومی،

افسردگی، اسیداوریک، سردرد، میگرن، نفخ دل درد، مالیخولیا، سنگ اورات، خارش پوستی، فشار خون، صرع، بادفتق، احتقان و یبوست مبتلا می باشند نباید در خوردن باقلا زیاده روی کنند.

تاثیر توت در رفع تشنگی

منبع:روزنامه جوان

توت میوه ای خوشمزه، شیرین و مطبوع بوده و دارای مواد مفیدی مثل پتاسیم، منیزیم، کلیسم، فسفر و مقداری آهن و مواد قندی می باشد که ارزش دارویی آن را چند برابر می کند. میوه خشک شده آن نیز از تنقلات مفید محسوب می شود. توت برای افرادی که مبتلا به قندخون می باشند ضرری نداشته و افراد چاق نیز می توانند از این میوه استفاده کنند البته به این شرط که توت را قبل از غذا با یک لیوان آب و یا یک استکان چای مصرف نمایند تا مانع پراشتهایی اینگونه افراد بشود. توت حاوی فسفر بوده و بنا به این علت یک میوه عالی برای افرادی است که به کارهای فکری مشغول می باشند. توت مدر، ملین، انرژی زا، ضدسوءهاضمه، تصفیه کننده خون، مقوی نیروی جنسی، کبد و طحال بوده از خشکی دماغ نیز جلوگیری می کند.در طب کتب سنتی ذکر شده است که برای محکم کردن لثه ها و جلوگیری از کرم خوردگی دندان ها بهتر است که از مضمضه جوشانده برگ توت و یا از صمغ درخت توت استفاده نمایید در این مورد باید صمغ توت را خوب بجوید.

مصرف توت در موارد زیر تاثیر درمانی دارد: تشنگی زیاد، ضعف اعصاب، مسمومیت، زخم معده و روده، ضعف حافظه، حصبه، آبله و ناراحتی ریه. خوردن توت علاوه بر رفع حساسیت بدن و نارسایی کبد به دفع سموم بدن و مواد سمی مثل اسید اوریک، اوره و درمان نقرس ،کلسترول و ... نیز کمک می کند. توت خشک در رشد کودکان و تامین انرژی حیاتی و حفظ تندرستی سالمندان اثر بسزایی داشته و فعالیت کبد و قلب و کلیه را تنظیم می کند.خوردن توت بعد از یک غذای سیر موجب سوءمزاج می شود. اشخاصی که صاحب طحال ضعیف می باشند در مصرف توت باید احتیاط کنند و زیاده روی در مصرف توت موجب ناراحتی معده، قلب، اسهال و تولید صفرا می شود.باید دقت شود که توت را چه موقع مصرف کنید؛ توت که برای تقویت اشتها موثر است اگر با پر بودن معده مصرف شود سبب سوءهاضمه می شود. بنابراین در زمان و مکمل غذایی توت خشک در هنگام مصرف باید دقت کرد.

مصرف زیتون به جای داروهای مسکن

منبع:روزنامه کیهان

تحقیقات جدید، نشان می دهد که نوع مرغوب روغن زیتون دارای یک ماده شیمیایی طبیعی است که مانند یک داروی مسکن عمل می کند.

نتیجه این تحقیقات نشان می دهد که ۵۰ گرم روغن زیتون فرآوری نشده، معادل یک دهم یک دز داروی ایبوپروفن اثر تسکین بخش دارد.

به گفته گروهی از پژوهشگران ماده ای که در روغن زیتون وجود دارد یعنی اولئوکانتال مانند یک داروی ضد التهاب موثر است.

پژوهشگران می گویند درحالی که این ماده تا آن اندازه قوی نیست که برای تسکین سر درد از آن استفاده شود، ولی نشان دهنده منافع رژیم های غذایی کشورهای حوزه دریای مدیترانه است.

ماده اولئوکانتال که مقدار آن در زیتون تازه، بیشتر است مانند ایبوپروفن و سایر داروهای ضد التهاب درفعالیت آنزیم هایی که موجب التهاب و تورم می شوند تاثیر می گذارد. عارضه التهاب به عوامل مختلف از جمله بیماری قلبی و سرطان ارتباط داده شده

است.

رژیم غذایی کشورهای حوزه دریای مدیترانه که روغن زیتون یکی از مواد اصلی آن است از مدتها قبل برای سلامتی انسان مفید تشخیص داده شده بود و درکاهش خطر سکته مغزی،بیماریهای قلبی، سرطان پستان، سرطان ریه و برخی از انواع فراموشی تاثیر مثبت دارد.

پژوهشگران هنگامی متوجه خاصیت های تازه روغن زیتون شدند که دیدند روغن زیتون فرآوری نشده به همان شیوه ایبوپروفن، موجب ناراحتی در قسمت عقب گلو می شود.

روغن زیتون دارای رشته خواصی است که ضد اکسیدان بودن از آن جمله است ولی این که بگوییم روغن زیتون اثر دارویی دارد، موضوعی است که به تحقیقات بیشتری نیازمند است.

کلر ویلیامسون یادآور می شود که مقدار چربی روغن زیتون زیاد است و تنها در حد اعتدال باید مصرف شود.

چای بابونه شفابخش است

منبع:روزنامه قدس

تازه ترین یافته ها نشان می دهد چای بابونه حاوی موادی است که خواص درمانی دارد. در طول هزاران سال، از این چای گیاهی در درمان بسیاری از بیماریها استفاده شده است. چای خوش عطر گیاهی بابونه برای آرامش و تسکین اعصاب مصرف می شود. پیشتر عقیده بر این بود که آثار تسکین دهنده چای به دلیل خواص ضدالتهابی آن است. اما تحقیقات جدید خواص درمانی چای را تأیید می کند. مصرف این چای، مقاومت بدن در مقابل عوامل بیماریزای عفونی و سرماخوردگی را افزایش می دهد. این مطالعه یکی از مطالعات بی شماری است که نشان می دهد محصولات طبیعی گیاهی حاوی موادی هستند که خواص دارویی دارند. در یک تحقیق کوچک ۱۴ شرکت کننده برای مدت دو هفته روزی پنج فنجان چای بابونه نوشیدند.

از شرکت کنندگان در این مطالعه آزمایش ادرار گرفته شد. نتیجه آزمایشها نشان داد نوشیدن چای بابونه سبب افزایش دو ماده به نامهای هیپوریت و گلیسین در ادرار می شود. «هیپوریت» محصول تجزیه ماده فلاونویید در چای است. این ماده خواص ضدباکتری دارد.

محققان می گویند، افزایش «هیپوریت» در ادرار بعد از نوشیدن چای می تواند توجیه کننده خاصیت افزایش مقاومت در مقابل عوامل عفونی باشد.

گلیسین ماده ای است که اسپاسم شدید عضلانی را بهبود بخشیده و سبب آرامش اعصاب می شود. میزان «هیپوریت» و «گلیسین» حتی تا دو هفته پس از مطالعه در خون بالا می ماند که این امر نشانگر خواص دراز مدت این چای گیاهی است.

خروسک

علایم: تنفس دشوار، بطوریکه قسمتهای تحتانی قفسه صدری با هر دم به سمت داخل کشیده می شوند. خس خس کردن، تیره یا کبودشدن رنگ صورت از دیگر علائم آن است.خروسک به صدایی می گویند که بهنگام عبور هوا از نای تنگ شده و تارهای صوتی ملتهب بوجود می آید. معمولا تنها اطفال کوچک به این ناراحتی دچار می شوند؛ زیرا برونشهای آنها باریک بوده و هنگام التهاب بر اثر مخاط مسدود می شوند و شایعترین علت ایجاد التهاب نیز در برونشها، یا ویروسها هستند، مانند: سرماخوردگی و یا بعلت عفونتهایی نظیر برونشیت.

در موارد نادر بعلت ورود جسم خارجی در راههای هوایی بوجود می آید. این بیماری در کودکان بزرگتر خطر زیادی در بر ندارد

و به آن ورم تارهای صوتی (لارنژیت) گفته می شود.درصورتی که خروسک کودک شما شدید باشد، مشکلات تنفسی بوجود خواهد آورد و باید بصورت اورژانس درمان شود.

چه باید کرد؟

خونسرد باشید و کودک خود را نیز آرام کنید تا بر اثر ترس و دلهره وضعیت تنفسی وی بدتر نشود.

هوای مرطوب می تواند اثری تسکین دهنده بر کانالهای تنفسی کودک داشته باشد. اگر هوای بیرون خنک و مرطوب است کودک را کنار پنجره ببرید و او را تشویق کنید تا نفس عمیق بکشد یا او را به حمام برده و با بازکردن شیرآب داغ، فضایی بخار آلود ایجاد کنید.

هنگان خواب یا استراحت زیر سر کودک بالش یا تکیه گاهی بگذارید یا او را به حالت نشسته در آغوش خود بگیرید، زیرا در این وضعیت نفس کشیدن راحت تر صورت می گیرد.

اگر پوست کودک کبود یا تیره شده و برای تنفس تقلا می کند که باید بصورت اورژانس به دکتر مراجعه کنید و در صورتی که کودکتان دچار حمله خروسک شده است، فورا نزد پزشک بروید.

در صورتی که علائم جدی باشند، دکتر کودک را زیر اکسیژن قرار می دهد.

هنگام حمله اگر جسم خارجی در مجاری هوای کودک وجود داشته باشد باید سریعا آن را خارج سازید.

گلهای تیغ دار از سرماخوردگی جلوگیری می کنند

منبع:روزنامه قدس

محققان آمریکایی اعلام کردند درمان گیاهی سرماخوردگی با گل تیغی می تواند ریسک ابتلا به این بیماری را تا ۵۰ درصد کاهش دهد. به نقل از بی بی سی، این گیاه درصد ابتلا به سرماخوردگی را تا حدود ۵۸ درصد کاهش داده و طول دوره آن را تا یک روزکاهش می دهد.

متخصصان معتقدند مجموعه ای از ۹ گیاه وابسته به گونه تیغی که در مناطق آمریکای شمالی یافت می شود کمک زیادی به سلامت سیستم ایمنی بدن می کند.

در تحقیقات مرکز پزشکی آمریکا مشخص شده این گیاه باید همراه ویتامین C مصرف شود تا ابتلا به سرماخوردگی را تا ۸۶ درصد کاهش دهد.بیش از ۸۰۰ نوع ماده وجود دارد که ترکیبی از گیاه تیغی در آن دیده می شود.

انجیر میوه درمانگر

انجیر ضد سرطان بوده و در معالجه بیماریهای پوستی موثر است.

انجیر چاق کننده است. افرادی که می خواهند وزنشان اضافه شود و یا برای بیمارانی که دوره نقاهت خود را می گذرانند، بسیار مفید است. بنابراین می توان آن را با شیر سویا مخلوط و بین غذاها مصرف کرد.

انجیر یبوست را برطرف کرده و یکی از بهترین میوه ها برای تمیز کردن روده بزرگ و رفع یبوست است. در قدیم برای از بین بردن یبوست از شربت انجیر استفاده می کردند.

برای درمان ناراحتی های سینه حدود ۲۰ گرم از خرما، عناب، انجیر خشک و مویز را با هم مخلوط و آسیاب کرده سپس این پودر را با یک لیتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد. از این جوشانده می توان به مقدار سه فنجان در روز مصرف نمود.

جوشانده انجیر خشک درمان کننده التهاب مجاری دستگاه تنفسی، کلیه، ذات الریه، ذات الجنب، سرخک، مخملک و آبله می

باشد.

برای برطرف کردن سیاه سرفه، برونشیت و ذات الریه از قهوه انجیر استفاده کنید و برای درست کردن این قهوه انجیر را ابتدا بو داده و سپس آن را آسیاب کنید تا بصورت پودر درآید.

انجیر دستگاه هاضمه را تقویت می کند. همچنین برای درمان سوء هاضمه مفید است.

سوپ انجیر بسیار مقوی بوده و برای افزایش شیر در زنان شیرده مفید است. برای تهیه سوپ، انجیر نارس را با گوشت بپزید.

برای برطرف کردن ورم گلو، ۵۰ گرم انجیر زرد را در ۵۰۰ گرم شیر، به مدت ۱۵ دقیقه نگه داشته سپس آن را غرغره و مقداری نیز از آنرا بنوشید (می توانید آن را با عسل هم شیرین کنید).

جوشانده انجیر خشک در شیر برای درمان آنژین، ورم لثه و ورم مخاط دهان نیز موثر است.

مخلوط شیر بز و انجیر سیاه یکی از داروهای بسیار موثر برای درمان آرتروز و درد مفاصل، می باشد. این مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج کرده و درد را از بین می برد.

انجیر را می توان همراه با میوه های دیگر مصرف کرد. اما با میوه های اسیدی مانند پرتغال و گریپ فروت سازگار نیست.

انجیر برای افرادی که قند خونشان پایین می آید و یکباره احساس ضعف می کنند مناسب است. زیرا قند آن به سرعت در روده کوچک جذب می شود. خوردن انجیر باعث افزایش نیروی جنسی می شود.

انجیر تقویت کننده کبد است. چنانچه ترشح ادرار کم باشد خوردن انجیر باعث ازدیاد آن می شود. همچنین انجیر تعرق را زیاد و باعث کاهش حرارت بدن می شود.

گفتنی است، انجیر برای کبدهای ضعیف مناسب نیست و کسانی که کبد ضعیف دارند باید انجیر را با گردو بخورند.

همچنین زیاده روی در مصرف انجیر تولید نفخ شکم و اسهال کرده و برای چشم نیز مضر است.

گریپ فروت برای سلامت قلب و عروق و کاهش وزن بدن مفی

منبع:روزنامه کیهان

گریپ فروت سرشار از ویتامین «ث» و پتاسیم، منبعی غنی از آهن، کلسیم و سایر مواد معدنی است.انواع سرخ و صورتی گریپ فروت انباشته ازکاروتن یعنی زمینه ساز ویتامین «آ» است. فیبر گیاهی آن فراوان ولی میزان کالری آن جزئی است. دارای بیوفلاونوید و شماری دیگر از مواد گیاهی است که از انسان درمقابل بروز سرطان و بیماری های قلبی مراقبت می کنند.

میوه گریپ فروت، اشتها را تقویت و عمل هضم را آسان می کند و جریان اسید معده و ترشح کیسه صفرا را سرعت می بخشد.گریپ فروت سرشار از ویتامین های «ث» و «ب» است. این دو ویتامین درحفظ سلامت قلب و عروق بدن مؤثرند. همچنین به تولید قند و مواد حیاتی دستگاه بدن کمک می کند.گل های گریپ فروت، خاصیت ضدتشنج ولرز را دارد و دم کرده آن را موقع تشنج، زکام و تب می نوشند.اگر گریپ فروت صبح ناشتا خورده شود، خواص ادارآور آن زیاد شده و سموم را از بدن خارج می کند.

گریپ فروت خون را تصفیه وکلیه و کبد را پاکسازی می کند، ضد خون ریزی بواسیر است و عطش را رفع می کند.گریپ فروت اختلالات مفصلی را درمان می کند و همچنین برای کسانی که موهای سرشان می شکند می توان آن را تجویز کرد، برای کسانی که عفونت های ریوی و تب خیز دارند مفید است.

افرادی که از رژیم گریپ فروت پیروی می کنند، دچار کاهش وزن می شوند. اما این بدان جهت است که آنها مواد غذایی دیگر را کم تر می خورند و این عمل به کاستی های غذایی می انجامد. حتی اگر این گونه باشد، گریپ فروت، میوه مفیدی برای متعادل

ساختن وزن بـدن شـمرده می شود؛ و مقدار زیاد فیبر گیاهی آن، گرسـنگی را فرو می نشاند.چنانچه می خواهید از وزن تان بکاهید، روزانه پیش از هر خوراکی، آن را بخورید تا جلوی پرخوری تان را بگیرد، در ضمن میان وعده ایده آلی به شمار می رود.

جالب این که گریپ فروت سرشار از پکتین (الیاف گیاهی حل شدنی) است که به کاهش کلسترول خون کمک می کند. همچنین پژوهش های اخیر حاکی از آن است که میوه مورد بحث دارای مواد دیگری است که از بروز بیماری ها پیشگیری می کند.

بررسـی شـش ساله دانشـگاه هاروارد که توسط پزشـکان و سایر کارشناسان بهداشت صورت گرفت، حکایت از آن داشته است که مصرف هفته ای ۱۰وعده مواد غذایی سـرشار از لیکوپن، سبب کاهش ۵۰ درصد سـرطان پروستات می شود.گروهی از مبتلایان به آمـاس مفصـل رماتیسـمی، لوپوس و شـماری دیگر از مبتلایـان به اختلالات التهابی دریافته انـد که گویی مصـرف هر روزه گریپ فروت نشانه های مرضـی شان را تقلیل می دهد که این ویژگی از مواد شـیمیایی گیاهی که مانع از ایجاد پروسـتاگلاندین یعنی ماده ای آماس زا می شود، ناشی می شود.

شایـان ذکر است، افرادی که به مرکبـات حساسیت دارنـد، احتمالا در برابر گریپ فروت نیز از خود حساسـیت نشان می دهنـد. این حالت ممکن است به خاطر خود میوه یا روغن موجود درپوست آن باشد.

آب میوه های طبیعی

آب میوه طبیعی به عنوان مـاده و غـذایی غنی از ویتـامین هـا و مواد معـدنی می توانـد جـایگزین منـاسبی برای سایر مایعات همچون نوشابه های گازدار باشد.نوشـیدن یک لیوان آب میوه طبیعی معادل دوواحد میوه است، آب میوه مصنوعی هرگز نمی تواند خواص آب میوه طبیعی را داشته باشـد، چرا که حـاوی افزودنی و نگه دارنـده هـاست؛ همچنین بـا مقـادیر زیـاد قنـد، احتمـال بروز چاقی و پوسیدگی دندان را نیز در افراد افزایش می دهد.پزشکان شیر را نوشیدنی های مفید و مناسب برای رفع تشنگی دانسته و می گویند: این نوشیدگی بـا تـأمین نیـاز روزانه بـدن به کلسیم درکاهش بروز پوکی اسـتخوان در افراد به ویژه سالمنـدان بسیار موثر است، به طوری که سه لیوان شیر نیاز روزانه افراد بالغ را به کلسیم تأمین می کند.

هندوانه خنک

محققان کشاورزی آمریکا اعلام کردند: خوردن هندوانه بسـیار سرد ممکن است دلچسب تر باشد، اما خواص تغذیه ای آن کمتر از هندوانه ای است که در دمای اتاق نگه داشـته شده است.هندوانه هایی که در دمای معمولی اتاق نگهداری می شوند، نسبت به نوع یخچـالی و خیلی خنـک این میوه به مراتب خواص بیشـتری دارنـد و در واقع خواص تغـذیه ای خود را حفـظ می کننـد.به گفته این محققان، هنـدوانه سـرشار از لیکوپن است. لیکوپن آنتی اکسیدانی است که موجب رنگ قرمز در میوه هایی چون هندوانه و گوجه فرنگی می شود و می تواند از ابتلا به بیماری های قلبی یا برخی از انواع سـرطان ها جلوگیری کند. این محققان دریافتند که هندوانه حتی پس از این که از بوته اش چیده می شود، به تولید موادمغذی ادامه میدهد، اما در صورت سردشدن این روند آرام می شود.

عمر معمول هنـدوانه در دمای ۱۳ درجه سیلیسـیوس پس از برداشت محصول بین ۱۴ تا ۲۱ روز است امـا در دمای یخچال طول عمر این میوه کاهش پیدا کرده و پس از یک هفته میوه خراب شده و خواص خود را از دست می دهد.

بروکلی و گوجه فرنگی، دو میوه مفید برای سلامت مردان

منبع:روزنامه کیهان

تحقیقـات نشـان می دهـد بروکلی و گوجه فرنگی، سبزیجـاتی که خاصـیت ضدسـرطانی آنها تأییـد شـده به لحاظ اثر بر تومورهای پروستات نیز مورد توجه قرار گرفته اند و نکته مهم مصرف این دو با هم است.

به گزارش وب مـد محققان می گوینـد اثر مضاعف فوق به این دلیل است که ترکیبات فعال بیولوژیک مختلف هر یک در راههای ضدسرطانی متفاوت عمل می کنند.

آزمایشات انجام شده در موش های آزمایشگاهی نشان داده است تغذیه آنها با پودر گوجه و بروکلی باعث کاهش وزن تومورهای پروستات در این حیوان شـده است. بروکلی به تنهایی باعث کاهش ۴۲ درصـدی وزن تومورها شد و این میزان برای گوجه فرنگی ۳۴درصـد بـود.شایـد تنهـا درمـانی کـه به سـطح اثر رژیم غـذایی حـاوی بروکلی و گـوجه فرنگی می رسـد جراحی است که گزینه مطلوبی برای مردان نیست.

به گفته محققان اینکه تأثیر این دو ماده خوراکی با اثر جراحی قابل مقایسه است حائز اهمیت می باشد.

توصـیه این محققان به مردان سالمندی که مبتلا به سـرطان پروسـتات با رشد کم هسـتند و شیمی درمانی و پرتودرمانی می کنند این است که تغییر رژیم غذایی شان به سـمت مصـرف بروکلی و گوجه بیشتر را جدی بگیرند.برای بهره مندی از فوائد ضد سـرطانی این مواد که در مطالعه فوق مطرح شده، یک مرد ۵۵ساله باید روزانه ۴/۱ فنجان بروکلی خام و ۵/۲ فنجان گوجه تازه، یک فنجان سس گوجه مصـرف کنـد.این مطالعه نشان می دهـد خوردن موادغـذایی بطور کامل بهتر از مصـرف اجزاء جـدا شده آنهاست. برای مثال خوردن یـک گوجه فرنگی کامـل بر دریـافت قرص حـاوی لیکوپن ارجحیت دارد و گوجه پخته حـتی بهتر از خـام آن است. پختن گوجه و بخارپز کردن یا حرارت دادن بروکلی قابلیت دسترسی بیولوژیک اجزاء ضدسرطانی موجود در آنها را افزایش می دهد.

همچنین درمورد بروکلی ترکیبات مفید پس از بریدن این سبزی به قطعات تشـکیل می شوند. بنابراین توصـیه می شود ۵دقیقه قبل از پختن به دو یـا چهـار قسـمت تقسـیم شود. بروکلی و گوجه فرنگی موادی هسـتند که تهیه و پخت آسـانی دارنـد و برای وعـده های مختلف غذایی شامل ناهار و شام و حتی خوراک جزئی عصرانه می توان از آنها استفاده کرد.

هندوانه بخوریم یا لیکوپن؟

نویسنده:نیوشا قره گوزلو

کـدام یک از ما تا کنون برش های قرمز رنگ هنـدوانه معروف به «شتری»را نخورده است؟ این میوه سـرد و تر بهترین میوه تابسـتان است که بدن را شاداب می کند.

هنـد + وانه: همان طور که از نام این میوه پیداست زادگاه اصـلی هندوانه هندوسـتان است به همین خاطر وجه تسـمیه آن –هندوانه– است و به معنای میوه هنـد معروف شـده است گرچه اکنون در تمام نقاط جهان کاشـته می شود.هندوانه از خانواده بزرگ کدوییان است و به روز هـای گرم و آفتابی بسـیار نیازمنـد.انواع آن عبارتنـد از: قرقی، محبوبی، جهرمی، ترکمن، شـریف آباد، یوسف سـفید همدان و...

خواص هندوانه: خواص این میوه بهشتی خیلی بیشتر از چیزی است که ما تصور می کنیم ??. در صد کالری هندوانه را قند تشـکیل می دهـد آن هم قند طبیعی که دیگر دشـمن ما نیست! بلکه ماده غذایی حیاتی برای تامین سوخت انرژی به ویژه مغز است. ازآن جا که این میوه مـدراست به پایین آوردن فشار خون کمک می کنـد و به خاطر خنک بودنش برای افراد گرم مزاج بسیار خوب است. طب قـدیم می گویـد: برای رفع خارش بـدن هنـدوانه را با تمر هنـدی بخوریـد.برای بر طرف کردن تب و گرمای بدن هندوانه را با شیرخشت میل نماییـد و برای بیشتر خنک کردن بـدن در روزهای گرم تابسـتان هندوانه را با شـکر نوش جان کنید! مطالعات جدید نشان می دهـد که نباید از خوردن پوست سـفید داخل هندوانه نیز غافل بود زیرا برای زخم گلو و دهان موثر است. هندوانه تشـنگی را برطرف و ادرار و عرق را زیاد و به همین دلیل تا حـد زیادی خون را پاک می کند. از توصـیه های طب قدیم است که می گوید از خوردن مربای پوست سـفید هندوانه غفلت نکنید زیرا سـرفه را درمان می کند به شـرط آن که مربا را با عسل و شکر توامان طبخ

کنید. چرا هندوانه قرمز است؟ این میوه چاره ای جز قرمز بودن ندارد چون حاوی مواد شیمیایی طبیعی به شکل رنگدانه های قرمز رنگ مانند گوجه فرنگی است.با خوردن هندوانه قرمز رنگ بدن ما لیکوپن را از دیواره سلولی میوه دریافت می کند. مطالعات نشان می دهد یک فنجان ونیم هندوانه حاوی? تا??میلی گرم لیکوپن است و به طور متوسط لیکوپن موجود در این میوه ?? در صد بیشتر از لیکوپن موجود در گوجه فرنگی است.

سیر، دشمن باکتری و ویروس

سیر یک گیاه علفی دوساله و چندساله است که از خواص دارویی زیادی برخوردار است از جمله مهمترین آنها تاثیر این گیاه در رفع گرفتگی عضلانی است.

«محمودرضا دادوند» کارشناس گیاهان دارویی و عضو پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی در خصوص سایر مزایای این گیاه دارویی در گفت وگو با ایرنا افزود سیر در کاهش فشارخون و افزایش گلبول سفید خون موثر است.

وی گفت: تحقیقات پزشکی نشان داده است که سیر می تواند بسیاری از انواع باکتری ها، برخی از ویروس ها، عفونت های قارچی و حتی انگل های روده ای را از بین ببرد.

دادوند افزود: سیر همچنین بطور سنتی جهت درمان برونشیت مزمن، سرماخوردگی، سیاه سرفه و آسم ناشی از برونشیت مصرف می شود.

این کارشناس گیاهان دارویی در زمینه موارد منع مصرف سیر گفت: سیر را در دوران شیردهی و بارداری نباید مصرف کرد.

مهمترین بخش این گیاه که مصرف دارویی و طبی دارد، هسته آن است ، هر هسته سیر از ۴ تا ۳۰ دانه تشکیل شده است و وزن هر دانه به حدود یک گرم می رسد.

عضو پژوهشکده گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی اضافه کرد: سیر در بیشتر نواحی ایران بخصوص در نواحی شمالی کشور می روید و ارتفاع ساقه آن به ۳۰ تا ۱۰۰ سانتیمتر می رسد.

گلهای سیر به رنگ صورتی کم رنگ یا سبز متمایل به سفید است که هر بوته آن هشت تا ۲۰ حبه دارد.

دادوند گفت: یکی از راه های مصرف سیر استفاده از دانه خشک شده آن به میزان دو تا چهار گرم بصورت سه بار در روز است.

مصرف خارجی آن باعث تحریک و سوزش پوست بدن شده و ممکن است باعث ایجاد التهاب و تاول شود.

سیر عمدتا در درمان نفخ شکم، ورم روده و بعنوان خاصیت کرم کشی بصورت داخلی مصرف می شود.

سیر به عنوان ادویه در غذاهای گوشتی، سس و سوپ به کار می رود و بطور گسترده ای در کشورهای منطقه مدیترانه و در شرق استفاده می شود.

بوی سیر که برای برخی از افراد مشمئزکننده و زننده است، جذب خون می شود و در نتیجه از طریق تنفس و حتی پوست بدن فرد به مشام می رسد.

گفته می شود کارگران ساختمانی که اهرام مصر را می ساختند برای مراقبت از خود در قبال بیماری ها سیر مصرف می کردند. همچنین گورکنان فرانسوی در اوایل قرن نوزدهم عصاره سیر مصرف می کردند تا از ابتلای آنها به طاعون که جان بسیاری از انسانها را در اروپا تلف کرد، پیشگیری کند.

هویج دشمن کم خونی

منبع:روزنامه کیهان

متخصصان تغذیه می گویند: مصرف هویج باعث تولید املاح معدنی خون شده و ضد کم خونی است .
هویج فعالیت روده ها را تنظیم می کند. ضد اسهال و نرم کننده و ضد عفونت روده ها و التیام دهنده زخم روده است.هویج به مقدار زیاد کاروتن دارد و ضد صفرا و بیماری های کبدی است.هویج له شده، اثر تسکین دهندگی بر روی زخم ها دارد. همچنین هویج در درمان بیماری های پوستی مختلف مانند خارش، اگزما و سوختگی ها بسیار سودمند و در بیماری تنگی نفس و ضد اعصاب مفید بوده و همچنین عطش را از بین می برد. این میوه در درمان جوش های صورت مؤثر و در معالجه رماتیسم، نقرس و کم شیری مادران سودمند است.
علاوه بر این، مقدار کلسترول خون را کم می کند، لذا برای زیبایی چهره مفید است.هویج برای درمان بواسیر، یبوست و عفونت های ریوی نیز مفید است.شیره هویج، ماده تمیز کننده پوست و تقویت کننده نور چشم و حتی در جلوگیری از رشد سلول های سرطانی مفید است.آب هویج نیز برای درمان زرد زخم مؤثر است. آب هویج مخلوط با شیر، در معالجه بیماری گرفتگی صدا مفید است و اگر آب هویج خام یا مخلوط با شیر را صبح ناشتا میل کنند برای معالج آسم مؤثر است.لازم به ذکر است، هویج برای کسانی که ضعف دارند و یا دچار کمبود املاح معدنی شده اند و اختلالات رشدی و نرمی استخوان دارند، بسیار سودمند است .

آب هندوانه

منبع:روزنامه کیهان

هندوانه برطرف کننده التهاب و عطش، سازنده و رقیق کننده خون و به خاطر دارابودن سلولز زیاد نفاخ است.

هندوانه منبع غنی ویتامینA(به شکل بتاکاروتن) و ویتامینC است. این میوه پرفایده التهاباتی را که در بیماریهایی نظیر آسم، تصلب شرائین، سرطان روده و التهاب مفاصل وجود دارد، از بین می برد.

همچنین منبع خیلی خوبی از آنتی اکسیدان کاروتنوئیدی بنام لیکوپن است. لیکوپن یک رنگدانه شیمیایی است که باعث ایجاد رنگ قرمز در هندوانه می شود و اثرات ضداکسیدانی قوی دارد. این آنتی اکسیدان به تمامی نقاط بدن رفته و رادیکال های آزاد را خنثی می کند.

باعث اکسیده شدن کلسترول می شوند، در نتیجه کلسترول به دیواره رگهای خونی می چسبد و می تواند باعث بروز حملات قلبی و سکته شود.

باعث انقباض و بسته شدن راههای تنفسی و در نتیجه تشدید حملات آسم می شوند.

باعث افزایش التهابات ناشی از استئوآرتریت۱ و آرتریت روماتوئید ۲ می شوند، در نتیجه تخریب مفاصل را در این شرایط بیشتر می کنند.

باعث آسیب سلولهای دیواره روده و تبدیل آنها به سلولهای سرطانی می شوند.

خوشبختانه ویتامینC و بتاکاروتن بعنوان آنتی اکسیدن های قوی (که هر دو در هندوانه به مقدار فراوان وجود دارند)، رادیکال های آزاد را به دام انداخته و از اثرات مخرب آنها در بدن جلوگیری می کنند.

یک لیوان آب هندوانه ۲۰ درصد نیاز روزانه به ویتامینCو ۱۴ درصد نیاز روزانه به ویتامینA را تأمین می کند.

این میوه به دلیل دارا بودن ویتامین(آ) و (ث)، برای افراد گرم مزاج بسیار مفید است؛ معده را تقویت کرده و به کسانی که ناراحتی معده دارند، مصرف آب آن توصیه می شود. خوردن هندوانه در ناشتا مناسب نیست و بهتر است که بعد از غذا میل شود.

مغز تخم هندوانه از بین برنده کرمهای موجود در معده و روده بوده و پوست سفید هندوانه برای زخم گلو و دهان بسیار مؤثر است.

هندوانه با ۹۲ درصد آب برای کلیه مفید است. پزشکان قدیم از جمله ابن سینا برای بیماریهای کلیه خوردن هندوانه را تجویز می کردند

سویا، لوبیای سحرآمیز

نویسنده:اشرف پورمند

دانه گیاهی نه چندان محبوب

سویا از انواع حبوبات است که محل کشت اولیه آن در آسیا بوده اما تولید انبوه آن در امریکا آغاز شد. این دانه نه چندان محبوب را می توان یک دانه همه کاره نامید. سویای گیاهی مدت ها است غذای مردم آسیا به ویژه چین بوده است و چینی ها آن را همراه برنج به عنوان غذای اصلی خود می خورند.

سویا در ایران

سویا در ایران به نام لوبیای روغنی، لوبیای چینی، سوژاودانه سویا معروف است و هنوز نمی دانیم که ورود این دانه پر ارزش به چرخه غذایی مان در چه زمان بوده است.

سویا گیاهی است که ???? گونه آن شناخته شده و رنگ دانه آن بر حسب انواع مختلف متفاوت است و انواع رنگ های زرد، سیاه، سفید، خاکستری، خالدار آن در مغازه ها و عطاری ها موجود است.

با کشف خواص متعدد سویا و پیشرفت علم فناوری صنعت غذا تحولات بسیار عظیمی را در نوع شیوه مصرف این گیاه به وجود آورده و فرآورده ها و محصولات متنوعی از سویا تهیه و به بازار عرضه می شود از آن شمار:شیر سویا، آرد سویا، خمیر سویا، جوانه سویا، سویا برگر و هات داگ سویا، پنیر حاصل از شیر سویا، آجیل سویا کم چرب تر از بادام زمینی، دانه های سویای پخته شده که مثل حبوبات مصرف می شود، شیر خشک سویا و سس سویا.

سویا چه دارد؟

سویا به دلیل داشتن مواد مغذی و ترکیبات شیمیایی سبب بهبود عملکرد بسیاری از اندام های بدن در نتیجه کاهش بیماری ما می شود:

* کاهش وزن: به علت دارا بودن مقادیر زیادی فیبر سبب کاهش بافت های چربی می شود و علاوه بر آن به علت داشتن کالری بالا انرژی بیشتری را در بدن تولید می کند و مانع از مصرف بی رویه غذا می شود.

* تقویت حافظه: مصـرف سویا باعث افزایش هوش و تقویت حافظه می شود که علت اصلی آن پروتئین موجود در این گیاه و شیوه عملکرد آن بر مغز تشخیص داده شده است.

* کاهش کم خونی: استفاده ?? درصد سویا به همراه گوشت قرمز فرآیند جذب آهن را افزایش می دهد و مداومت در استفاده آن کاهش کم خونی را درپی دارد و تحقیقات انجام شـده نشان داده انـد افرادی که در غذای خود سویا مصـرف می کنند کمتر به کم خونی مبتلا می شوند.

* بهبود پوست: وجود استروژن و کلاژن در این دانه گیاهی باعث تقویت پوست و حالت نرم و انعطاف پذیر آن می شود و مصرف مداوم این گیاه از شل شدن و افتادگی پوست جلوگیری می کند.

از دیگر خواص این گیـاه می توان به هضم بهتر غـذا، تقویت اسـتخوان ها، کاهش عوارض دیابت، کاهش کلسترول و بیماری های قلبی و کاهش عوارض یائسگی اشاره کرد.

خواص عسل

ایـن مـاده زرین، غـنی و فـوق الـعـاده محصـول معجزه آسـای زنبـورهـای عسـل است و جـایگزین منـاسـبی بـرای شـکـر سـفید به شـمـار مـی رود. هر چند در تمامی سال موجودمـی بـاشـد، امـا بایـد دانسـت که در تابستان و پاییز بعمل مـی آید و در این موقع از سال از سایـر مـواقع تـازه تر می باشد.

فراینـد اعجـاب انگیز تهیه فراینـد اعجـاب انگیز تهیه عسـل از چرخش زنـبـورهـا به دور گل ها شـروع می شود. آنها در همین حال شهـد گـل هـا را در دهـان خـود جـمـع می کـنـنـد. شــهـد گـل هـا بـا آنــزیـم مخصوصـی کـه در بزاق دهـان زنبـور وجـود دارد، ترکیب شـده و طی یک فراینـد شـیمیایی تبـدیل به عسل می شود. زنبورها، عسل را به داخل کنـدو می برند و آنرا درون حفره ها و دیواره های هر شـبکه از کنـدو ذخیره می کنند. ارتعاشـی که از بال زدن های آنها ایجاد می شود، کار تهویه را انجام داده و موجب می شود رطوبت بیش از اندازه آن از بین رفته و آماده مصرف گردد.

فواید

علاوه بر اینکه عسل به عنوان شیرین کننده مغذی و طبیعی به شماره می رود، تحقیقات حاکی از این امر هستند که ترکیبات منحصر بفرد عسل، از آن یک ضد میکروب و ضد اکسیدان قوی درست می کنند.

عسل ناخالص (خام – ماده ای ضد باکتری، ضد ویروس، ضد قارچ

خواص عسل – مانند اکثر مواد غذایی – به کیفیت آن بستگی دارد؛ اما در این مورد بخصوص، کیفیت از اهمیت بالاتری برخوردار است، چراکه گرده هایی که به پاهای زنبور عسل می چسـبند، خاصـیت درمانیشان در گیاهان مختلف، متفاوت می باشـند. به علاوه در فرایند درست شدن عسل بسیاری از مواد مغذی در داخل کندو باقی می ماند. می توان گفت که عسل ناخالص (یا همان عسـل اولیه) حاوی همان صـمغی است که در موم وجود دارد. موم گاهی اوقات با نام" چسب زنبور "نیز شناخته می شود که عبارت است از یک مخلوط مرکب صمغی شکل و مواد دیگری که زنبور های عسل با استفاده از آن کندو را آب بندی می کنند و آنرا درمقابل باکتری و سایر میکرو ارگانیسم ها محفوظ نگه می دارند. زنبور عسل موم را با ترکیب کردن صمغ گیاهان با ترشحات خود درست می کنـد. جـالب است بدانیـد که موادی شبیه به قیر خیابـان نیز در موم دیـده می شود. گـاهی اوقـات زنبورهای نگهبان از پرده های خاصـی در داخل هر یک از حفره های کندو اسـتفاده می کنند تا موم را در آن محوطه انباشته کنند، سپس سایر زنبورها از این ماده در دورتـادور شـانه عسل اسـتفاده می کننـد و کلیه شـکاف ها را از این صـمغ ضـد باکتری، ضـد ویروس و ضـد قارچ پر می کننـد. صمغی که در موم وجود دارد تنها حاوی مقدار کمی از مواد مغذی است که در عسل یافت می شود. تحقیقات نشان داده اند که به

طور کلی عناصری که در عسل و موم وجود دارند می توانند از بروز سرطان و تومور جلوگیری نمایند. از این موارد میتوان به فنیل کتینوری متیل اسید، فنی اتیل دی متیل کافیت اشاره کرد. محققان بر این باورند که این ترکیبات از بروز سرطان روده در حیوانات جلوگیری می کنند که این امر با کم شدن فعالیت دو آنزیم با نام های فسفاتیدیلینوسیتول نوعی فسفو لیپاز C لیپوکسیجن امکان پذیر می شود. زمانیکه عسل خام طی فرایند گرمایشی قرار می گیرد بسیاری از خواص مفید اولیه خود را از دست می دهد.

عسل کارایی ورزشی را افزایش داده و موجب بهبود جراحات می شود

اصولاً از عسل به عنوان ماده ای انرژی زا استفاده می کنند. در تحقیقات اخیر ثابت شده که از عسل همچنین می توان به عنوان یک ماده ارگوژنیک (موادی که قابلیت اجرایی ورزشکاران را ارتقا می بخشد) نیز استفاده کرد. همچنین این ماده در بهبود زخم ها و سایر جراحات نیز نقش مهمی را ایفا می کند.

سال ها پیش در زمان بازی های المپیک معمولاً ورزشکاران برای بدست آوردن نیرو و توان بیشتر از مواد غذایی مخصوصی استفاده می کردند که در این میان می توان به عسل و انجیر خشک اشاره کرد. در حال حاضر نیز عده ای از پژوهشگران تحقیقات خود را بر روی این ماده شروع کرده اند. یکی از تحقیقاتی بر روی ۳۹ نفر ورزشکار وزنه بردار که هم شامل خانم ها می شدند و هم آقایون، انجام شد. این افراد تحت آموزش های سنگین وزنه برداری و بدن سازی قرار داشتند. آنها پس از اتمام تمرینات مکمل پروتیئن خود را یا با شکر یا مالتودکسترین و یا عسل مخلوط کرده و مصرف می نمودند. قند خون گروهی که از عسل استفاده می کردند در تمام طول مدت ۲ ساعت تمرین ثابت باقی می ماند. همچنین قدرت ماهیچه ها و نیروی ذخیره شده در آن دسته از افرادی که از مکمل پروتئین و عسل استفاده کرده بودند نسبت به سایرین افزونی داشت.

ثابت نگه داشتن قند خون در طی تمرینات استقامتی در کنار مصرف کربوهیدرات یکی از راههای مناسب برای ذخیره گلیکوژن در ماهیچه هاست. همانطور که مطلع هستید گلیکوژن نوعی قند ذخیره شده در ماهیچه هاست که حالت سوخت آماده مصرف را دارد. به همین دلیل ورزشکارانی که از عسل استفاده می کردند گلیکوژن کافی در ماهیچه هایشان ذخیره می شد و روز آینده می توانستند با بالاترین آمادگی و دارا بودن بالاترین میزان سلامتی در تمرینات شرکت کنند. تا این لحظه ثابت شد که عسل می تواند به عنوان منبع دیگری از کربوهیدارت به ورزشکاران کمک کند تا در بهترین وضعیت واکنش نشان دهند و می توان ادعا کرد که نسبت به تمام انتخاب های دیگر ارجحیت دارد.

از دیگر خواص شفا بخش عسل، می توان به قابلیت بالای آن در بهبود جراحات اشاره کرد. برای قرن ها عسل به عنوان یک ماده ضد عفونی کننده و همچنین گندزدا مورد استفاده قرار می گرفت و به صورت موضعی بر روی زخم ها، سوزش ها و جراحات استعمال می شد. در یکی از بررسی هایی که در هند انجام شده، محققان خواص دارویی عسل را با درمان قراردادی (سولفادیازین) بر روی ۱۰۴ بیماری که دارای سوختگی درجه یک بودند، امتحان کردند. پس از گذشت یک هفته از شروع درمان ۹۱ ٪ از بیمارانی که تحت معالجه با عسل قرار گرفته بودند، هیچ گونه عفونتی نکردند. این در حالی است که تنها ۷٪ از افرادی که از دارو استفاده کرده بودند، دچار عفونت نشدند. همچنین بسیاری از بیمارانی که در گروه درمانی عسل قرار گرفته بودند، قادر شدند تا خیلی زودتر بهبود پیدا کنند. یکی دیگر از مزایای عسل در تحقیقی که بر روی افراد سزاریانی و هستورکتومی (بیرون آوردن رحم) انجام شد، کاملاً مشهود است. بدن این افراد خیلی زودتر از سایرین، از کلیه عفونت ها پاک شد و خیلی زودتر از بیمارستان مرخص شدند.

واکنش شفابخش عسل آن هم زمانیکه به صورت موضعی استعمال می گردد، از روند خاصی پیروی می کند. از آنجاییکه عسل به طور اخص از گلوکز و فراکتوز (دو نوع قندی که آب زیادی به خود جذب می کنند) تشکیل شده، به همین دلیل آبی را که در روی زخم ها جمع می شود را به خود جذب می کنند، از اینرو رشد باکتری ها و قارچ ها در آن محل متوقف می شود. این

میکروارگانیسم ها (همان موجودات ذره بینی "قارچ و باکتری) "در محیط های مرطوب و نمدار رشد می کنند.
همچنین عسل خام دارای آنزیمی به نام گلوکز اکسیداس می باشد که وقتی با آب مخلوط می شود، پراکسیدهیدروژن تولید می کند که این ماده خود به عنوان نوعی ضد عفونی کننده خفیف شناخته می شود. علاوه بر آنزیم های خاصی که در عسل یافت می شوند و نقش مرهم را ایفا می کنند، عسل شامل آنتی اکسیدان فلاوانوید نیز میباشد که نقش آنتی باکتریال را اجرا می کند. یکی از ضد اکسیدانها، چینوسمرین نام دارد که تنها مختص به عسل می باشد، پژوهشگران هم اکنون در حال مطالعه این عنصر هستند تا با خواص ضد اکسنده آن بیشتر آشنا شوند. یکی دیگر از مطالعات آزمایشگاهی بر روی عسل سترون نشده نشان داده است که این ماده واکنش بجایی در مقابل استافی لوکسز (باکتری که در همه جا وجود دارد و باعث ایجاد عفونت در زخم های باز می شود) از خود نشان می دهد. عسلی که رنگ آن کمی تیره تر است، به ویژه عسلی که از گل های گندم سیاه، و تپلو درست شده باشد حاوی مقادیر بیشتری آنتی اکسیدان نسبت به سایر انواع عسل ها می باشد. همچنین عسل خام و عسلی که تحت فرایندهای شیمیایی قرار نگرفته باشد، دارای مزایای بیشتری نسبت به انواع مشابه خود می باشد.

روزانه یک قاشق عسل بدن را در مقابل رادیکال های آزاد محافظت می کند

مصرف روزانه یک قاشق عسل گردش خون در رگ ها را تسریع می بخشد و موجب تولید آنتی اکسیدانهای خاصی در بدن انسان می شود. این امر در دویست و بیست و هفتمین نشست جامعه دارویی آمریکا که در ۲۸ مارچ سال ۲۰۰۴ در کالیفرنیا برگزار شد، به اثبات رسید. در این همایش" هیدرون گرس "زیست شیمیدان و همکارانش ۲۵ تحقیق مشابه را از دانشکده دیویس کالیفرنیا ارائه دادند. طی این مطالعات، افراد تحت آزمایش علاوه بر رژیم غذایی روزانه خود، یک قاشق سوپخوری عسل مصرف میکردند. پس از اینکه محققان نمونه های خونی آنها را در طی فواصل زمانی معین، بر روی نمودار بردند، به این نتیجه رسیدند که ارتباط مستقیمی میان مصرف عسل و میزان پلی فنولیک (نوعی آنتی اکسیدان) در خون وجود دارد.

عسل برای افراد سالم، کسانیکه کلسترول بالا و دیابت نوع ۲ دارند، مفید میباشد

در آزمایش های مختلفی که بر روی افراد سالم و کسانیکه دارای کلسترول بالا بودند و یا اینکه دچار دیابت نوع دوم بودند، انجام شد، دانشمندان به این نتیجه رسیدند که عسل یکی از مناسب ترین شیرین کننده ها برای تمام گروه های ذکر شده می باشد.
برای ۱۵ روز، به ۸ فرد سالم، ۶ بیمار با کلسترول بالا، و ۷ بیماری که دارای دیابت نوع دوم بودند به میزان مشابهی شکر، عسل مصنوعی، و عسل طبیعی خورانده شد.
در افرادی که از سلامت کامل برخوردار بودند، مصرف شکر و عسل ساختگی یا تاثیر منفی بر روی آنها داشت و یا به طور کلی هیچ تاثیری نداشت. این در حالی است که مصرف عسل طبیعی در این افراد منجر به کاهش ۷ درصدی کلسترول، ۲٪ تری گلیسرید، ۶٪ هموسیستین (یکی از فاکتورهای ریسک ابتلا به بیماری های قلب – عروقی)، و ۶٪ قند خون شد. همچنین HDL و یا همان کلسترول خوب خون آنها به میزان ۲٪ افزایش پیدا کرد.
در بیمارانی که دارای کلسترول بالا بودند، عسل مصنوعی میزان LDL یا همان کلسترون بد خون را کاهش داد. این امر در حالی است که مصرف طبیعی عسل منجر به کاهش ۸ درصدی کلسترول شد که در این میان سهم کلسترول بد خون ۱۱٪ بود. همچنین پروتیئن انفعالی C نیز تا ۷۵٪ کاهش پیدا کرد.
و نهایتاً در بیمارانی که مبتلا به دیابت نوع دوم بودند، مصرف عسل طبیعی باعث کاهش قابل توجه قند خون در آنها گردید. بنابراین بهتر است کمی عسل را صبح ها در شیر، ظهرها در ماست و یا بعد از ظهر در چای خود مخلوط کنید و از نوشیدن آن لذت ببرید. به نظر می رسد که مصرف یک قاشق عسل به طور روزانه، نیاز شما به مصرف داروهای مختلف را تا حد زیادی کاهش می دهد.

هر چند آداب غذایی جدید، مانند گذشته به خواص غذایی فوق العاده عسل اهمیت نمی دهد، اما نباید فراموش کرد که عسل حاوی مقادیر زیادی ویتامین B۲، ویتامین B۶و آهن و منگنز می باشد.

تعریف

عسل یک شیرین کننده چسبناک است که به طور طبیعی توسط زنبورها برای تغذیه شخصی شان درست می شود. تهیه عسل از چرخش زنبورها به دور گل ها شروع می شود. آنها در همین حال شهد گل ها را در دهان خود جمع می کنند. شهد گل ها با آنزیم مخصوصی که در بزاق دهان زنبور وجود دارد، ترکیب شده و طی یک فرایند شیمیایی، تبدیل به عسل می شود. زنبورها، عسل را به داخل کندو می برند و آنرا درون حفره ها و دیواره های هر شبکه از کندو ذخیره می کنند. ارتعاشی که از بال زدن های آنها ایجاد می شود، کارتهویه را انجام داده و موجب می شود رطوبت بیش از اندازه آن از بین رفته و آماده مصرف گردد.

عسل در محدوده رنگ ها متفاوتی از جمله سفید، کهربایی، قرمز، قهوه ای و تقریباً سیاه درست می شود. طعم و حالت آن به شهد گل هایی که عسل از آن تهیه میشود، بستگی دارد. بیشتر زنبورها عسل را از شهد گل هایی نظیر شبدر، یونجه، خلنگ، و اقاقیا درست می کنند، اما می توان گفت که عسل از گل های متفاوت از جمله سنبل و آویشن نیز می تواند گرفته شود.

تاریخچه

عسل از قرن ها پیش هم به عنوان غذا و هم به عنوان دارو مورد استفاده بشر قرار میگرفته. پرورش زنبور عسل به منظور تهیه عسل، برمی گردد به ۷۰۰ سال پیش از میلاد مسیح. برای مدت ها عسل به عنوان یک ماده خوراکی مقدس و نادر شناخته می شده. در زمان باستان از عسل بیشتر در مراسم مذهبی به عنوان ماده ای برای تکریم خدایان استفاده می شده. همچنین از عسل برای مومیایی کردن مردگان نیز بهره می جستند. از این گذشته به عنوان دارو و وسیله ای برای آراستن و زیبایی نیز به کار می رفته. در تاریخ اینطور آمده که برای مدت ها، تنها خانواده های ثروتمند، توان استفاده از عسل را داشتند چرا که این ماده آنقدر گران بوده که تنها خانواده های متمول قدرت خرید آنرا پیدا می کردند.

پرستیژ عسل برای قرن ها ادامه داشت تا زمانیکه طرز تهیه شکر تصویه شده از چغندر قند و نیشکر" کشف "شد. از آنجایی که تولید شکر در مقادیر انبوه، گسترش پیدا کرد و از قیمت مناسبی نیز برخوردار بود، توانست جای خود را در میان مردم باز کند. به مجرد جلب توجه مدرم به شکر، عسل در مصارف آشپزی جای خود را به شکر داد. هر چند عسل هنوز هم به عنوان یک ماده شیرین کننده شناخته می شود، اما بیشتر برای مصارف دارویی و شیرینی پزی مورد استفاده قرار می گیرد.

انتخاب و نگهداری

عسل را هم می توان به صورت بسته بندی و هم به صورت عمده خریداری کرد. این روزها اغلب عسل را پاستوریزه می کنند، اما در بازارهای بومی می توانید انواع خام آنرا نیز پیدا کنید. عسل خام که پاستوریزه و تصفیه نشده است، دارای بالاترین خواص آلی می باشد و جزء بهترین انتخاب ها محسوب می شود. دنبال انواعی از عسل بروید که روی آن برچسب" : ۱۰۰٪ طبیعی "خورده باشد. عسل های طبیعی معمولاً نیمه شفاف هستند، عسل های کرمی رنگ، غیر شفاف هستند و باافزودن بلور عسل به عسل مایع درست می شوند. عسل با کیفیت ویژه، از نکتار گل های مختلف مانند سنبل و آویشن درست می شود و به صورت فراوان در دسترس می باشند. به خاطر داشته باشید که هر چه عسل پر رنگ تر باشد، طعم آن سنگین تر است.

می بایست عسل را در یک ظرف در بسته نگهداری کنید و از ورود هوا به داخل آن جلوگیری نمایید. اگر عسل را در محلی خشک و خنک نگهداری کنید، می توانید برای زمان نامحدود از آن استفاده نمایید. دلیل این امر وجود مقدار زیادی شکر و PH اسیدی بالای در آن می باشد که از رشد هر گونه میکروارگانیسمی جلوگیری می نماید. اگر عسل را در محل سرد نگهداری کنید، غلیظ و سفت می شود و اگر آنرا در محل گرمی نگهداری کنید رنگ آن تیره شده و طعم اولیه خود را از دست می دهد.

نکاتی برای استفاده از عسل در غذاها

اگر عسل شما بلوری شده باشد، باید آنرا به مدت ۱۵ دقیقه داخل آب گرم قرار دهید؛ این کار به شما کمک می کند تا مجدداً آنرا به حالت اولیه خود دربیاورید. از قرار دادن عسل در مایکروفر خودداری کنید چرا که این کار منجر به افزایش هیدروکسی متیل فورفورال (HMF) شده و این امر سبب برگشتن مزه عسل می شود. برای جلوگیری از چسبیدن عسل به پیمانه، از عسل رقیق استفاده کنید.

عسل در بیشتر دستورهای غذایی به عنوان جایگزین مناسبی برای شکر شناخته میشود. از آنجاییکه میزان شیرینی عسل از شکر بیشتر است به ازای هر یک پیمانه شکر باید نیم و یا یک سوم پیمانه عسل استفاده کنید. به علاوه درجه حرارت پخت را نیز تا ۲۵ درجه فارنهایت کاهش دهید چرا که عسل رنگ غذاها را خیلی سریع تر به سمت قهوه ای متمایل میکند.

چند دستور مصرف ساده و سریع

از عسل به عنوان جا شکری روی میز استفاده کرده و چای خود را با عسل شیرین کنید.

بر روی برش سیب از عسل و دارچین استفاده کنید.

برای شیرین کردن شیر خود می توانید به جای شکر از عسل استفاده کنید.

یک ساندویچ خوشمزه که برای هر سنی لذیذ می باشد مخلوطی از کره بادام زمینی یا بادام، عسل و موز می باشد.

در یک قابلمه با شعله ملایم، مقداری شیر سویا، عسل و شکلات تلخ سیاه را مخلوط کنید تا یک نوشیدنی شیر شکلات مغذی تهیه نمایید.

ایمنی

به خاطر داشته باشید که فرایند تهیه عسل، عملکرد گیاهان و طبیعت می باشد که پیرو آن گرده، شیره، شهد و صمغ گیاهان جمع آوری می شود. به نظر می رسد که سایر موادی که در طبیعت یافت می شوند، مانند فلزات سنگین، آفت کش ها، و آنتی بیوتیک ها نیز در عسل دیده می شوند که میزان این مواد به طور گسترده در انواع مختلف عسل ها متغیر است.

نمودار مواد مغذی

عسل سرشار از ویتامین های B۲ و B۶ می باشد و همچنین مقادیری از آهن و منگنز نیز در آن به چشم می خورد.

خواص کشک، زینت آش ها

نویسنده:فریده آقازاده طارانی

غنی ترین پروتیین حیوانی

در کتاب برهان قاطع آمده است: دوغ خشک کرده را کشک نامند که به ترکی قروت خوانند و دوغ خشک کرده پس از آن که روغنش گرفته باشند به شکل گوله ای به اندازه گردو و بزرگ تر درآورند و بیشتر قاتق بادنجان و چغندر و آش ها سازند.

مصرف کشک در کشورمان به هزاره ها می رسد بسیار پیش تر از آن که فردوسی شاعر حکیم بسراید: یکی پاره پاره بگسترد مشک

نهاده به غربال بر نان کشک

شیوه تهیه کشک به روایت امروز: کشک از شمار فرآورده های فرعی شیر است که به روش سنتی از جوشاندن، تغلیظ و یا خشک کردن دوغی که پس از کره گیری باقی می ماند و همچنین ماست بدون چربی تهیه می شود. ماده اولیه کشک عبارت است از شیر بز، گاو و میش و یا مخلوطی از آنها. کشک با حجم کم خود ماده ای معجزه آساست که تقریبا همه خواص شیر را دارد و حاوی

کلسیم، چربی، نمک، پروتیین و ویتامین نیاسین است. میزان انرژی تولید شده با خوردن ??? گرم کشک حدود ??? تا ??? کیلو کالری است که می تواند به عنوان یکی از تامین کننده های انرژی مورد نیاز بدن در رژیم غذایی شما و خانواده تان گنجانده شود.

* فلسفه کشک و نعنا: ما همواره کشک خورده ایم و در بسیاری از موارد هم (که کم هم نیستند!) از نعنا خشک به همراه کشک استفاده کرده ایم. طب قدیم ما می گوید کشک بسیار نفاخ است و روده را سفت می کند به همین علت استفاده از نعنای خشک هضم آن را آسان تر می کند. اسیدهای آلی کشک از جمله وظیفه ضدعفونی کردن معده، روده کوچک و بزرگ را برعهده دارد. خود کشک به تنهایی غذایی مقوی است و گرسنگی را کاهش داده و حجم کمی از معده را اشغال می کند.

* کشک گاه سم خطرناکی می شود: با توجه به این که کشک یکی از غنی ترین منابع پرتیین حیوانی است بنابراین محیط مناسبی برای رشد و تکثیر میکرو ارگانیزم های مختلف است که اغلب سبب مسمومیت های شدید و حتی مرگ می شود بنابراین چنانچه به کشک بسیار علاقه مندید و هفته ای هفت بار آن را قاتق غذایتان به ویژه آش ها می کنید به موارد زیر توجه کنید:

- ?از کشک های بسته بندی(پاستوریزه) شده که دارای برچسب و مجوز بهداشتی هستند استفاده کنید.
- ?همواره کشک مایع را در یخچال نگهداری کنید.
- ?تا حد امکان از خوردن کشک مایع پرهیز کنید، در غیر این صورت قبل از استفاده با افزودن کمی آب بگذارید ?? تا ?? دقیقه روی حرارت اجاق بجوشد تا بدین ترتیب میکروارگانیزم های آن کاهش یابد.

چند ضرب المثل کشکی:

معلوم نیست کشک با این همه خاصیت چرا در بیان و منظور بی خاصیت و انکار آمده است. مثلا می گوییم همه این حرف ها کشک است یعنی بی خود است و یا چه کشکی و چه پشمی، که بیانی است برای هنگامی که می خواهیم حاشا کرده و یا موردی و یا وعده ای را انکار کنیم. باز در فرهنگ عامه است که: سگی که برای خودش پشم نمی کند، برای دیگران کشک نخواهد کرد

سویا در نقش قرص ضد بارداری

سویا مانند نخود فرنگی وسایر لگومها منبعغنی از استروژن ها (هورمونها یزنانه) است و بنابراین احتمالا میتواندمانعی برای باروری باشد یا در دوران یائسگی کمکی برای جانشینی استرژن نماید . در ازمایشی که پزشکان هاروارد و دوک با بودجه تخصیص یافته از طرف موسسه ملی بهداشت امریکا نموده اند به گروهی از زنان در دوران یائسگی مقدار کمی از فراورده های سویا تجویز کردند برای اینکه ببینند ایا سطح هورمونی انها بالا- میرود یا خیر . این ازمایش هنوز در جریان است. ضمن این که هورمونهای طبیعی موجود در سویا ممکن است به عنوان داروی ضد باروری اثر داشته باشد ابتدا درجریان مطالعه ای که در باغ حش سین سیناتی روی گربه های خارجی انجام می شد این جانوران غالبا نازا بودند . در پی گیری برای پیدا کردن دلیل این که چرا این جانوران غالبا نازا هستند محققان کشف کردندکه ۵۰ درصد غذای روزانه انها از سویا و فراورده های ان که مملو از استروژنهای گیاهی است تهیه می شده است . پس از اینکه جیره سویای غذای انها با خوراکهای مرغ و جوجه جانشین شد ظطرف مدت کمی علایم افزایش احساس باروریو سایر علامی مربوط به فعالیتهای هورمونی در گربه ها ظاهر دش . در عین حال با اینکه اصولا افزایش خوردن بقولات و حبوبات در این راستا هنوز مجهول است. در پی حل این معما محقق دیگری دریافته است که اگر درردراز مدت مرتبا مقدار خیلی کمی خوراکی های گیاهی استروژن دار خورده شود ممکن است ایر ضد استروژن نداشته باشد و اثار ناخوشایند سرطان زایی غذاهای مملو از استروژن کرا کاهش دهد .

نظریه این است :

خوردن مقدار کمی از خوراکی های دارای استروژن ممکن است نسوج پستان را در مقابل اسیب مقدار زیادی ایستروژن مقاوم و

غیر حساس نماید . نظیر خوردن مقدار خیلی کمی از مواد الرژی زا که انسان رادر عمس العمل های الرژی زایی مقدار زیادی ان مواد مقاوم و غیر حساس می نمایند .

این نظریه ممکن است یکی از دلایلی باشد که زنانی که گیاه خوارند و مرتبا سویا میخورند خیلی کمتر به سرطان پستان مبتلا می شود . به هر حال با این که حقایق امر هنوز به طور کامل روشن نیست عقیده غالب دانشمندان این است که هورمونهای موجود در سویا و سایر انواع مشابه احتمال اثار بیولژیک عمیقی دارد و جا دارد که تحقیقات در این مورد در سطح گسترده ای ادامه یابد .

توجه : انواع فراورده های سویا که در این بحث اشاره شده

شیر سویا ، شیر بریده سویا ، ارد سویا ، بلغور سویا ، سویای بوداده ، پروتئین سویا ، سوس سویا ، سویای تخمیر شده ، جوانه سویا ، وسایر انواع دیگر فراورده های سویا می باشد.

به چه میزان ؟ : خوردن روزی یک کاسه متوسط سوپ خمیر سویا (میزو) خطر سرطان معده رادر ژاپنی ها ۳۰ درصد کاسته است و اگر ۶ بار در هفته از فراورده های سویا هر نوع که باشد استفاده شود کلسترول بالا در خون را تا ۲۰ درصد کاهش میدهد.

منبع: http://www.taamasrar.com

تأثیر ترب در بهبود ناراحتی کلیه

در کتاب های طب سنتی با نام «فجل» و «فجل مزروع» از آن نام برده می شود. به فرانسوی Radis و به انگلیسی Radish گفته می شود. گیاهی است از خانواده Cruciferae و نام علمی آن Rephanus Sativusl است.

دو قسم ترب اهلی، یا فجل مزروع معمول است:

۱. تربچه یا ترب تابستانه،

۲. ترب سیاه یا ترب زمستانه.

۱. تربچه به رنگ های مختلف قرمز و سفید، قرمز که در انتها سفید و زرد است، با اشکال مدور و دراز وجود دارد. تربچه را در تمام فصول می توان کاشت، البته در هوای آزاد زمستان قابل کشت نیست. ارقام زودرس آن پس از یک ماه قابل برداشت است.

۲. ترب سیاه یا ترب زمستانه در اواسط تابستان کاشته می شود و محصول آن در پاییز برداشت می گردد.

خواص دارویی

بر اساس کتاب های گیاهی طبی کاربرد دارویی ترب عبارت است از:

از مخلوط ریشه، برگ، گل و تخم آن ضمادی به دست می آید که برای تسکین درد روماتیسم مؤثر است. عصاره ی ریشه را برای تسکین سرفه، تشدید تعریق و بهبود اسهال استفاده می کنند. دیاستاز موجود در آن به هضم غذاهای نشاسته ای کمک می کند.

ریشه ترب، بادشکن و نیرو دهنده است. پس از این که گیاه به میوه نشست و میوه آن رسید، جوشانده ای که از غده های مغزدار ترب (پوک نشده باشد) تهیه می شود برای قطع اسهال خونی بسیار نافع است. این جوشانده را در چین با گوشت قرمز می پزند و سوپ آن را برای قطع سرفه و استسقا مصرف می کنند.

ریشه و تخم ترب برای نرم کردن سینه و ازدیاد ترشح ادرار و تقویت معده مفید است.

استعمال خارجی آن به هنگام ورم سینه در مادران شیرده بسیار مفید و مؤثر است. ریشه ی ترب ایجاد گاز و نفخ و آروغ می کند، ولی تخم آن گاز و نفخ را تحلیل می برد. (۱)

پی نوشت ها:

۱. روزنامه اطلاعات، ضمیمه، ۱۳۸۶/۵/۲۱.

منبع:مجله نامه ی جامعه

انجیر میوه درمان گر

انجیر ضد سرطان بوده و در معالجه بیماری های پوستی مؤثر است.

انجیر چاق کننده است؛ از این رو برای افراد لاغر و نیز بیمارانی که دوره نقاهت خود را می گذرانند، بسیار مفید است. می توان آن را با شیر سویا مخلوط کرد و در وعده های میان غذا استفاده نمود.

یکی از بهترین میوه ها برای تمیز کردن روده بزرگ و رفع یبوست است.

برای درمان ناراحتی های سینه حدود ۲۰ گرم خرما، عناب، انجیر خشک و مویز را با هم مخلوط و آسیاب کرده و پودر آن را با یک لیتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد. میل کردن سه فنجان از این جوشانده در روز مفید است.

جوشانده انجیر خشک درمان کننده التهاب مجاری دستگاه تنفسی، کلیه، ذات الریه، سرخک، مخملک و آبله می باشد.

با برشته کردن انجیر و سپس آسیاب نمودن آن، پودری تهیه می شود که می تواند سیاه سرفه، برونشیت و ذات الریه را درمان نمود.

انجیر دستگاه هاضمه را تقویت می کند و برای درمان سوء هاضمه مفید است.

برای بر طرف کردن ورم گلو، ۵۰ گرم انجیر زرد را در ۵۰۰ گرم شیر، به مدت ۱۵ دقیقه نگه دارید و سپس آن را غرغره کنید.

جوشانده ی انجیر خشک با شیر، برای درمان آنژین، ورم لثه و ورم مخاط دهان مؤثر است.

مخلوط شیر بز و انجیر سیاه یکی از داروهای بسیار مؤثر برای درمان آرتروز و درد مفاصل می باشد. این مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج کرده و درد را از بین می برد.

انجیر را می توان همراه با میوه های دیگر مصرف کرد، اما با میوه های اسیدی، مانند: پرتغال و گریپ فروت سازگار نیست.

انجیر برای افرادی که قند خونشان پایین می آید و یک باره احساس ضعف می کنند، مناسب است؛ زیرا قند آن به سرعت جذب روده ی کوچک می شود.

انجیر تقویت کننده کبد است. اگر ترشح ادرار کم باشد، خوردن انجیر باعث ازدیاد آن می شود. انجیر موجب افزایش تعریق بدن و کاهش حرارت آن می گردد. به یاد داشته باشیم که انجیر برای کبدهای ضعیف مناسب نیست.

زیاده روی در مصرف انجیر موجب نفخ شکم و اسهال می گردد.(۱)

پی نوشت ها:

۱. روزنامه کیهان، ۱۳۸۶/۵/۱۸.

منبع:مجله نامه ی جامعه

فراوانی خواص کاهو

کاهو یکی از قدیمی ترین سبزیجات دنیا به شمار می آید که منشأ آن در هندوستان و آسیای مرکزی است. پیشینه ی مصرف کاهو در ایران شش قرن قبل از میلاد است. این سبزی یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافت و جزو غذاهای مهم رومیان شد. کاهو گیاهی است یک ساله و دارای برگ های پهن و دراز و سبز، با طعم کمی شیرین. کاهو موجب افزایش گلبول های قرمز خون شده و آهن موجود در آن برای درمان کم خونی مفید است؛ از همین رو در گونه ها، سرخی مطلوب پدید می آورد و اعصاب را منظم می کند و بر قدرت بینایی می افزاید.

این ماده غذایی به ویژه حاوی ویتامین «ث» – ضد اسکوربوت – است. کاهو ارزش غذایی چندانی ندارد، اما از لحاظ درمانی فوق

العاده و سرشار از نمک های معدنی با خاصیت قلیایی است؛ به همین سبب خون را تصفیه می کند و به حفظ هوشیاری مغز و سلامت بدن کمک می نماید. برگ های بیرونی کاهو ارزش خوراکی بسیار دارد؛ زیرا این برگ ها بیشتر در معرض نور آفتاب قرار دارد و نسبت به برگ های داخلی حاوی ویتامین بیشتر است. هر چه کاهو سبزتر باشد، ویتامین بیشتری دارد. کاهوی پخته برای ازدیاد شیر مادر مناسب است. این سبزی محتوی چند ماده مهم و شفابخش است. آب کاهو، خنک و شادابی بخش است و میزان فراوانی منیزیم در آب آن سبب تقویت بافت عضلانی، اعصاب و مغز می شود. آب کاهو جنبه درمانی دارد.

سلولز موجود در کاهو حجم مواد داخل روده و حرکات روده را افزایش می دهد که این امر درمان یبوست را آسان می سازد. کاهو برای رفع بی خوابی نیز مؤثر است؛ زیرا دارای ماده ای خواب آور به نام لکتوکاریوم است که حاوی کربوهیدرات است. این ماده غذایی برای درمان دیابت ماده غذایی مناسب است و افراد دیابتی می توانند به راحتی از آن استفاده کنند. استفاده از کاهو به علت داشتن املاح فراوان – به خصوص منگنز و روی – برای جلوگیری از ریزش و سفید شدن مو مفید است. (۱)

پی نوشت ها:

۱.روزنامه جام جم، ضمیمه، ۱۳۸۶/۵/۴.

منبع: مجله نامه ی جامعه

قارچ

نویسنده: خجسته ناطق

قارچ گیاه بسیار زیبایی است که کودکان در نقاشیها کلاهی قرمز با لکه هایسفید برای آن می کشند، اما آیا می دانید این نوع قارچسمی است و نوعخوراکی آن نه تنها لکه ای ندارد بلکه کاملاً سفید است.

متخصصان تغذیه بهخانواده ها توصیه می کنند که همیشه قارچ را در برنامه غذایی خود بگنجانند، زیراقارچ به علت داشتن «ژرمانیوم» موجب افزایش انرژی و رفع خستگی در افراد می شود.

سابقه کشت قارچ

حدود دو هزار سال از کشت این سبزی در دنیا می گذرد. ژاپنی ها اولین کسانی بودند که آن را کشت کرده و مورد استفاده قرار دادند. آب وهوای گرم و مرطوب ژاپن زادگاه مناسبی برای این سبزی به حساب می آید.

قارچ در طبسنتی، مصارف بسیاری داشته است، به این ترتیب که در طب شرقی از آن استفاده هایفراوانی می کردند، زیرا معتقد بودند که این سبزی برای قلب بسیار مفید است و مقاومتبدن را در برابر عفونتهای ویروسی افزایش می دهد، به علاوه یک ماده غذایی بسیارمناسب برای رفع خستگی است.

در طب چینی نیز قارچ مصارف گوناگونی داشته است، امادر قرن پانزدهم به دلیل امکان وجود سم و داشتن انرژی فراوانی که به این سبزی نسبتداده می شد، مصرف آن در میان مردم این کشور به شدت کاهش یافت.

سابقه کشت قارچدر ایران به ۵۰ سال پیش برمی گردد و در حال حاضر، در حدود ۱۲۰ واحد تولیدی و پرورشقارچ خوراکی در کشور وجود دارد.

با اینکه هزاران نوع از این سبزی در طبیعت یافتمی شود، اما تنها ۲۵ نوع از آن کشت و مورد استفاده قرار می گیرد.

شهرستانهایکرج، شهریار، ساوجبلاغ و نظرآباد به دلیل برخورداری از شرایط مناسب آب و خاک،قابلیت لازم را برای پرورش قارچ خوراکی دارند. در حال حاضر سرانه مصرف قارچ درکشور ۱۵۰ گرم است، در حالی که این میزان در جهان، بیش از یک کیلو و ۵۰۰ گرم محاسبهشده است.

محققان معتقدنـد، حدود ۳۸ هزار نوع قـارچ شـناخته شـده است که در میانآنها قارچ های سـمی نیز وجود دارنـد. این سبزی به دلیل کالری پایین برای کسانی که قصدکاهش وزن دارند، مناسب است.

مطالعـات نشان می دهـد که هر ۱۰۰ گرم قارچفقـط ۱۲ کـالری، انرژی دارد. قارچهـای خوراکی کشت شـده در کشور چهار دسـته هستند، قارچدکمه ای، صدفی، ژاپنی و چینی به علاوه سالانه ۲۱ هزار تن قارچ خوراکی در استانتهران تولید می شود.

فواید بیشمار قارچ

قارچ یکی از سبزیهایی است که بهتقویت سیستم ایمنی بدن کمک می کند.

مطالعات اخیر در مؤسسه های تحقیقاتی غربیبان می کند که قارچ با تحریک گلبولهای سـفید موجب فعالیت هر چه بیشتر دسـتگاه ایمنیمی شود.

مطالعـات نشـان می دهـد که در قارچ دو نوع قنـد به نام های «ترهولوز» و«کیتین» وجود دارد که دریافت بالای آنها در بـدن موجب تحریـک سیسـتم ایمنی بـدن می شود،به این ترتیب آنهـا مـانع فعـالیت ویروسـها و باکتریهـا شـده و از فعالیتهـای زیانبار اینمیکروبها جلوگیری می کند.

این سبزی دارای مقادیر مناسبی «روی» است که وجود اینماده مغذی به حفظ سلامت سیستم دفاع بدن کمک فراوانی می کند.

جالب است بدانیدقارچ دارای ترکیبی از گروه «فیتونوترینتهاست» که به نام «لنتینان» شـهرت دارد. اینترکیب در قارچهای دکمه ای و صـدفی یافت می شود و مانع رشـد تومورهای بـدخیم می گردد. به علاوه قارچ دارای مقادیر بالایی ویتامینC است و نیز سـرشار از سلنیوم می باشد کهفعالیت آنتی اکسیدانی دارد و از بروز سرطان کولون در افراد مستعد پیشگیری می کند.

مطالعـات نشـان داده اسـت، مصـرف مرتب قـارچ مـوجب تنظیم میزان هورمـون اسـتروژن درخانمهـا شـده و از بروز سـرطان پسـتان جلوگیری می کند.

این سبزی بـاعث رقیق شـدن خوننیز شـده وماننـد روغن مـاهی به سـلامت قلب و عروق کمک فراوانی می کنـد و با همینمکانیسـم احتمال ابتلا به بیماریهای قلبی را کاهش می دهد.

همچنین این سـبزی سـرشاراز فیبرهـای غـذایی به نـام «کیـتین» و «بتاگلوکـان» است که هر دو پـایین آورنـده کلسترولبوده و به حفظ سلامت قلب کمک می کننـد، به طوری که در هر ۱۰۰ گرم قارچ یک گرم فیبرغـذایی وجود دارد و نیز در همین مقدار قارچ ۳۲۰ میلی گرم پتاسیم موجود است که مصرفآن برای افرادی که از فشار خون رنج می برند، بسیار کمک کننده می باشد.

پخته و خام، کلم بخورید

نویسنده:نیوشا قره گزلو

از میان سبزی ها و تره بار

این سبزی مفید حاوی ویتامین های A، B، C، E و مواد معدنی مانند کلسیم، سولفور، سیلیکا، منیزیم، آهن، ید و کلروفیل است.

شواهـد و قراین نشان می دهـد که رابطه ما ایرانی ها اصولا با کاهو بهتر است تا انواع کلم. شایـد چون چنـد نوع از این ماده غـذایی چهار هزار ساله نخست در اروپا عمل می آمـده است. مشـخص نیست که کشت آن در ایران از چه زمانی شـروع شـده اما گفته می شود کـاشت کلم قمری از سالیان دور در ایران رواج داشـته و کشف انواع دیگر آن همچون گل کلم و کلم دگمه ای چنـدین سال است مورد توجه قرار گرفته است.

* خواص کلم: اگر کلم به صورت کمی بخار پز و یا خام خورده شود یک ماده غذایی بسـیار ارزشمند به شمار می رود. این سبزی مفید حاوی ویتامین های A، B، C، E و مواد معـدنی مانند کلسـیم، سـیلیکا، منیزیم، آهن، ید و کلروفیل است و خواص فوق العاده

کلم از قرن ها پیش شناخته شده است و جایی ویژه در طب قدیم دارد. در مصر باستان کلم دارای چنان ارزش درمانی بوده که یک معبد به نام کلم ساخته شد و در روم باستان نیز آن را داروی همه دردها می دانستند. فیثاغورس خوردن روزانه کلم خام را درمان ناراحتی های عصبی می دانست و دریانوردان برای پیشگیری از ابتلا به بیماری اسکوروی، کلم می خوردند. خوردن کلم از قدیم به تصفیه خون و اثر پاک کنندگی بر روی پوست مشهور است و گفته می شود کبد را از سموم پاک می کند و برای درمان آرتروز و انواع سردرد مفید است. مصرف خام این گیاه ارزشمند به دلیل دارا بودن ترکیبات سولفور(گوگردی) موجود در آن، باکتری ها و عفونت های دستگاه تنفسی را از بین می برد و برای تقویت اعصاب مفید است و بهتر است افراد مبتلا به فشارخون بالا، از خوردن آن غفلت نورزند.

* کلم چه دارد؟ در یکصد گرم کلم(معادل یک پیمانه ?)، کیلوکالری انرژی وجود دارد. در همین مقدار از کلم، یک گرم پروتیین ?، گرم کربوهیدرات ??، گرم چربی ?، گرم فیبر و همچنین ?? میلی گرم ویتامین C وجود دارد.

* نکات خرید ونگهداری کلم: انواع کلم ها را می توان مدت ها به همان صورت، درسته، لای کاغذ بزرگ یا ورق پیچیده و پس از گذاشتن در کیسه پلاستیکی، هفته ها در کشوی پایین یخچال نگهداری کرد. به هنگام خرید کلم دقت کنید که برگ ها لکه دار نباشند و به طور کامل به هم چسبیده باشند. خود کلم نیز باید از وزن سنگینی نسبت به اندازه آن برخوردار باشد.

* سوپ کلم، سوپ سرماخوردگی: عادت به خوردن سبزی مفید اما نه چندان خوشمزه کلم زمان می برد و تهیه سوپ از این گیاه پیشنهاد حکیم بیش از سه هزار ساله است. برای این کار نخست برگ های کلم را جدا کنید و خوب بشویید و سپس به رشته های باریک خرد کنید و به همراه زیره و دانه خردل در کمی روغن تفت بدهید و بگذارید به مدت ?? دقیقه با حرارت ملایم کاملا بپزد.حال سرکه و آب مرغ و سیر و گوجه فرنگی را بیفزایید و با افزودن یک لیوان آب دوباره بگذارید با همان حرارت آهسته بجوشد. در نهایت شوید را اضافه کنید. سوپ کلم پای ثابت و روزانه فرهنگ غذایی اروپایی هاست همان گونه که قاب انواع پلوها و کته ها و چلوها بر سر سفره های ما خودنمایی می کنند!

تاثیر روغن زیتون در جلوگیری از بیماری ها

روغن زیتون و سرطان:

سرطان یکی از علل عمده مرگ و میر در کشورهای توسعه یافته است. انواع سرطان رابطه نزدیکی با رژیم غذایی دارد. در سرطان‌های روده بزرگ و راست روده و پستان کاملاً مشخص شده که نوع چربی مصرف شده، یکی از عوامل مهم در ایجاد این سرطان‌هاست و مقدار چربی تأثیر چندانی در بروز آنها ندارد.

مطالعات نشان داده که روغن زیتون میزان آسیب‌های سرطانی را کاهش داده و تعداد تومورهای توسعه یافته را به شکل آشکاری کاهش می دهد و این تومورها تهاجم کمتر و درمان پذیری بیشتری دارند. این اثر مربوط به وجود اسید لینولئیک است که یک اسید چرب امگا ۶ می باشد. این اسید چرب در تولید پروستاگلاندین‌هایی موثر است که از ایجاد و توسعه تومورها جلوگیری می کنند.اکسیداسیون درون سلولی، عامل مهمی در ایجاد سرطان است و مواد آنتی اکسیدان موجود در روغن زیتون، مقاومت سلول‌ها را در برابر اکسیداسیون و سرطان افزایش می دهد.

روغن زیتون و فشار خون:

فشارخون بالا زمانی تعریف می شود که میزان فشار خون به طور دائم بالاتر از ۹۰/۱۴۰ میلی متر جیوه باشد. مصرف روغن زیتون به صورت منظم، هر دو فشار خون سیستولی و دیاستولی را کاهش می دهد و مقدار دوز داروهای لازم برای کاهش فشارخون را در بیماران کم می کند.

روغن زیتون و بیماری‌های قلبی:

سخت شدگی دیواره رگ‌های خونی در اثر تجمع کلسترول، با شیوه زندگی ارتباط مستقیم دارد. شیوه زندگی مجموعه‌ای از عادات فردی و میزان فعالیت بدنی و نوع رژیم غذایی است. پایین‌ترین میزان مرگ و میر از بیماری‌های قلبی و عروقی در کشورهایی وجود دارد که از روغن زیتون به عنوان تنها منبع چربی در رژیم غذایی خود استفاده می کنند. روغن زیتون به علت داشتن اسیدهای چرب غیراشباع می تواند میزان کلسترول خوب (HDL) را افزایش و کلسترول بد (LDL) را کاهش دهد و به این ترتیب از رسوب کلسترول در رگ‌ها و سخت شدگی عروق جلوگیری می کند.

روغن زیتون و التهاب روماتیسمی:

التهاب روماتیسمی از بیماری‌های عفونی مزمن است که در مفاصل ایجاد می شود. عوامل عفونی، ژن‌ها، هورمون‌ها و رژیم غذایی در بروز آن نقش دارند. مصرف منظم روغن زیتون باعث تسکین علائم این بیماری می شود. افرادی که میزان کمی روغن زیتون مصرف می کنند، ۵/۲ برابر افرادی که رژیم غذایی سرشار از این روغن را دارند به التهابات روماتیسمی مبتلا می شوند. مکانیسم این عمل هنوز مشخص نشده است، ولی این اثر احتمالاً به آنتی اکسیدان‌های موجود در روغن زیتون مربوط می شود.

روغن زیتون و دستگاه گوارش:

روغن زیتون، صفرا بر است و باعث تخلیه کیسه صفرا می شود، به این ترتیب که انقباض کیسه صفرا و تولید نمک‌های صفراوی را در کبد تحریک کرده و در نتیجه دفع کلسترول را از طریق صفرا افزایش می دهد و از ایجاد سنگ‌های صفراوی جلوگیری می کند.

روغن زیتون به علت داشتن سیتواسترول‌ها مانع جذب کلسترول در روده کوچک می شود و جذب عناصر معدنی مثل کلسیم، منیزیم و آهن را افزایش می دهد. روغن زیتون ملین است و از یبوست جلوگیری می کند همچنین این روغن، انگل‌ها و کرم‌های روده را از بین می برد.

روغن زیتون و احساس درد:

ماده‌ای به نام اوله آکانتال در روغن زیتون وجود دارد که اثری مشابه قرص‌های مسکن مانند ایبوپروفن در کاهش درد دارد. آنزیم مخصوصی در بدن وجود دارد که سبب آغاز درد می شود و ماده اوله آکانتال جلوی فعالیت این آنزیم را می گیرد، در نتیجه فرآیند احساس درد متوقف می شود. با مصرف روزانه ۵۰ گرم روغن زیتون، حدود ۹ میلی گرم اوله آکانتال به بدن می رسد، این مقدار یک دهم میزان داروی ایبوپروفنی است که برای کاهش درد یک فرد بزرگسال تجویز می شود.

روغن زیتون و چاقی:

در کشورهای غربی، چاقی مشکل بزرگ سلامت مردم است، زیرا میزان کالری دریافتی از طریق غذاهای مختلف افزایش یافته، ولی میزان فعالیت روز به روز کاهش می یابد، در نتیجه چاقی اتفاق می افتد.

روغن زیتون مانند سایر چربی‌ها، ۹ کیلو کالری انرژی دارد و به نظر می رسد که مصرف آن باعث چاقی می شود. ولی ثابت شده رژیم غذایی غنی از روغن زیتون بیشتر از غذاهای کم چرب به کاهش وزن کمک می کند. در واقع آنچه در بروز چاقی مؤثر است، نوع چربی مصرف شده است، نه مقدار چربی موجود در غذا.

از طرفی روغن زیتون کشش ماهیچه‌های حلقوی را در پایین معده کاهش می دهد و در حرکت توده غذا به سمت روده تأخیر ایجاد می کند، در نتیجه محتویات معده به آهستگی و به تدریج وارد دوازده می شود و احساس سیری مدت بیشتری طول می کشد و با کاهش اشتها فرد می تواند غذای کمتری مصرف کند.

روغن زیتون و تغذیه نوزاد:

رشـد نوزادانی که مادران آنها روغن زیتون مصـرف می کنند، از نظر قد و وزن و رفتارهای روان شـناختی بهتر است. همچنین نوزاد برای جلوگیری از اکسیداسـیون مواد در اثر ورود اکسـیژن هوا، به ویتـامین E نیـاز دارد. اگر چه میزان این ویتـامین در روغن زیتون زیاد نیست، ولی برای جلوگیری از اثرات اکسیداسیون کافی است.

این ویتامین در مدت شیردهی در پستان‌ها تغلیظ می شود و مادر باید ذخیره کافی از آن را در بدن خود داشته باشد تا مقدار مورد نیاز این ویتامین برای نوزاد در شیر ترشح شود.

مصـرف میزان کافی ویتامین E در نوزادان دارای نارسایی لوزالمعـده و کلیه ضـروری است. به علاوه روغن زیتون، اسیدهای چرب مورد نیاز برای رشد نوزاد را فراهم می کند و نسبت اسید لینولئیک به اسید لینولنیک آن مشابه شیر مادر است. مصرف روغن زیتون در سنین رشد، سبب بهبود حافظه و بالا رفتن قدرت یادگیری در کودکان می شود.

روغن زیتون و پیری:

بسیاری از بیماری‌های دوران پیری مثل پوکی استخوان و آلزایمر تحت تأثیر رژیم غذایی قرار دارند. روغن زیتون با کمک به جذب کلسیم، باعث رسوب آن در استخوان‌ها شده و از پوکی استخوان جلوگیری می کند.

روغن زیتون از بروز فراموشـی و آلزایمر در افراد مسن جلوگیری می کنـد، ولی مکـانیسم عمل آن ناشـناخته است. به نظر می رسـد اسیدهای چرب غیراشباع موجود در روغن زیتون می تواند باعث حفظ ساختار غشای سلول‌های مغزی شوند.

فرآیند پیر شدن در انسان با آسیب تدریجی و تغییر ساختمان پوست همراه است. تغییرات پوست مثل ضـخیم شدن و از دست دادن قـابلیت ارتجاعی لایه‌های پوست، به علت تجمع کلاژن باعث می شود که پوست در برابر عوامل خارجی مثل تشـعشات خورشـیدی که رادیکال‌های آزاد را ایجاد می کننـد حساس شـده و روند پیری تسـریع شود. مواد آنتی اکسـیدان خصوصاً ویتامین E موجود در روغن زیتون از ایجاد رادیکال‌های آزاد و فرآیند اکسیداسیون در سلول‌های پوستی و ایجاد سرطان‌های پوست جلوگیری می کند و کمک می کند تا سلول‌های پوست انعطاف پذیری خود را حفظ کرده و عوارض پیری دیرتر ظاهر شود.

روغن زیتون و پوست:

ویتامین E موجود در روغن زیتون برای حفظ سلامت و زیبایی پوست و مو ضروری است. مصرف مداوم آن، پوست را شاداب نگه می دارد. ماسـاژ پـوست بـا روغن زیتون، تعریق را کـاهش داده و مژه و ابرو را تقویت می کنـد. کمـپرس پوست بـا روغن زیتون در موارد آفتـاب زدگی و سـرمازدگی ، گزش مـار و عقرب و نیش حشـرات بـاعث التیام آن می شود. همچنین سوزش و درد ناشـی از سوختگی را تسکین داده و از بروز تاول جلوگیری می کند.

برای برطرف کردن خشکی و ترک پوست می توان از مخلوط روغن زیتون با گلیسیرین به نسبت مساوی استفاده کرد.

منبع: پایگاه اطلاع رسانی پزشکی شفا

گیاه‌خواری سطح فشار خون را در حد مطلوب نگه می‌دارد

تازه‌ترین تحقیقات نشان می‌دهـد کسانی که مقادیر زیادی سبزی، میوه، و غلات سـبوس‌دار مصـرف می‌کننـد سـطح فشار خون آنها مطلوب‌تر از افراد گوشت خوار است.

به گزارش خبرگزاری رویترز هلث از نیویورک، این یافته‌ها توصـیه در مورد مصرف بیشتر غذاهای گیاهای برای حفظ سلامت قلب و عروق را مورد تاکید قرار می‌دهد.

محققان با مطالعه ا فرد میانسال در چهار کشور دریافتند کسانی که پروتیین گیاهی بیشتری شامل غلات ،حبوبات، میوه، و سبزیجات مصرف می‌کنند فشار خون آنها پایین‌تر است.

حتی جذب اندکی کالری بیشتر از پروتیین گیاهی منجر به کاهش فشار خون می‌شود.

دکتر پل الیوت از امپریال کالج لندن می گوید فواید ظاهری این نوع تغذیه مستقل از دیگر عوامل مانند ورزش، مصرف نمک و وزن بدن است.

این یافته‌ها توصیه در مورد مصرف غذاهای گیاهی بیشتر برای جلوگیری از ازدیاد فشار خون و بیماریهای مرتبط با آن یعنی بیماری قلبی و نارسایی کلیوی را مورد تاکید قرار می‌دهد.

در این مطالعه افرادی در کشورهای انگلیس، آمریکا، چین، و ژاپن مورد بررسی قرار گرفتند. در مدت شش هفته انجام این تحقیق فشار خون داوطلبان چندین بار اندازه‌گیری شد و نوع تغذیه آنها ثبت گردید.

این مطالعه نشان داد با مصرف بیشتر پروتیین گیاهی میانگین فشار خون کاهش می‌یابد. عکس این تاثیر در مورد مصرف پروتیین حیوانی صدق می کند. این ارتباط ظاهرا ناشی از وزن بیشتر کسانی است که گوشت و لبنیات بیشتر مصرف می کنند.

علت ارتباط پروتیین‌های گیاهی با فشار خون پایین تر مشخص نیست. مصرف زیاد پروتیین گیاهی جذب الیاف و منیزیم را افزایش می‌دهد که این دو ماده تاثیر مفیدی بر فشار خون دارند.

پروتیین‌های گیاهی حاوی اسیدهای آمینه خاصی هستند که به کنترل فشار خون کمک می کنند.

این محققان دریافتند کسانی که پروتیین گیاهی را بیشتر از پروتیین حیوانی مصرف می کنند ترکیب اسید آمینه در آنها بسیار متفاوت با کسانی که رژیم غذایی سرشار از فراورده‌های حیوانی دارند. این امر این احتمال را مطرح می کند که فواید فشار خون به خاطر وجود اسیدهای آمینه خاصی است که به مقدار زیاد در غذاهای گیاهی یافت می‌شود.

تاثیر عصاره گوجه فرنگی در کاهش فشار خون

نتایج یک تحقیق نشان میدهد نوعی مکمل غذایی گرفته شده از گوجه فرنگی به درمان فشار خون نسبتا بالا کمک می کند.

به گزارش مدلاین پلاس محققان در مطالعه ای در یافته اند یک دز روزانه عصاره گوجه فرنگی باعث کاهش فشار خون در میان ۳۱ مرد وزن دچار هایپرتنشن خفیف شد.

این مکمل که تحت نام Lyc-Mato عرضه می شود حاوی ترکیبات گیاهی متعدد موجود در گوجه فرنگی است. در میان این ترکیبات لیکوپن نیز وجود دارد ، آنتی اکسیدانی که بر اساس برخی مطالعات انجام شده احتمال بیماری قلبی عروقی را کاهش می دهد.

آنتی اکسیدان هایی مانند لیکوپن و ویتامین C و E به خنثی کردن رادیکال های آزاد اکسیژن ، ملکول هایی که محصول جانبی متابولیسم هستند و با گذشت زمان به سلولهای بدن آسیب می رسانند ، کمک میکنند. این استرس اکسیداتیو در طیف وسیعی از بیماری های مزمن مانند بیماری های قلبی دخالت دارد.

اثرات آنتی اکسیدانی عصاره گوجه فرنگی شاید تاثیر آشکار آن را بر فشار خون شرح دهد.

افرادی که فشار خون نسبتا بالایی دارند یا فشار خون آنها نرمال و لی بالاست گزینه های مناسبی برای درمان با این عصاره هستند. بهر حال کسانی که تحت درمان هایپر تنشن قرار دارند باید در مورد مصرف این مکمل با پزشک خود مشورت کنند.

میوه،مانعی برای تصلب شرایین

جام جم آنلاین: محققان علوم پزشکی اعلام کردند با مصرف میوه‌هایی مانند سیب و انگور ، گیلاس و یا آب آنها می‌توان از تشکیل پلاک‌های آترواسکلروز و بروز تصلب شرایین جلوگیری کرد.

به گزارش ایسنا، محققان می‌گویند: بررسی آنان روی موش آزمایشگاهی نشان می‌دهد؛ با مصرف این گونه میوه‌ها و میوه‌های مشابه می‌توان مانع از بروز تصلب شرایین شد که خود این کار نیز از بروز بیماری‌های قلبی و سکته‌های مغزی جلوگیری می‌کند.

دکتر کلی دکورده از دانشگاه مون پولیه و همکارانش اعلام کردند، نخستین بار توانسته‌اند تاثیر عمده و مستقیم این میوه‌ها را در جلوگیری از بروز تصلب شرایین ثابت کنند.

عسل معجزه علم تغذیه

عسل یکی از هدیه های ارزنده و پر ارزش طبیعت می باشد که در قرآن از آن به عنوان فیه شفا للناس (شفای مردم در آن است) یاد می کند.همچنین یک محصول غذایی مفید و یک اکسیر پر ارزش است که قرن ها پیش به عنوان عالی ترین و مقوی ترین غذا ها شناخته شده و به واسطه ویژگی های شفا بخش خود به عنوان دارو در درمان اکثر بیماری ها در بین تمام ملل کاربرد داشته است. این ماده شفا بخش مهمترین منبع مواد قندی شناخته شده، که ?? نوع قند دارد و بسیاری از مواد مورد نیاز بدن را تامین میکند.

زنبور عسل از راسته نازک بالان (hymenpteran) است . زنبور عسل قسمت های دهانی جونده و مکنده ، هر دو را داراست . دگردیسی آن کامل است و بطور دسته جمعی زندگی می کند و شامل سه دسته هستند.

۱- ملکه (Queen) که تخم می گذارد.

۲- نرها (prones) کارشان فقط بارورکردن ملکه های جدید است .

۳- کارگرها (worker) که ماده عقیم هستند و اغلب متعددی دارند .

کندوی زنبور عسل یا به صورت جعبه های مکعبی به ابعاد ۵۰ cm که کندوی modern می گویند و یا به صورت سبد که کندوی بومی می گویند .

زنبور عسل در قرآن

کلمه نحل در به معنی زنبور عسل در آیات ۶۸ و ۶۹ سوره نحل در جز ۱۴ قرآن کریم آمده است . در تفسیر آیه ۶۸ چنین آمده است ، پروردگارت به زنبور عسل وحی فرستاد ! در اینجا لحن قرآن به طرز شگفت انگیزی تغییر می یابد ، در عین ادامه دادن بحث ها در زمینه نعمت های مختلف الهی و بیان اسرار آفرینش در این سوره ، سخن از زنبور عسل و سپس خود عسل به میان می آورد . اما شکل یک ماموریت الهی و الهام مرموز که نام وحی بر آن گذارده شده است . نخست می گوید" : و پروردگارت به زنبور عسل وحی کرد که خانه هایی از کوهها و درختان و داربست هایی که مردم می سازند انتخاب کن. "

* نخستین ماموریت زنبوران در این آیه ماموریت خانه سازی ذکر شده است . و این شاید به خاطرآن است که مساله مناسب نخستین شرط زندگی است و به دنبال آن فعالیت های دیگر ، امکانپذیر است .

در آیه ۶۹ سوره" نحل ، " دومین ماموریت زنبور عسل شروع می شود ، چنانکه قرآن می فرماید " :ما به او الهام کردیم که سپس از تمام ثمرات تناول کن و راههایی که پروردگارت برای تو تعیین کرده ، به راحتی بپیما . " سرانجام ، آخرین مرحله ماموریت آنها بصورت یک نتیجه ، این چنین بیان می کند ، از درون زنبوران عسل ، نوشیدنی مخصوص خارج می شود که رنگ های مختلفی دارد . نهفته است ،جالب این که دانشمندان از طریق تجربه به این حقیقت رسیده اند که زنبوران به هنگام ساختن عسل آن چنان ماهرانه ، عمل می کنند که خواص درمانی و دارویی گیاهان کاملا محفوظ مانده و به عسل منتقل می شود .

و در ماجرای برنامه زندگی زنبوران عسل و ارمغانی که آنها برای جهان انسانیت می آورند ، که هم غذاست و هم شفا و هم درس زندگی ، نشانه روشنی از عظمت و قدرت پروردگار است ، برای جمعیتی که می اندیشند.

خواص درمانی عسل

عسل نه تنها یک غذای کامل ، بلکه اکسیری پر ارزش است که سالهای سال به عنوان دارو برای درمان بیماری ها استفاده شده است و حاوی حداقل ۸۰ ماده مفید برای انسان است که از این لحاظ هیچ ماده غذایی در جهان یارای رقابت با آن را ندارد .

در باب خواص درمانی عسل نکات بسیاری وجود دارد،از جمله می توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱.عسل در جلوگیری از پوسیدگی دندان:

پوسیدگی دندان امریست شایع به خصوص در افرادی که از شیرینی های مصنوعی استفاده می کنند اما در تحقیقات دو تن از محققان به نام های وسبورن ونوزیسکین وست این نتیجه حاصل شد که افرادی که از عسل استفاده می کنند(روزانه ۷۰ گرم)به پوسیدگی دندن مبتلا نشده اند.علاوه بر اینکه عسل قندی طبیعی ست،خاصیت ضد میکروبی آن نیز در پیشگیری از پوسیدگی مؤثر است وهمچنین در رشد استخوانها و درمان نرمی استخوان و تقویت لثه بسیار سودمند می باشد.اگر عسل با ذغال طبی مخلوط شود باعث سفیدی و براقی دندان ها می شود.

۲.عسل در طب کودکان:

مصرف عسل در کودکان میتواند باعث افزایش وزن آنها شده و حال عمومی کودک را بهبود بخشد،نیز نیاز کودک به ویتامین B۶ را پاسخ می گوید.البته به علت احتمال ایجاد واکنش های حساسیتی استفاده از عسل برای کودکان تا زیر ۲ سال ممنوع است.

۳.عسل و بیماری های پوستی:

کاربرد عسل د رالتیام زخم ها به مصر قدیم برمی گردد . در گذشته درمان زخم های کهنه و چرکی با عسل متداول بوده است،هم اکنون نیز این ماده برای درمان زخم های پوستی مزمن کاربرد دارد، رشد میکروب ها را متوقف کرده و پوست و اعصاب را تغذیه می نماید.عسل برای درمان زخم سپتیک از ساولون بهتر عمل کرده و در درمان عفونت های پوستی بهبود سریع تری نسبت به پماد آمپی سیلین نشان داده است،عسل ضد کاندیدا و تریکوفیتون منتاگروفیتیس است و در درمان عفونت های پوستی ناشی از این دو بسیار مؤثر است.نیز این ماده به علت ساز و کار رطوبت گیری خود، موجب کاهش ادم زخم شده، در تسریع فرایند التیام مفید است. وجود ماده ی اینهیبین که خاصیت ضد باکتریایی دارد،احتمالاً از طریق از بین بردن باکتری های زخم های بستر موجب تسریع التیام آنها می شود.

۴.عسل و بیماری های گوارشی:

عسل به علت داشتن بعضی آنزیم ها به هضم غذ کمک میکند، مثل: لیپاز، آمیلاز، ساکاراز و... عسل از شدت هیپر اسیدیته ی معده می کاهد و می تواند در افراد مبتلا به ترش کردن یا رفلاکس مؤثر باشد،برای زخم معده و التهاب آن نیز مفید است. از سایر مصارف درمانی عسل می توان به اثرات کمک درمانی در بیماری سل، التهاب ریه، آسم و ذات الریه اشاره کرد، همچنین میتوان از اثرات کمکی آن در انواع زخم و التهاب های قرینه و سوزشهای چشم نام برد. عسل در درمان بیماری های زنان و زایمان، بیماریهای قلبی، بیماریهای کلیوی و بیماریهای اعصاب نقش به سزایی داشته است، نیز در درمان بیماریهای خونی مفید بوده، گلبولهای قرمز و هموگلوبین را افزایش میدهد و خاصیت ضد خون ریزی دارد، از این رو میتواند نقص ویتامین ک بدن را جبران کند.

عسل تاثیر بسیار مهمی روی عضلات قلب و تحریک و تقویت آن دارد و فشار خون را تنظیم و از سکته قلبی جلوگیری می کند . ابوعلی سینا درباره خواص عسل در کتاب معروف " قانون در طب " می نویسد " : عسل دستگاههای درونی بدن را تقویت ، نیرو را زیاد و اشتها را باز می کند . عسل جوانی را جاودان و حافظه را نیرو می بخشد . عسل در محو زخم های چرکین و ریشه دار موثر است و به درمان آنها کمک می کند ، تاریکی دید را می زداید و بهترین درمان عفونت های لثه است . همچنین دردهای شکم ،

سرفه ، مارگزیدگی ، اختلالات تنفسی و دردهای مفصلی را تسکین می دهد " .صحبت از اثرات درمانی عسل مجال بیشتری لازم دارد ما در اینجا به بعضی اثرات آن اشاره کردیم.

عسل درمانی :

خواص اثبات شده دارویی عسل در علم پزشکی به شرح زیر است :

۱- خواص ضد باکتریایی و آنتی بیوتیکی و همچنین خاصیت ضدالتهابی عسل .

۲- گلوکز و فروکتوز عسل سریعا جذب شده و به انرژی تبدیل می شوند .

۳- اعمال کبد را فعال کرده و در دفع سموم (دتوکسکشین) از کبد موثر است.

۴- حرکات و ترشحات روده را بهبود می بخشد .

عسل دارای یک اثر ملین بوده و ترشحات روده ها را تحریک می کند . فشار اسمزی بالا ، وجود ترکیبات معطر و استیل کولین باعث بروز این اثرات می شود .

سایر خواص مفید عسل طبیعی

عسل و حافظه : از نظر علمی صمغ موجود در عسل نمی گذارد جدار عروق را نرم نگه می دارد و در نتیجه موادغذایی بهتر به مغز و اعصاب می رسد و مطالب بهتر در حافظه می ماند و کمتر به دست فراموشی سپرده می شود . از طرفی ویتامین D موجود در عسل اعمال بین کلسیم و فسفر را تنظیم می کند ، و در نتیجه اعصاب کار خود را خوب انجام می دهند .

عسل و انرژِی : عسل به علت داشتن گلوکز و فروکتوز باعث تولید انرژی سریع (سوختن گلوکز) و طولانی (سوختن فروکتوز) می گردد . این قندها بدون هضم اولیه جذب می شوند و از طریق عروق خونی که دیواره روده ها را پوشانده وارد جریان خون شده سپس از طریق ورید وارد کبد می کردند و در آنجا به گیلوکوژن تبدیل می شوند . این ماده توسط بدن برای تولید انرژی بکار می رود . مصرف مرتب عسل برای تقویت قوای جنسی و درمان ناتوانی هی آن بسیار موثر است ؛ که از عسل با روشهای مختلف و ترکیب با عصاره گیاهان موثر در درمان این ناتوانیها می توان نام بهره گرفت.

عسل و طول عمر:عشل عمر را طولانی کرده و به تقویت اعضاء و احشاء بدن می پردازد،خستگی را بر طرف می کند.در افزایش نیروی جوانی و قدرت بدنی دخالت مستقیم دارد عسل قادر است رادیکالهای آزاد را خنثی کند.رادیکالهای آزاد نتیجه و پس مانده فعالیت و کار سلولهای بدن است.آنها وقتی با سلولهای سالم روبرو می شوند آنها را به شدت آزار می دهند و مانع از فعالیت طبیعی و سال سلول می شوند.

ماسکهای زیبائی با عسل:عسل نقش مهمی در حفظ و تجدید جوانی بازی می کند.خانمها می توانند با تهیه ماسکهائی از عسل خالص یا اصل مخلوط با زرده تخم مرغ و خامه ترش به نسبت مساوی بر زیبائی و شادابی پوست خود بیافزایند.می توان با عسل انواع ماسکا ها را برای تبدیل پوستهای خشک به چرب و معمولی تهیه کرد که بسیار موثت.البته بایستی زیر نظر پزشک باشد.

عسل و بیماریها

عسل و بیماری قلبی:عسل به دلیل داشتن گلوکز که سهل التجزیه و انرژی زاست،تاثیر مهمی روی عضلات قلب در انواع بیماری های قلبی دارد و از طرفی باعث تحریک و تقویت قلب ،گشاد شدن رگها می شود.همچنین عسل جریان خون را افزایش می دهد،فشار خون را تنظیم کرده و از سکته قلبی جلوگیری می نماید.عسل به کمک دیاستازهایش چربی های اطراف قلب را آب می کند .به همین دلیل مصرف آن به سالخوردگان و بیماران قلبی توصیه می شود.مصرف یک لیوان شربت عسل ولرم(عسل محلول در آٔ بمیوه)قبل از خواب برای درمان بی خوابی بیماران قلبی بسیار مناسب است.

عسل و بیماری های دستگاه گوارش و روده:عسل در به کار انداختن دستگاه گوارش بسیار مفید است؛باعث کاهش اسیدهای

اضافه معده می گردد.عسل به عنوان دارو برای درمان زخم معده و ورم معده و روده موثر است.به علت داشتن آهن و منگنز به هضم غذا کمک کرده و ترشح شیر معده را به خالت طبیعی بر میگرداند.دردهای معده را از بین می برد،اسیدهای درون معده به ویژه اسید فرمیک با تخمیرو ترشی روده مبارزه کرده در درمان و عفونتهای روده بسیار موثر است برای بیماران گوارشی بهتر است،دو ساعت قبل از ناهار یا ناشتا و سه ساعت بعداز شام با مخلوط آب گرم مقداری عسل مصرف کنند.

عسل و ضعف اعصاب:مشاهدات بالینی ثابت کرده عسل برای اعصاب مفید می باشد.بی خوابی ،سر درد و ناتوانی را در این نوع بیماری ها کاهش داده و ناتوانی عصبی را از بین می برد و سیستم اعصاب مرکزی را تقویت می کند.

عسل و درمان بیماری های کبدی:کبد سموم باکتری ها رو خنثی می کند و گلیکوژن عامل اصلی مبارزه با سموم باکتری هاست؛باتوجه به اینکه مصرف عسل ذخیره گلیکوؤژون کبد را افزایش می دهد؛می توان به اهمین عسل در افزایش قدرت کبد در مبارزه با میکروبها پی برد.

عسل و کلیه:عسل ضد عفونی کننده مجاری ادرار است.اگر مخلط با آب مقطر تغذیه شود باعث زیاد شدن ادرار،رفع تشنگی و خرد شدن سنگ کلیه و مثانه میشود-مصرف سه بار در روز عسل با روغن زیتون و آب لیمو جهت سنگ کلیه مفید است.

عسل و خون:عسل تنش و کنش بسیار زنده و مثبتی روی میزان هموگلوبین خون دارد و باعث افزایش آن خواهد شد.

عسل و چشم:عسل عامل شفائ در سوختگی های مخصوص چشم،آماس و التهاب چشم و درمان شب کوری است.سل همچنین عامل شفا بیماری های نشای از کمبود ویتامین AوB است.

عسل و ریه:عسل در درمان ریه بسیار موثر است.شربت عسل را برای از یسن بردن سرفه و خط سینه مسلول و نافع است.

عسل و زخما:عسل دردرمان زخمها،سوختگی و دندان بسیار موثر است.عسل لثه ها را محکم و دندان را سفید می کند.اگر چای یا عسل نوشیده شود برای جلوگیری از پوسیدگی دندان بسیار مفید و موثر است.عسل در افراد داری حساسیت های مختلف بسیار مفید است.

عسل و پوست:عسل اثر شفا بخشی بسیاری روی پوست داشته و به پوست نیرو می بخشد.از جمله اینکه پوست را نرم و سفت می کند.عسل خواص جذب سریعی دارد:به همین دلیل ترشحات پوستی را جذب و به بافتهای پوششی غذا می رساند.عسل ناهمواری های پوستی را صاف می کند و زخمهای وستی حتی عمیق را بسیار زود بهبود می بخشد.

عسل و کودکان:عسل یک غذای بسیار مفید برای کودکان است و در رشد آنها تاثیر به سزائی دارد بهتر است عسل به جای شکر در غذای کودکان استفاده شود مشروط بر ای آنکه میزان آن از ۳ قاشق چای خوری در روز بیشتر نباشد.ضمنا مصرف عسل برای کودکان زیر یک سال توصیه نمی شود بدلیل آنکه عسل ممکن است در ایجاد بیماری موتولسیم در کودکان زیک سال موثر باشد،ولی کودکان بالاتر از یک سال در مقابل این بیماری ایمن هستند.عسل در درمان بیماری های کودکان از قبیل کم خونی ،اسهال،شب ادراری برفک دهانو گلو درد مفید و موثر است.

خواص ضد باکتری و میکروبی عسل:

عسل حاوی مواد ضد میکروبی است و هیچ نوع میکروبی قادر به رشد در آن نیست و این عامل ضد ویروسی تشعشع اتمی ان است.به عبارتی دیگر عسل دارای تشعشع رادیواکتیو می باشد و چنانچه به نحو احسن نگهداری شد برای مدت طولانی سالم می ماند.

عسل آب درون باکتری ها را جذب می کند و سبب می شود که باکتری نتواند زندگی عادی خود را ادامه دهد و رشد و تکثیر یابد. عسل مانند بعضی از آنتی بیوتیکها دارای یک خاصیت باکتریو استاتیک است.

خواص ضد قارچ عسل:

عسل به علتداشتن خاصیت ضد قارچی هیچ گاه فاسد نیم شود و از پاکترین مواد غذائی است که همیشه می توان به سلامتی آن اطمینان داشت؛به دلیل داشتن اسید فرمیک ترش نشده کپک نمی زند و تغییر ماهیت نمی دهد.

خواص ضد عفونی:

عسل باعث ضد عفونی زخمها می شودو میکروب ها را می کشد و مانع عفونت مجدد ان می گردد. انسان می تواند از خاصیت ضد عفونی عسل برای زخمها مخصوصا زخم دهان و عفونتها استفاده نماید.

http://www.salamatnews.com

خواص دارویی سماق

خوردن مرتب سماق برای مبتلایان به دیابت مفید است. زیرا یکی از عوامل به وجود آمدن عوارض و بیماری های مختلف در افراد دیابتی ترکیب شدن گلوکز با مولکول های پروتئینهای حیاتی بدن است که به تغییر ساختار شیمیایی و عملکرد این پروتئینها می انجامد. مطالعات انجام شده روی گیاه سماق نشان می دهد که سماق در حدود ۸۱ درصد از بروز این فرایند جلوگیری می کند.

سماق همچنین ادرار آور است.

ساق برای برطرف شدن تهوع و بی اشتهایی و تب و رماتیسم و نقرس مفید است و خاصیت میکروب زدایی دارد.

توجه: سماق را باید دور از نور خورشید و هوا نگهداری کرد و مصرف زیاد آن نیز گاهی اوقات مسمومیت زاست.سیر برای دستگاه گوارش خاصیت آنتی بیوتیکی دارد .

نارنگی ،دردهای عصبی را تسکین می دهد

نارنگی به علت داشتن مقدار زیادی منیزیم در فعالیت عضلانی و دستگاه گوارش بخصوص در سیستم عصبی مؤثر است و دردهای عصبی و کم خوابی را درمان می کند.

نارنگی دارای ویتامین های، C.B۱. A، فسفر و کلسیم است که خون را تصفیه و زیاد می کند.

همچنین به علت داشتن فسفر و کلسیم بالاـ یکی از میوه هایی است که در تشکیل استخوان و اسکلت بدن مؤثر است، بنابراین خوردن آن به رشد کودکان و نوجوانان بسیار کمک کننده خواهد بود.

لازم به ذکر است، نارنگی کارکرد کلیه و قلب را به میزان قابل توجهی بهبود و همچنین کارکرد روده را تسهیل می کند.

اسفناج، برگ سبزی که به جهان هدیه کردیم

همیشه مفید و سودمند بودن یک ماده غذایی قرین با خوشمزه بودن آن نیست. از میان تره بار، خوردن کاهو تقریبا برای بیشتر مردم خوشمزه تر است اما گاه برخی از سبزی ها مانند کنگر، ریواس، کلم و ... به مذاق بسیاری خوش نمی آید و از آن جمله اسفناج (در لفظ نیاکان ما: اسفاناج و معادل انگلیسی آن (اسپنیاج) بد شانس اما بسیار سودمند و پرفایده.

اسفناج از جایی نیامده است

این سبزی، گیاه بومی ایران است و تقریبا از قرن نخست میلادی، به طور طبیعی آن را به دیگر مردمان جهان هدیه کردیم.

در مجموع هیچ فرقی نمی کند که شما اسفناج محصول پاییزه را مصرف کنید و یا بهاره آن را اما متخصصان به خوردن پاییزه آن که اتفاقا این نوع کاشت در کشورمان بیشتر مرسوم است اصرار دارند.

اسفناج چه دارد؟ این سبزی از نظر حکیم هزار سال پیش کشورمان، کمی سرد و تر است و اکنون برخی بر این باورند که متعادل

است. به عبارتی نه سرد است و نه گرم و بدین ترتیب بحث سرد مزاج بودن و گرم مزاج بودن در خوردن این گیاه تقریبا منتفی است و این نخستین خاصیت این سبزی است. اسفناج به داشتن آهن فراوان مشهور است و به کسانی که می خواهند وزن اضافه را کم کنند توصیه می شود. این گیاه، کلسترول خون را پایین می آورد و از ابتلا به سرطان جلوگیری می کند. اسفناج دافع تشنگی و عطش است و اصولا بدن را قلیایی می کند. بهترین دارو برای کسانی است که مبتلا به کم خونی هستند. اسفناج به دلیل دارا بودن کلروفیل عضلات روده را تخریب کرده و بدین ترتیب با مزاج سازگارتر است و مانند جارو روده بزرگ را تمیز می کند.

غذاهای اسفناجی: عمومی ترین شکل خوردن اسفناج بدین قرار است: خورش آلو اسفناج، ماست و اسفناج(بورانی)، آش اسفناج، سالاد اسفناج، املت اسفناج.

موارد پخت اسفناج به عنوان دارو: اگر آش اسفناج را با آبلیمو و سماق و یا آبغوره بخورید، سردردهای ناشی از اختلال کیسه صفرا را برطرف می کند. چنان چه سرفه های خشک دارید، برگ اسفناج را با جو پوست کنده و روغن بادام بپزید و بخورید. به هنگام اختلال در دستگاه گوارش، خوردن آش اسفناج به همراه گشنیز توصیه طبیب خانگی است.

نکته: اسفناج به علت داشتن اگزالات برای بیماران مبتلا به ورم مفاصل و سنگ های کلیه و مثانه به هیچ روی مناسب نیست.

اسفناج خطر نابینایی را کاهش می دهد

اسفناج سبب محافظت چشم انسان از مهمترین علتهای نابینایی می شود .

به گزارش پایگاه خبری یورک الرت , محققان دانشگاه منچستر دریافتند,اسفناج و سایر سبزیجات مانند کلم بروکلی و کلم و ذرت غنی ازماده ای شیمیایی به نام لوتئین هستند که همراه با کاروتنوئید دیگری به نام گزانتین ماده ای روغنی و زرد را در مرکز بینایی چشم به نام ماکولا یالکه زرد تشکیل می دهند.

این روغن زرد رنگ که رنگدانه لکه زرد نامیده می شود کار محافظت ازماکولا را نیز به عهده دارد و مانع از تخریب آن یا ای ام دی می شود.

ای ام دی بیماری شایعی است که ۱۲ درصد از مردان و ۲۹ درصد از زنان بالای ۷۵ سال را در انگلیس مبتلا می کند و عمده ترین علت نابینایی در جوامع غربی است.

دکتر یان موری از دانشکده علوم زندگی دانشگاه منچستر می گوید لکه زردبینایی منطقه کوچکی از شبکیه است که مسئول دیدن جزئیات اشیاست و تشخیص رنگ نیز به عهده این منطقه است.

به گفته محققان , با مصرف اسفناج و سایر سبزیجات قدرت بینایی تقویت می‌شود و خطر بروز نابینایی نیز کاهش می یابد

میوه های قرمز خواص بیشتری دارند

میوه های قرمز خواص بیشتری نسبت به دیگر میوه ها دارند . تا جایی که خوردن میوه های قرمز پنج وعده در روز توصیه می شود . به تازگی دانشمندان می گویند :

انواع میوه های قرمز نه تنها آنتی اکسیدان لازم را به بدن می رسانند بلکه عفونت های مجاری ادرار و التهابات را هم از بین می برندو همچنین خطر ابتلا به سرطان را هم کاهش می دهند . برای مثال هندوانه جزء یکی از میوه هاست که دارای فیبر و ویتامین های A . C و پتاسیم است و هر چه رنگ میوه های قرمز تیره تر باشد مواد معدنی و ویتامین های سودمند بیشتری در آن نهفته است . هندوانه یک میوه ی بسیار مفید است و حتی پوست و تخم آن هم خوردنی و پر از خاصیت می باشد .

ارسال این مقاله برای دوستان:

* * آدرس پست الکترونیکی

نوشیدن چای سبز خطر مرگ را کاهش می دهد

مطالعه ای تازه در ژاپن نشان می دهـد که نوشـیدن چای سبز می تواند خطر مرگ در اثر ابتلا به گروهی از بیماریها را به میزان قابل توجهی کاهش دهد.

به گزارش سـرویس (بهداشت و درمان) خبرگزاری دانشـجویان ایران- واحد علوم پزشـکی تهران - به نقل از پایگاه اینترنتی نشـریه انجمن پزشـکی آمریکا محققان با بررسـی اطلا عات پزشکی بیش از ۴۰ هزار نفر دریافتنـد که چـای سبز خطر مرگ در اثر بیماری قلبی را بیش از بیست و پنج درصد کاهش می دهد.

با این وجود برخی متخصصان قلب در انگلیس می گویند که این فواید ممکن است ناشی از رژیم غذایی ژاپنی ها در کل باشد زیرا غذاهایی که مردم این کشور عادت به مصرف آنها دارند از غذاهای رایج در غرب سالم تر است.

صرفنظر از آب، چای پرمصرف ترین نوشیدنی در جهان است و هرساله سه میلیارد کیلوگرم چای در جهان تولید می شود.

مطالعات انجام شده در آزمایشـگاهها و روی حیوانات نشان داده است که بویژه چای سبز در مقایسه با چای تیره دارای فواید زیادی برای سلا متی است.

بررسی های آماری نشان می دهد در حدود ۸۰ درصد مردم ژاپن چای سبز می نوشـند به طوری که بیش از نیمی از آنها روزانه سه فنجان یا بیشتر از آن مصرف می کنند.

در مطـالعه ای یازده ساله درباره تغـذیه و نوشـیدن چای سبز در میان ژاپنی ها معلوم شـد میزان مرگ بر اثر کلیه عوامل برای کسانی که روزانه ۵ فنجان یا بیشتر چای سبز نوشیده بودند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر نوشیده بودند ۱۶ درصد کمتر بود.

مطالعه ۷ ساله برای کشف علل خاص مرگ و میر نیز نشان داد که خطر مرگ در اثر بیماری قلبی برای گروهی که ۵ فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشند ۲۶درصد کمتر بود.

پژوهشگران همچنین از این مطالعات دریافتند فواید چای سبز ظاهرا برای زنان بیشتر بود.

زنانی که روزانه پنج فنجان یا بیشتر چای سبز می نوشیدند در مقایسه با کسانی که یک فنجان یا کمتر مصرف می کردند ۳۱ درصد کمتر باخطر مرگ در اثر بیماری قلبی روبرو بودند.

سبزیجات و میوه ها ضامن سلامتی

نویسنده:دکتر رضا آمری نیا

امروزه در مقالات مختلف می خوانید که مصـرف سبزیجات و میوه ها سبب کاهش بیماری های قلبی، فشار خون بالا، چاقی، دیابت و سـرطان می شود اما کمتر در مورد نحوه اثر این مواد غذایی و اینکه به چه طریق سبب کاهش این همه بیماری می شوند اطلاعاتی دریافت می کنیـد. ما در این مقاله سـعی خواهیم کرد درخصوص مکانیسم اثر این گروه از مواد غذایی که اصـطلاحاً غذاهای پرفیبر خوانده می شوند مطالبی را حضورتان ارائه دهیم.

سبزیجات و میوه ها با توجه به ترکیب پرفیبری که دارنـد، سایر مواد غذایی خورده شده را احاطه کرده و با کم کردن اثر آنزیم های گوارشـی از جـذب سـریع مواد غـذایی جلوگیری می کننـد. در بدن انسان پدیده ای به نام توفان انسولین وجود دارد. در این حالت مصـرف بیش از حد مواد قندی سـبب افزایش ناگهانی هورمون انسولین که وظیفه پائین آوردن قند خون را دارد، شده و در حقیقت قند مصـرف شده بلافاصـله سوخته شده و سـریعاً سـطح خونی قند پائین می آید. بالا بودن سـطح انسولین خون در دراز مدت سـبب

حـالتی به نـام مقـاومت به انسولین می شود و این همان چیزی است که در بیماران دیابتی چاق وجود دارد. این وضـعیت در صورت مصـرف مواد غـذایی پرفیبر همراه با قنـد دیـده نمی شود چرا که سبزیجات و میوه ها اولاً با احاطه مواد غـذایی جلوی اثر آنزیم های گوارش را گرفته و قند موجود در مواد غذایی به آهسـتگی هضم و جذب می شود و ثانیاً با توجه به اینکه قند میوه ها از نوع مرکب است نسبت به قنـد هـای ساده دیرتر هضم و جـذب شـده و در نهایت جلوی احساس زود هنگام سیری گرفته می شود.سبزیجات و میوه هـا حاوی ویتامین های A و C هسـتند. سبزیجـات برگی و سـایر انواع سبزیجـات مثل گوجه فرنگی، فلفل دلمه ای و میوه های گروه مرکبات و توت حاوی ویتامین C هسـتند و همچنین گروه دیگری از سبزیجات و میوه ها چون اسـفناج، هویج، گوجه فرنگی، طالبی، زرد آلو، شلیل و هلو منابع سرشار از ویتامین A هستند. تحقیقات اخیر ارتباط اثرات ضد سرطانی این دو ویتامین را قویاً ثابت کرده است.توصـیه می شود که سبزیجـات به صورت خـام مصـرف شود چرا که حرارت بـاعث می شود بسـیاری از مواد مغـذی این گروه از مواد غذایی مثل ویتامین ها از بین برود. بسـیاری از ویتامین ها در صورت حرارت دادن تجزیه شده و خواص اصـلی خود را از دست می دهنـد. سـعی کنیـد قبل از مصـرف سبزی ها و میوه ها حتماً آنها را شسـته و با محلول های مخصوص، ضد عفونی کنید چرا که ممکن است سبزیجات و میوه های نشسـته منشاء بیماری های مختلف انگلی و میکروبی باشـند. اگر محلول های ضد عفونی در دسترس نبود می توانید برای شـست وشوی این گروه از مواد غذایی از محلول آب نمک (به نسبت ? قاشق مربا خوری نمک در یک لیوان آب) به مـدت ?? دقیقه اسـتفاده کنید.با توجه به اینکه بسـیاری از میوه ها در پوسـتشان دارای ترکیبات مفیدی برای بدن هسـتند سـعی کنیـد حتی المقـدور میوه هـا را با پوست بخوریـد. به عنوان مثال ماده ای به نام پکتین در پوست سـیب وجود دارد که خاصـیت ضـد سـرطانی دارد. در اینجـا بهـتر است یـادآور شوم که در پوست برخی از میوه هـا و گروهی از سبزیجـات نـارس، مواد حساسـیت زایی مثل سالیسـلات ها وجود دارد که در درازمدت ممکن است سبب بیماری های مختلفی ازجمله افسردگی شود. این مواد به طور طبیعی در پوست سیب نارس یا گوجه فرنگی نارس و برخی دانه ها و به طور مصنوعی در داروی آسپرین وجود دارد و توصیه می شود این قبیـل از میوه هـا و سبزیجـات را که نـام برده شـد یا به صورت نارس مصـرف نکرد یا اینکه پوست این گروه را ضخیم تر برداشـته و مصـرف کرد.برای پختن سبزیجات از آب کمتری مصرف کنید چرا که ممکن است مواد مغذی آنها رقیق شده و در حین رونـد پخت و پز از دست برود. نگهـداری سبزیجـات به صورت خشـک شـده و یـا فریز کردن آن نیز ممکن است بـاعث کـاهش خـواص مفیـد آنهـا شـود و بالاـخره اینکه سبزیجـات و میوه هـا بـا توجه به فیـبری که دارنـد در آب به صورت نـامحلول و چسـبناک درمی آیـد، گوارش غـذا را آهسـته تر می کند و به شـکم احساس پری بیشتری داده و در نهایت سـرعت رد شدن غذا از روده هـا را افزایش می دهـد و به همین علت در جلوگیری از یبوست بسـیار موثر است. لاـزم به ذکر است طبق آخرین تحقیقـات به عمل آمـده سبزیجات با رقابت در جذب استروژن، باعث جلوگیری از سـرطان سـینه در خانم ها می شود. پس سبزی و میوه بخوریم تا سلامت خود را تضمین کنیم.

پرتقال بهترین عامل تصفیه خون

مصرف پرتقال بیش از هر ماده غذایی باعث تصفیه خون شده و این میوه برای کلیه امراض مفید است

دکتر شـهباز امینی فر متخصـص تغـذیه در گفت وگو با ایسـنا واحد علوم پزشـکی ایران، با بیان این مطلب اظهار داشت: پرتقال مانع رسوب خون در جدار رگها شده و در درمان و پیشگیری از ابتلا به تصلب شرائین بسیار مفید است.

وی با اعلام این که مصـرف پرتقال در سـنین پیری از بالارفتن ترشی خون پیشگیری می کند، اعلام کرد: همچنین، مصرف این میوه برای مبتلایان به دیابت مفید بوده و توصیه می شود.

دکترامینی فر در ادامه پرتقـال را حـاوی منـابع کـافی از ویتامین ث و کاروتن دانست و گفت: مصـرف این میوه برای کلیه امراض و

خصوصا کنترل بیماری اسکوربوت، تشنجات حاد و خونریزی های شدید بسیار مفید است.

این متخصص تغذیه همچنین در پایان مصرف عصاره پوست پرتقال را دارای خاصیت ضد یبوست و موجب درمان این بیماری دانست.

تاثیر عسل در درمان سرفه

خوردن یک قاشق چای خوری عسل قبل از خواب در رفع سرفه کودک بسیار موثر است و باعث می شود، کودک خواب راحت تری داشته باشد.

محققان دانشگاه ایالت پنسیلوانیای آمریکا در طی یک تحقیق درباره ??? کودک سنین ? تا ??ماهه که در اثر عفونت مجاری تنفسی فوقانی سرفه می کردند آزمایش هایی به عمل آوردند. این کودکان تا هفت روز سرفه می کردند. به ?? نفر از این کودکان عسل و به ?? نفر از آن ها شربت ضد سرفه دکتسرومتورفان و به ?? نفر دیگر چیزی داده نشد. سپس قرار بر این شد که والدین کودکان با پر کردن فرم هایی که محققان تنظیم کرده بودند اثرات درمان را گزارش دهند.

دانشمندان به این نتیجه رسیدند که اثر درمانی عسل بسیار بیشتر از دکسترومتورفان بود. عسل با کاهش تعداد و شدت سرفه ها تا حد زیادی در رفع آن کمک کرده بود. کودکان همچنین توانستند خواب راحت تری داشته باشند.

سرفه یکی از شایع ترین علایم عفونت مجاری تنفسی فوقانی است و برای درمان آن معمولا دکسترومتورفان تجویز می شود. این در حالی است که در مورد عوارض جانبی این دارو در کودکان بحث های زیادی وجود دارد. به همین منظور عسل می تواند داروی مفیدی برای درمان سرفه باشد. عسل به خصوص از نوع تیره رنگ، از قدیم به عنوان محصولی سرشار از آنتی اکسیدانت و دارای ویژگی های مقابله با میکروب شناخته شده است. اکنون این تحقیق اثرات مفید عسل را در رفع سرفه تائید می کند.

خواص دارویی چای

من برگ درختچه ای هستم که در انواع وحشی آن درچین و هندوستان می روید و قامت آنها معمولا به ده متر می رسد ولی نوع بستانی و پرورش یافته من که برگها و جوانه های آنرا مرتبا می چینند از دو متر قد آن تجاوز نمی کند . قسمت مورد استفاده من برگهای من است که پس از بو دادن به صورت چای سبز و سیاه به فروش می رسد.

درتاریخ کشف من افسانه های زیادی گفته اند . از جمله میگویند یکی از امپراتوران چین بر یکی از نزدیکان خود غضب کرد و دستور داد او را از شهر بیرون کنند آن شخص مدتی در کوه و بیابان و درجنگل ها و بیشه ها سرگردان بود و در نتیجه بسیار ضعیف و زرد چهره شده بود . روزی درختی دید . از غایت گرسنگی برگ آنرا غذای خود ساخت ودر اندک مدتی علایم صحت در او ظاهر شد و رنگ رخساره او باز و زیبا گردید . مخفیانه به شهر آمد و برای یکی از نزدیکان امپراتور احوال خود را نقل کرد و آن شخص به عرض رسانید ، امپراتور او را احضار کرد و از دیدن صورت زیبا شده ی او متعجب شد و پس از جویا شدن از علت آن ، عده ای از پزشکان را مامور تحقیق در اطراف فواید این گیاه نمود .

حکیم میرزا قاضی درکتاب اختیارات خود پس از ذکر این افسانه می نویسد :

چای گیاهی است خوشبو ، با اندک تلخی . نوشیدن دمکرده ی آن حرارت باطن را تسکین می دهد و خون را صاف می کند . افسانه ی دیگری نیز در وصف من به این شرح گفته اند : روزی جمعی از اهالی ختا به شکار رفته بودند گوشت یکی از شکارهای خود را پخته ودر ظرفی ریخته و روی آنرا با شاخه های بوته ی چای پوشاندند و دو مرتبه به دنبال شکار رفتند . پس از آنکه برای خوردن جمع شدند ، دیدند تمام گوشتها له شده و چون این امر را نزد اطبا اظهار داشتند آنها پس از تحقیق و امتحان دانستند که

برگهای خشک گیاه من ، در هضم غذا و طعام و زود پختن گوشت و حبوبات اثر دارد .

باری زادگاه اولیه ی من چین و هندوستان است و درایران نیز درگیلان و مازندران و مخصوصا لاهیجان کاشته شده به چای داخلی معروف میباشد . بهتری زمین برای کشت من زمینی است که دارای سنگهای خروجی و آتشفشانی باشد با محصول من مرغوب ومفید باشد . زیرا گیاه من احتیاج به شبه فلز فلوئور دارد.

چایکاری در چین معمولاـ در شکاف دره های عمیق صورت میگیرد و فرآورده ی آن به علت خروجی بودن زمین دارای فلوئور زیادی است ، و از طرف دیگر روستاییان چینی معتقدند که خاك مالك حقیقی همه ی موجودات است. روی این اصل چای چینی سرشار از شبه فلز فلوئور بوده و چای داخلی از حیث داشتن این عنصر مفید فوق العاده فقیر است فقط محصولات چند نقطه ی کوهستانی تا ۳ میلی گرم درصد است .

دومین دلیل زیادی فلوئور در چای چین استفاد از طغیان رودخانه ها است ، زیرا در چین رودخانه هایی جاری است که از کوههای آتشفشانی سرچشمه گرفته و بستر آنها بالاتر از مزارع چای کاری است و هنگام طغیان مقداری گل و لای را درکشت زارها پهن می نمایند و چون در لاهیجان رودخانه سفید رود در سطحی پایین تر از کشت زارها جاری است به ندرت طغیان آن گل ولای به این مزارع می رساند . در ژاپن مزارع چای در مجمع الجزایر آتشفشانی است و آب و زمین و هوا سرشار از شبه فلز فلوئور می باشد و از طرف دیگر ژاپنی ها مقداری از صید ماهی را به ساختن آرد ماهی اختصاص داده وآنرا به عنوان کود مصرف میکنند .

استفاده از آرد ماهی که دارای مقدار زیادی فلوئور است کافی است که چای ژاپنی نسبت به این شبه فلز غنی بوده و فرآورده ی آن مرغوب شود . برای اصلاح ومرغوب شدن چای داخلی بهترین وسیله استفاده از کودهای فلوئوردار مثل آرد ماهی است . چای سبز از بو دادن برگهای تازه بدون دمبرگ به عمل می آید و چون برگهای چای مدتی مانده و تبخیر شوند ؛محصول آنها چای سیاه می باشد . دمکرده ی پنج تا ده هزار برگهای بو داده من ، محرك و مقوی معده بوده و ادرار آور بوده ولی از نظر داشتن خواص مذکور کمتر استعمال می شود ، بلکه معمولا آنرا مانند یک نوشابه ی عادی و برای رفع خستگی مینوشند . من مقوی مغز و معده و باه میباشم و ادرار را زیاد می کنم ،نشاط آور بوده تشنگی را تسکین می دهم – سردرد را آرام می کنم التهاب معده را فرو می نشانم ، خون و رنگ رخسار را صاف می کنم و به جذب ادویه دراعماق یاخته های بدن کمك میکنم . بوی بد دهان را از بین میبرم ، مخصوصا خشک من در ازبین بردن بوی سیر و پیاز بی اثر نیست . جهت خفقان وامراض قلب مقدارکم من مفید است وازهمه مهمتر به علت داشتن شبه فلز فلوئور مینای دندان و استخوانها را تقویت کرده واز پوسیدگی دندانها جلوگیری میکنم ، زیاده روی درخوردن من رنگ دندان را زرد کرده ولی دندانهای زرد دیرتر خراب شده و کرم خوردگی کمتر پیدا می نمایند .

استفاده از سویا تضمین سلامتی خانواده است

وجود مواد گوناگون مفید و ضروری بدن در سویا از ابتلا افراد به بیماری‌های گوناگون از قبیل بیماری‌های قلبی، دیابت، آرتروز و سرطان جلوگیری می‌کند.

دکتر سید ضیاءالدین مظهری متخصص تغذیه و رژیم درمانی در گفتگو با خبرنگار باشگاه خبرنگاران در این باره افزود: سویا یکی از مواد غذایی است که در مورد مواد موجود در آن و استفاده آن در برنامه غذایی افراد در چند سال اخیر بحث و گفتگو وجود دارد، یک دانه سویا حاوی ۱۰ گرم آب، ۳۴ گرم پروتئین، ۷/۱۷ گرم چربی، ۲۲۶ میلی گرم کلسیم، ۵۵۰ میلی گرم فسفر، ۴/۸ میلی گرم آهن، ۸۰ واحد ویتامین A و ۱/۱ میلی گرم ویتامین B۱ و ۳۰/۰ میلی‌گرم ویتامین ب۲ و ۲/۲ میلی گرم ویتامین B۳ است.

وی ادامه داد:سویا حاوی ۳ نوع ماده غذایی اصلی پروتئین، کربوهیدارت‌ها و چربی است، این گیاه از نظر پروتئین غنی است و یکی از منابع خوب از ایزوو فلان‌هاست که دارای فواید زیادی در تامین سلامتی فرد است، سویا هیچ نوع چربی مضری ندارد و روغن

آن جزء چربی‌های اشباع نشده است.

وی گفت:جایگزین محصولات حیوانی با سویا باعث افزایش کلسترول خوب (HDL) در بدن می‌شود، اسید آمینه‌های موجود در پروتئین سویا که متفاوت از منابع غذایی حیوانی و سایر پروتئین‌های گیاهی است قادر است سنتز و متابولیسم کلسترول را تصحیح کند، از فواید دیگر سویا می‌توان به بهبود عملکرد پروستات اشاره کرد، زیرا سویا حاوی مقادیر زیادی ایزوفلاوون است که این ماده یک نوع آنتی اکسیدان برجسته و موثر در جلوگیری از ایجاد غده سرطانی در پروستات است.

دکتر مظهری تاکید کرد: ویتامین E موجود در این نوع ماده غذایی برای سلامتی پوست و مو و جلوگیری از کم خونی موثر است، فیبر موجود آن باعث کاهش وزن، کاهش کلسترول و تری گلیسرید و افزایش کارکرد روده بزرگ می‌شود و از بروز سرطان روده بزرگ جلوگیری می کند، ویتامین B۱ موجود در آن از خستگی و بیماری‌های عصبی جلوگیری و افزایش دهنده انرژی است، منیزیم موجود در سویا اثرات مفید بر استخوان و رگ‌های خونی به خصوص بر عضلات قلب دارد و از لخته شدن خون و تصلب شریان جلوگیری می کند.

وی تاکید کرد: امروزه مواد حاوی سویا همچون شیر سویا، آرد سویا، جوانه سویا، آجیل سویا و مکمل‌های سویا به صورت محلول در مواد دیگر یا قرص در بازار موجود است و افراد برحسب ذائقه خود می‌توانند از ان مواد مصرف کنند و از فواید این ماده غذایی بهره ببرند.

دانستیهایی از میوه به

منبع ویتامین های مختلف هستم و آش من به مبارزه با امراض معدی بروید . پوست من برای از بین بردن چین و چروك پوست مفید است . برای نرمی سینه و تنگ نفس مرا تجویز کنید .

اسم من به است ، به من بهی و آبی هم می گویند . اعراب مرا سفرجل می خوانند . زادگاه اولیه من ایران است و در نام لاتینی من کلمه ایرانی به چشم می خورد . من دارای انواع جنگلی – ترش – شیرین و میخوش هستم . بهترین نوع من پیوندی است که آنرا روی تنه زالزالك پیوند کرده باشند . نوع جنگلی من گس است و آنرا «به شغال» می خوانند . قابل خوردن نیست ، ولی بهدانه ی آن بهتر از دانه ی پیوندی است . من دارای ویتامین های آ- ب و ای و پ۶ بوده دارای آهک آهک و تانن هستم و از این رو برای مبتلایان به امراض سل و دق غذای مطلوبی می باشم . آب جوشانده و پخته من مقوی وقابض است . آب میوه من که به وسیله ماشین فشاری گرفته شود ، ملین بوده طبل شکم را خالی می کند و در کوچک کردن شکم موثر است . شربت ساده ی من که به شربت به معروف است . برای درمان ورم روده مفید می باشد و شربت به لیمو مقوی قلب و معده بوده و ایجاد سرور می نماید . آش من غذای گوارایی برای امراض معدی است وخورش به نیز همتای آن می باشد. آب میوه ی من برای معالجه اسهال خونی و خونریزی معدی تجویز شده است و دمکردی شکوفه ی من سی گرم در لیتر سرفه را تسکین می دهد اگر پوست میوه ی مرا پانزده روز در الکل خیس کنند ، و با آب آن صورت را مالش دهند چین و چروك را از بین می برد.

وجود ویتامین های ب و پ درمن سبب شده است که اعصاب را تقویت کنم و جوانی را پایدار سازم . با آب جوشانده ی من می توان معده و روده و رحم را شست . نوع ترش من در تقویت معده بهتر از شیرین است . نوع شیرین من مسرور کننده و مقوی معده و دماغ است پیشاب را زیاد می کند . زیاده روی در خوردن به مسهل است . عصاره میوه ی من مانع خونریزی و قی و خمار و تشنگی است . یکی از پزشکان قدیم ایران معتقد است که زیاده روی در خوردن به ترش و میخوش باعث سکسکه است. بوییدن انواع معطر من باعث تقویت روح حیوانی و نفسانی است . قی را بند می آورد و خونریزی معده را درمان می کند . خوردن میوه خام من مخصوصا شاداب و شیرین آن جهت تفریح و معالجه وسواس و تسکین درد سر و آبریزش بینی و تقویت کبد ومعده مفید

می باشد . اشتها را زیاد می کند. میوه ی من بوی بد دهان را از بین می برد . یرقان را معالجه می نماید و التهاب معده را تسکین می دهد .و برای تسکین درد قسمت بالای معده توصیه شده است و مفید است . اگر میوه ی مرا زیر آتش تنوری نمایید به حدی که رنگ آن تیره شود و بخورید اسهال مزمن را معالجه می کند مخصوصا اگر وسط میوه مرا را خالی کرده و دانه ها را برداشته و به جای آن جوزبویا گذاشته باشند . رب نوع ترش من قابض معده بوده ، قی را بند می آورد و اسهال را معالجه می کند . مسکن تشنگی و حرارت معده است . مربای من با آب نعناع برای جلوگیری از قی به کار می رود . شکوفه تازه من مسکن سینه – قابض و مسکن درد سر و قی کردن است . مقوی قلب ، دماغ و معده بوده ، و اثری نیکو دارد . مربای میوه من جهت نرم کردن و درمان سرفه و تنگ نفس سود بخش می باشد . ضماد میوه و برگ درخت من جهت فرو بردن ورمهای گرم مخصوصا ورم چشم نافع است . از این ضماد می توان برای رفع سوزش محل نیش حشرات سمی استفاده نمود . ضماد برگ من به تنهایی جهت معالجه زخمهای چرکی مفید می باشد . کرک روی پوست من بسیار قابض است و برای گلو و آواز خوب نیست ، چنانچه آب میوه ی مرا در روغن زیتون ریخته و آنرا غلیظ نمایید ، تنقیه ی آن جهت معالجه اسهال و زخم معده اثر معجزه آسا دارد

شنبلیله برای درمان دیابت

نتایج تحقیقات نشان می دهد: تجویز عصاره آبی برگ شنبلیله در کاهش برخی مشکلات دردزای ناشی از دیابت موثراست. مهرداد روغنی، محمد رضا واعظ مهدوی و محسن خلیلی نجف آبادی، استادیاران فیزیولوژی دانشکده پزشکی دانشگاه شاهد در این پژوهش اثر آنالژزیک عصاره آبی برگ شنبلیله در موش های صحرایی نر مبتلا به دیابت قندی القا شده توسط استرپتوزوتوسین را با استفاده از آزمون فارمالین در طی دو فاز حاد و مزمن مورد بررسی قرار داده اند.

در این تحقیق از موش های صحرایی نر نژاد wistar در محدود وزنی ??? تا ??? گرم استفاده شد. موش ها به طور تصادفی به پنج گروه کنترل، کنترل تحت درمان با عصاره آبی برگ شنبلیله، کنترل دریافت کننده سدیم سالیسیلات (کنترل مثبت)، گروه دیابتی و گروه دیابتی درمانی شده با عصاره آبی برگ شنبلیله تقسیم شدند. گفتنی است، برای دیابتی کردن حیوانات از داروی استرپتوزوتوسین به صورت تک دوز به میزان ??? میلی گرم بر کیلوگرم استفاده شد.

کیوی مانع جذب کلسیم می شود

تحقیقات نشان می دهد کیوی باعث بروز عارضه در اعضایی نظیر کلیه ها و کیسه صفرا می شود.

میوه کیوی خواص تغذیه ای فراوانی دارد، اما محققان در بررسی های انجام شده به این نتایج رسیده اند که این میوه دارای ماده ای به نام اگزالات است ترکیبی که وقتی وارد بدن می شود در مایعات بدن باقیمانده و باعث بروز عارضه در اعضایی نظیر کلیه ها و کیسه صفرا می شود.

شایان ذکر است، این میوه برای افرادی که مستعد سنگ کلیه و سنگ صفرا هستند باید با احتیاط مصرف شود. افزون بر آن اگزالات موجود در این ماده مانع جذب کلسیم هم می شود.

آشنایی با انواع چای و خواص انها

خواص و انواع چای

* چگونگی دم کردن چای سیاه: آب رابه درجه جوش رسانده ??? (درجه سانتی گراد) سپس روی چای میریزیم- زمان دم کشیدن نباید کمتر از ?? ثانیه و طولانی تر از ? دقیقه گردد- زیرا پس ازآن تانین چای بتدریج آزاد شده و اثر محرک کافئین را

خنثی و طعم چای را نیز تلخ میکند.

* چگونگی دم کردن چای سبز: دمای آی در این حالت بایـد ??-?? درجه سانتی گراد باشـد. معمولا هر چه کیفیت چای سبز بالا تر باشـد دمای آب نیز میباشد کمتر باشد. ترجیحا بهتر است قوری چای پیش از دم کردن چای از قبل با قرار دادن قوری درون یک کاسه حاوی آب داغ، گرم گردد.

* چگونگی دم کردن چای اولانگ: هماننـد دم کردن چای سبز میباشد اما دمای آب در این نوع چای میباید ??-??? درجه سانتی گراد باشد.

* بـرای جلـوگیری از پخـش شـدن تفاله هـای چـای درون قـوری میتوانیـد از وسـیله ای بنـام اینفیـوزر (TEA INFUSER) اسـتفـاده کنیـد که یـک کره تـو خـالی مشبـک است و چـای را هنگـام دم کردن درون آن ریختـه و سپـس درون قوری می اندازیم.

ترکیبات تشکیل دهنده چای

-?کافئین.

- ?تیوفیلین (THEOPHYLLINE): این ماده ساختاری همچون کافئین دارد که هم در چای سبز و هم سیاه موجود میباشد. اثرات آن در بدن عبارت است از:

شـل کردن عضـلات نـایژه هـای ریه، افزایش جریان خون کلیه ها، افزایش انقباض پـذیری و کارایی عضـلات قلب، افزایش ضـربان قلب، کاهش فشار خون و اثرات ضد التهابی.

- ?تانین (TANNIN): یک پلی فنول تلـخ مزه میباشـد. که اثر آن در بـدن آرام بخشـی سیسـتم عصبی مرکزی انسان میباشد. یک عیب تانن این است که از جذب مواد معدنی به ویژه آهن ممانعت میکند.

- ?تیانین (THEANINE): در چـای چنـدین آمینو اسـید وجود دارد اما بیشترین میزان اسـید آمینه چای را تیانین تشـکیل میدهـد. عمده طعم چای به خاطر وجود همین ماده است.

- ?کاتچین(CATECHIN): این مـاده بسیار مفیـد بوده و برای سـلامتی بسیار سودمنـد است. کاتچین در چای سبز و سیاه وجود داشته اما میزان آن در چای سبز بیشتر میباشد. اثرات آن در بدن عبارتند از:

ضد سرطان میباشد، کاهش دهنده کلسترول خون، یک آنتی بیوتیک و آنتی ویروس قوی، جلوگیری از افزایش یافتن فشار خون و جلوگیری از افزایش یافتن قند خون.

- ?ویتامینهـای E,C,B COMPLEX: ویتـامین ای یک آنتی اکسیـدان قوی میباشـد که برای بـدن بسیار مفیـد است. ویتامین سـی کـاهش دهنـده اسـترس بـوده و علایـم سـرماخوردگی را نیز تقلیـل میدهـد. ویتـامین ب کمپلکس کمـک میکنـد بـه متابولیسـم کربوهیدراتها.

- ?فلورایـد و فلووانوئیـد (FLAVONOID): فلورایـد در اسـتحکام دنـدان و فلووانوئیـد از ایجـاد بوی بـد دهان پیشگیری کرده و همچنین دیواره عروق خونی را تحکیم میکند.

- ?همچنین چای حاوی فیبر، کربوهیدرات، لیپید و کاراتنوئید نیز میباشد.

* چای یک محرک است و یا یک آرام بخش؟

هر دو. چای تا پیش از ? دقیقه از دم کشیـدن اثر محرک دارد اما پس از این مدت بتدریج از خاصیت محرک بودن آن کاسته شده و به خاصیت آرام بخشی آن افزوده میگردد. پس از گذشت ? دقیقه از دم کشیدن چای کاملا به یک آرام بخش مبدل میگردد.

هر دو نوع چای سیاه و سبز برای سلامتی انسان مفید میباشـند اما چای سبز بسبب آنکه عمل اکسیداسیون روی برگهای آن صورت

نگرفته خاصیتش از چای سیاه بیشتر است.

فواید چای برای سلامتی بدن

- ?پیشگیری، تسکین علایم و تسریع بهبودی سرماخوردگی و آنفولانزا.
- ?پیشگیری از بوی بد دهان.
- ?پیشگیری و کاهش اثرات دیابت نوع دوم.
- ?کاهش علایم مواد حساسیت زا.
- ?کاهش علایم عارضه پارکینسون.
- ?گسترش عفونت ویروس HIV را در بدن کاهش میدهد.
- ?حفظ کننده تعادل مایعات بدن میباشد.
- ?رفع خستگی و استرس.
- ?پیشگیری و التیام درد بیماری آرتروز.
- ??پیشگیری از عارضه پوکی استخوان.
- ??آسیبهایی که سیگار به DNA وارد می آورد را کاهش میدهد.
- ??کند کننده روند پیری.
- ??جلوگیری از لخته شدن خون.
- ??یک ضد ویروس و ضد باکتری.
- ??افزایش متابولیسم و کمک به کاهش وزن.
- ??افزایش کارایی سیستم ایمنی بدن.
- ??اثرات ضد التهابی دارد.
- ??تصفیه خون و کنترل فشار خون و کلسترول .
- ??پیشگیری از اختلالات پوستی .

مصرف دم‌کرده ?چای باعث تسریع حرکات تنفسی، سرعت در گردش خون، رفع خواب‌آلودگی، احساس تجدید نیرو، تقویت نیروی فکری، گوارش بهتر غذا و تعریق می‌شود از اینرو چای را هنگام خستگی، ضعف عصبی، میگرن، بیماری‌های قلبی و آسم می‌توان تجویز نمود.

در پژوهشهای امروزه مشخص شده چای ممکن است در کاهش خطر برخی بیماریهای مزمن عمده مثل سکته، حمله قلبی و بعضی سرطانها مفید باشد، این مطلب را دکتر جان وایسبرگر، عضو بلند پایه موسسه بهداشت امریکا، واقع در یک مرکز تحقیقاتی در نیویورک اعلام می‌کند.

نوشیدن چای می‌تواند از پوسیدگی دندانها جلوگیری کند؛ اینها اخبار بسیار خوبی برای مردم تمام دنیاست چون چای پس از آب پر مصرفترین نوشیدنی در دنیاست و روزانه یک میلیارد فنجان چای در دنیا نوشیده می‌شود.

شفابخش و انرژی‌زای قدیمی

در بسیاری فرهنگها در سراسر تاریخ، چای به عنوان یک معجون شفابخش تلقی شده است. بیش از هزارسال قبل راهبان بودایی به دلایل مذهبی چای مینوشیدند ومعتقد بودند که در زمان درون‌پویی به بیدار ماندن آنها کمک می‌کند.

راهبان بودایی همچنین معتقد بودند چای دارای نیروهای شفا بخش است و همراه با گسترش بودیسم، چای وتقاضا برای آن نیز

افزایش یافت. یکی از بزرگان ژاپنی قرن سیزدهم بنام" شوگون "در اثر پرخوری در آستانه مرگ قرار گرفته بود که یک راهب به او رژیم چای توصیه کرد و او بهبود پیدا کرد،همین کافی بود تا مردم ژاپن بیشتر به دم کردن چای روی بیاورند.

یکی از دلایل این که دم کرده چای در دوران گذشته در نجات زندگی افراد موثر بوده این است که آب جوشیده باکتریهای بیماریزا رااز بین می‌برده. براساس نتایج یک تحقیق گسترده در هلند،خطر سکته مغزی برای مردانی که روزانه چهار پنج فنجان چای مینوشند ?? درصد کمتر است. یک تحقیق دیگر در سال ???? اعلام کرد مصرف زیاد چای، حملات قلبی مهلک را کاهش می‌دهد.

جان فولتس مدیر مرکز پیشگیری یک مدرسه پزشکی به این نتیجه رسید که چای از ایجاد لخته‌های خطرناک خون که منجر به حملات قلبی و سکته می‌شود جلوگیری می‌کند. سایر مطالعات نیز نشان می‌دهد که سطح چربی خون و فشار خون برخی مصرف کنندگان چای پایین تر است. بیش از ?? تحقیق در مورد حیوانات نشان داد که چای ممکن است از بعضی سرطانها مثل دستگاه گوارش،دستگاه تنفس و پوست جلوگیری کند.

"وایسبرگر "که پیشتر به نام وی اشاره شد اظهار می‌کند که نوشیدن چای همراه با خوردن مقداری میوه و سبزیها یک راه چاره ارزان و آسان برای کاهش خطر برخی سرطانها باشد. محققان دانشگاه حفاظت" کیس وسترن"در" کلویلند "دریافتند که مصرف چای تا ?? درصد از آفتاب سوختگی منجر به سرطان پوست جلوگیری می‌کند.

متخصصین پوست ، می‌گویند": در آینده چای یکی از راههای محافظت پوست در برابر آفتاب خواهد بود ".دانشمندان تذکر می‌دهند، این که چای ممکن است در برابر برخی سرطانها محافظ باشد به دلایل گوناگون بودن عوامل بیماریهاست.

سر انجام اینکه چون چای حاوی فلوراید است، می‌تواند مقاومت دندانها را زیاد و از پوسیدگی آنها جلوگیری کند.در مطالعات آزمایشگاهی محققان ژاپنی پی بردند که چای با پیشگیری از تشکیل پلاک دندانی برخی باکتریهای دندانی را که می‌توانند باعث بیماری لثه شوند، نابودمی‌کند. چای دارای انواع پلی فنل است که آنتی اکسیدانهائی هستند که سلول‌های انسان را از صدمه محافظت می‌کنند. فلاونیدها گروهی از پلی فنل‌ها هستند که بطور طبیعی در چای وجود دارند. به نظر می رسد سطوح بالای این پلی فنل‌ها در بدن می‌تواند علاوه بر ویروسها با سرطانهای لوزالمعده، کولون، مثانه، پروستات و سینه نیز مقابله کند .

اکسیر

برای رسیدن به فواید سلامتی بخش چای روزانه چقدر باید نوشید"؟ وایسبرگر "می‌گوید ? یا ? بار و سایرین می‌گویند کمتر از آن هم کافی است. محققان مطمئن نیستند افزودن لیمو به چای اثر آن را کاهش می‌دهد یا خیر. افزودن شکر می‌تواند به دندانها آسیب بزند. پس بهتر است چای رابدون افزودن چیزی به آن بنوشید. وایسبرگر می‌گوید: خوشبختانه چای خنک نیز مانند چای داغ مفید است. این مطالب در جایی مثل امریکا که از سال ???? به بعد چای خنک (آیس تی) مینوشند رضایت بخش است.

حال، حدود ?? درصد از چای خود را خنک مینوشیم. اما هیچ تحقیقی برای فهمیدن اینکه یک فنجان چای ملایم می‌تواند دل و جرئت انسان را بالاـ ببرد، لازم نیست. حکیم چینی" تین یی هنگ "معتقد بوده ": نوشیدن چای برای فراموش کردن غوغای دنیا است."

منبع: سایت پزشکان بدون مرز

سرکه سمبل سن و صبر

بالغ بر ۱۰۰۰۰ سال است که در طب مردمی از سرکه برای درمان انوع بیماری ها استفاده می شود. سقراط نیز معتقد بود که سرکه خاصیت آنتی بیوتیک دارد و درمان پنومونی (ذات الریه)، اسکوروی (بیماری ناشی از کمبود ویتامین C) و درمان زخم ها استفاده

می شد. همچنین برای سرکه خاصیت درمان آرتریت، پیشگیری از استئوپروز، کاهش فشار خون و کلسترول، درمان عفونت، کمک به عمل هضم و کنترل وزن قایل هستند. اما بسیاری از این ویژگی ها هنوز از نظر علمی تایید نشده اند. البته مطالعه ای که اخیرا در کالج تغذیه ی آمریکا بر روی اثرات سرکه انجام شده، نشان داده است که مصرف سرکه قبل و همراه غذا، از افزایش سطح گلوکز و انسولین، بعد از صرف غذا به مقدار قابل توجهی می کاهد. این اثر احتمالا از طریق کاهش فعالیت آنزیم دی ساکاریداز و افزایش غلظت گلوکز ۶- فسفات عضلات اعمال می شود. بنابراین شاید بتوان گفت اثرات فیزیولوژیک سرکه مشابه اسکورباز یا متفورمین است. شواهد دیگر نیز نشان داده اند که سرکه باعث بهبود حساسیت به انسولین در افراد مقاومت و غیر مقاوم به انسولین می شود.

منبع: ماهنامه ی دنیای سلامت

خصوصیات اقلیمی گیاهان دارویی

یونجه

نام علمی : Medicago sativa - کلیات گیاه شناسی یونجه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا یک متر میرسد برگهای آن دارای سه برگچه می باشد برگچه های نوک تیز، سبز رنگ و بیضی شکل است . گلهای یونجه بشکل سبز و برنگ بنفش تیره یا آبی روشن است میوه یونجه مانند صدف بوده و دانه داخل میوه مانند لوبیا ولی کوچکتر از آنزمی باشد . یونجه ریشه ای بسیار عمیق درد و ریشه آن تا سه متر بداخل زمین نفوذ می کند و بنابراین منبع ویتامین ها و مواد معدنی است که از خاک می گیرد . یونجه از زمانهای بسیار قدیم در ایران کشت می شده است و در حدود پنج قرن قبل از میلاد مسیح از یاران به یونان برده شد و در قرن هفتم بعد از میلاد به اروپا راه یافت . یونجه در ایران در مناطق مرکزی و جنوبی به مقدر بسیار زیاد کشت می شود .زنبور عسل گل یونجه را دوست دارد و از آن شهد زیادی بدست می آورد و تبدیل به عسل می کند . پرورش این گیاه در قدیم برای تهیه علوفه چهارپایان بوده ولی در حال خاضر بعلت درا بودن مواد مغذی به مصرف غذایی نیز می رسد .- ترکیبات شیمیایی:یونجه سرشار از ویتامین های A,C,E,K و همچنین دارای آمیلاز که انزیم مخصوص هضم مواد نشاسته ای است می باشد . آنزیم های بسیاری در یونجه یافت می شود بعنوان مثال می توان از امولسین اینورتاز ، و پکتیاز نام برد . یونجه دارای حدود ۲۰ پروتئین می باشد پروتئین های موجود در یونجه عبارتند از : لیزین آرژنین، هیستیدین، آدنین، فنیل آلانین آسپاراژین و سیستین . یونجه دارای اسید فسفریک نیز هست . یونجه همچنین دارای منیزیوم ، آهن و مقدر جزئی ارسنیک و سیلیس است . بنابراین یونجه از نظر مواد غذایی بسیار قوی است و غذای خوبی برای انسان و حیوانات است .- خواص داروئی:یونجه از نظر طب قدیم ایران گرم است . البته تاره آن گرم و تر و خشک شده آن گرم و خشک است .۱)یونجه از نظر اینکه دارای بسیاری از مواد معدنی می باشد شیره آن برای بچه هایی که در حال رشد هستند و اسخوان بندی محکمی ندارند بسیار مفید است . حتی امروزه پودر این گیاه را در داروخانه ها می فروشند که آنرا می توان برای بچه های شیر خوار مصرف کرد . برای تهیه شیره یونجه باید مقدر ۳۰۰ گرم یونجه را در یک لیتر آب ریخت و آنرا جوشانید تا مقدار آب آن به نصف تقلیل یابد سپس آنرا صاف کرده و مقدر کمی عسل به آن اضافه کنید که بصورت شربت داراید . مقدر مصرف برای طافال ۲۰۰ گرم در روز است و برای اطفال شیرخوار حدود ۵۰ گرم یم باشد که می توان به شیر آنها اضافه نمود .اشخاص بزرگسال هم برای بالا بردن انرژی می توانند از این شیره استفاده کنند ۲) یونجه را بصورت تازه و یا جوانه آنها را با سالاد میل کنید . جوانه یونجه را بصورت بسته بندی شده می توانید از سوپر مارکتها خریدری کنید . ۳)یونجه ملین است . ۴)یونجه دو برابر اسفناج آهنم درد بنابراین خونساز است و برای کسانیکه به کم خونی مبتلا هستند مفید است . ۵)یونجه بعلت درا بودن آهن برای درمان بیمایر راشیتیسم بکار می رود .۶)عوارض کمبود ویتامین ث با خوردن یونجه

از بین میرود. ۷)یونجه تازه در بسیاری از کشورها مانند چین و روسیه و آمریکا به مقدر زیاد بجاری اسفناج مصرف می شود . ۸)یونجه را در داروخانه ها و فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها بصورت پودر ، کپسول و قرص بفروش می رسانند . مقدرمصرف آن سه قرص در روز است . ۹)با همه مزایایی که یونجه درد در خوردن تازه آن نباید زیاده روی کرد زیرا بسیار نفاخ است و حتی حیواناتی که به مقدر زیا د از آن می خورند بعلت گاز زیاد ممکن است تلف شوند . ۱۰)ضماد پخته یونجه را اگر روزی چند بار روی اعضایی که رعضه دارند بگذارید آنها را شفا می دهد .۱۱)تخم یونجه قاعده آور است و برای این منظور تخم یونجه را بصورت دم کرده مصرف کنید. ۱۲)دم کرده یونجه درمان اسهال است . ۱۳)برای نرم کردن سینه و تسکین سرفه روزی ۲-۳ فنجان دم کرده تخم یونجه را مصرف کنید. ۱۴)برای درمان لقوه و رعشه تخم یونجه را در روغن زیتون بریزید و مدت یک هفته جلوی آفتاب بگذارید سپس آنرا صاف کنید و روزی چند قاشق از آنرا بخورید و همچنین روی اعضایی که رعشه دارند بمالید. ۱۵)یونجه حاوی مقدرزیادی ویتامین است . کوبیده آن زخم را بسرعت التیام داده و از خونریزی جلوگیری می کند . – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

بادام

نام علمی : Amygdolus – کلیات گیاه شناسی درخت بادام به بلندی ۸ متر می رسد . درختی است زیبا که از زمانهای قدیم در نواحی مرکزی و غربی آسیا مخصوصا افغانستان و ایران ، سوریه و فلسطین پرورش میبافته است .ریشه درخت بادام بسیار قوی است . این درخت می تواند حتی با کمی رطوبت نیز رشد کند .برگهای آن بیضی ، باریک ، نوک تیز و برنگ سبز می باشد . گلهای آن بسیار زیبا و برنگ صورتی است . در اوائل بهار شکوفه های بادام ظاهر می شود . بطور کلی دو نوع بادام وجود دارد : ۱- بادام شیرین ۲ Sweet Almond- بادام تلخ Bitter Almond میوه درخت بادام بصورت شفت می باشد که قشر خارجی آن سبز رنگ و پوشیده از کرک است که در داخل آن بادام با پوست سخت وجوددرد . در ابتدای تشکیل میوه پوشش خارجی سبز رنگ و گوشت در است که پوشیده از کرک است و هنوز بردستی رشد نکرده که آنرا چغاله بادام Amandon می نامند که دارای خواص مخصوص می باشد . پس از رسیدن بادام بتدریج پوشش خارجی سبز رنگ خشک شده و پوست آن نیز سفت و سخت می شود و مغز بادام در داخل آن رشد کرده و آماده استفاده می شود . مغز بادام بیضی شکل و مسطح بوده که یکطرف آن نوک تیز است . مغز بادام در داخل پوسته نارک قهوه ای رنگی می باشد که می توان آنرا بکمک آب گرم از آن جدا کرد که مغز بادام سفیدرنگ در داخل آن است . مغز بادام شیرین و طعم ملایم و خوشمزه ای درد و بسهولت از بادام تلخ تشخیص داده میشود .از کلیه قسمت های درخت بادام شیرین مانند شکوفه ، برگ و میوه آن استفاده طبی میشود . – ترکیبات شیمیایی:بادام شیرین دارای ۵۰ تا ۵۵ درصد و بادام تلخ دارای ۴۰ تا ۴۵ درصد روغن می باشد . بادام همچنین دارای ۲۵ درصد مواد سفیده ای و دیاستازی بنام امولسین (Emulsine) ، قند ، صمغ ، موسیلاژ و مواد معدنی می باشد .بادام تلخ دارای ماده مخصوصی (۱ تا ۳ درصد) بنام آمیگدالین (Amygdlin) می باشد که از اثر آب بر روی این ماده اسید سیانیدریک و آلدئید بنزوئیک (Aldehyde benzoic) و گلوکز حاصل می شود . اسانس بادام تلخ (آلدئید بنزوئیک) در عطر سازی بکار می رود و همچنین از آن رنگ سبزی بنام مالاشیت Malachite درست می کنند . اسانس بادام تلخ بدلیل اینکه دارای اسید سیانیدریک است کمی تلخ می باشد .مقدر اسید سیانیدریک در بادام تلخ ۰/۰۰۰۲۵ درصد است . در صد گرم مغز بادام شیرین خشک شده مواد زیر یافت می شود : آب۴/۷ گرم انرژی ۵۹۸ کالری پروتئین ۱۸/۶ گرم روغن های اشباع نشده ۵۴/۲ گرم نشاسته۱۹/۵ گرمکلسیم ۳۲۰ میلی گرم فسفر۵۰۰ میلی گرم آهن ۴/۷ میلی گرم پتاسیم ۷۷۰ میلی گرم ویتامین ب ۱۰/۲۵ میلی گرمویتامین ب ۲۰/۹ میلی گرم ویتامین ب ۳۳/۵ میلی گرم – خواص داروئی:بادام شیرین از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است . ۱) بادام ملین بوده و روغن بادام ضد

یبوست است مخصوصا از روغن بادام می توان رفع یبوست برای بچه ها استفاده کرد . ۲)بادام سینه را نرم می کند . ۳)شیر بادام برای رفع سرفه ، ناراحتی حنجره و تنگی نفغس مفید بوده و خلط آور است . ۴) بادام برای درمان زخم روده ها و مثانه و اسهال مفید است .۵)بادام بو داده مقوی معده بوده و قابض است .۶)بادام تقویت کننده نیروی جنسی است و تولید اسپرم را زیاد می کند . ۷)بادام را آسیاب کرده و با عسل مخلوط کنید برای درد کبد و سرفه مفید است . ۸)چغاله بادام لثه و ریشه دندان را تقویت می کند .۹) چغاله بادام برای خشکی دهان مفید است .۱۰)شکوفه بادام را دم کنید و بعنوان مسهل برای اطفال استفاده کنید . ۱۱)دم کرده پوست قهوه ای رنگ مغز بادام بهترین دارو برای تسکین درد و التهاب مجاری تنفسی است .(مقدر مصرف ۵ گرم در ۱۰۰ گرم آب) ۱۲)جوشانده برگ درخت بادام برای نارسائی کبد و کیسه صفرا مفید است . ۱۳)روغن بادام خواب آور است و بیخوابی را از بین می برد . ۱۴)برای صاف کردن سینه و نرم شدن روده ها و از بین بردن سرفه خشک باید روغن بادام را با شکر و کتیرا مخلوط کرده و بخورید .۱۵)روغن بادام را با آب گرم مخلو ط کنید داروی خوبی برای رفع اسهال و دل پیچه بچه ها خواهد بود . ضمنا این مخلوط سنگ مثانه را خارج کرده و ادرار کردن را آسان می کند . ۱۶)برای درمان نقرس و رفع خمیدگی پیران ، مهره های پشت را با روغن بادام چرب کنید .۱۷)برگ تازه درخت بادام مسهل و ضد کرم است . ۱۸)برگ خشک شده درخت بدام قابض بوده و اسهال را از بین می برد.۱۹)روغن بادام شیرین بدلیل خاصیت نرم کنندگی و ضد التهاب در کرم ها و پمادها بکار می رود. ۲۰)برای رفع بیماریهای سینه ، روغن بادام شیرین را با هموزن آن عسل و یک زرده تخم مرغ مخلوط کنید که بصورت خمیر یکنواختی دارایـد سپس به آن جوشانده گل ختمی اضافه کرده و یک قاشق چایخوری از انرا بفاصله هر سه ساعت بخورید .۲۱)برای رفع خارش پوست بچه هائیکه که سرخک و مخملک دارند روغن بادام را در تمام سطوح بدن آنها بمالید خارش را تسکین می دهد . ۲۲)مالیدن روغن بادام بر روی پوست التهاب را رفع کرده و سوختگی را درمان می کند. ۲۳) روغن بادام اگزما را رفع می کند .- خواص بادام تلخ چون بادام تلخ دارای اسید سیانیدریک است در مصرف آن باید نهایت دقت را بعمل آورد . مغز بادام تلخ ازنظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است .۱-بادام تلخ را آسیاب کرده و با سرکه مخلوط کنید ضماد خوبی برای سر درد می باشد همچنین مالیدن آن بر دور چشم برای تقویت بینایی مفید است .۲- خوردن بادام تلخ برای تنگی نفس ، سرفه و ورم ریه مفید است .۳-بادام تلخ رابا عسل بخورید کبد و طحال را تمیز می کند . ۴-برای رفع درد کلیه ها بادام تلخ را با نشاسته و نعناع بخورید . ۵- بادام تلخ را با عسل برای قولنج مفید است . ۶-برای از بین بردن سنگ کلیه و ناراحتی های کلیه ، بادام تلخ را با شیره انگور مخلوط کرده و بخورید . ۷-اگر عادت ماهیانه خانم ها عقب می افتد بهترین طرز درمان آن قرار دادن شیاف بادام تلخ در مهبل است .۸-برای ازبین بردن لکه های صورت ، بادام تلخ را پودر کنید و با سرکه مخلوط کرده و ضمادی از آن درست کنید و روی پوست بمالید . ۹-ضماد بادام تلخ برای درمان زخم های کهنه خارش و مخملک بکار میرود .۱۰- ضماد ریشه درخت بادام تلخ برای درمان انواع دردها مفید است . ۱۱-ضماد ریشه درخت بادام برای پاک کردن طحال ، کلیه و دفع کرم روده بکار می رود .۱۲-دم کرده ریشه درخت بادام تلخ برای پاک کردن طحال ، و دفع کرم روده بکار می رود . ۱۳-روغن بادام تلخ خاصیت مسهلی درد .۱۴-روغن بادام تلخ برای تنگی نفس ، درد کلیه و خارج کردن سنگ مثانه مفید است . ۱۵-برای رفع زنگ زدن و صدا در گوش یک قطره از روغن بادام تلخ را در گوش بریزید . ۱۶-مالیدن روغن بادام تلخ روی صورت ، لکه ها و چین و چروک را از بین می برد . ۱۷-رغن بادام تلخ ترک دست و پا را که از سرما ایجاد شده از بین می برد . ۱۸-آنهایی که مبتلا به اگزما هستند اگر از بادام تلخ خمیری درست کنند و از آن بجای صابون برای شستن نقاطی که مبتلا به اگزما است استفاده کنند بزودی بهبود می یابند . ۱۹-خمیر بادام تلخ برای رفع بوی بد پا و زیر بغل مفید است . ۲۰-روغن بادام تلخ برای درمان سیاه سرفه مفید است . - طرز استفاده: روغن بادام : برای بدست آوردن روغن بادام ، مغز بادام را پس از تمیز کردن و خشک کردن خرد می کنند و بصورت خمیر در می آورند و سپس آنرا تحت فشار قرار داده و روغن آن را استخراج می کنند . این روغن را فشار اول می نامند .تفاله بادام

را که از فشار اول باقیمانـده تحت اثر حرارت و مواد شـیمیایی قرار داده و روفن فشار دوم را بـدست می آورنـد . بدلیل اینکه روغن بـادام گران است معمولا تقلب کرده و آنرا با روغن های دیگر ماننـد روغن مغز هسـته زردآلو و هلو مخلوط کرده و بام روغن بادام می فروشـند . همانطور که گفته د اگر روغن بادام تلخ یا مغز زردآلو و یا هلو تحت اثر آب قرار گیرند اسـید سـیانیدریک و آلدئید بنزوئیک تولید می شود که سـمی است بنابراین برای گرفتن روغن از این هسـته ها نباید از آب استفاده کرد . اسانس بادام تلخ : این اسانس مایعی زلال و بیرنگ است که در اثر کهنه شـدن برنگ زرد کمرنگ در می آیـد . بوی آن قوی ، طعمش سوزاننده و تلخ و بسیار سمی است . اسانس بادام تلخ بسهولت با اکسیژن هوا ترکیب و اکسید می شود . بنابراین باید همیشه محتوی آن کاملا پر و در بسته بوده و در جای تاریک و سرد نگاهدری شود . شکوفه و گل بادام : گل و شکوفه درخت بادام دارای بوی مطبوعی و طعم تلخ می باشد . پوست میوه بادام : بصورت جوشانده مصرف می شود . طرز تهیه آن به این صورت است که ۵۰ گرم پوست بادام شیرین را در یک لیتر آب ریخته و مدت چند دقیقه آنرا می جوشانند سپس آنرا صاف کرده و مصرف می کنند . برگ درخت بادام: برای تهیه جوشانده برگ درخت بادام ۵۰ گرم برگ درخت را در یک لیتر آب می جوشانند و سپس صاف می کنند .مغز بادام : معمولا بصورت خشک شـده و خام و یا بوداده مصـرف می شود .شیر بادام : شـیر بادام را از مغز بادام بو نـداده و خام تهیه می کنند . برای تهیه آن ۵۰ گرم مغز بادام را کاملا آسیاب کرده که بصورت پودر در آید . سپس مقدر ۵۰ گرم شکر یا قند به آن اضافه کرده و با یک لیتر آب مخلوط می کننـد مایعی مانند شـی بدست می آید . نوع دیگر شـیر بادام برای کودکان شـیر خوار و اطفال بسـیار مفید است و می تواند جانشین شیر مدر و یا مکمل آن باشد بدین ترتیب بدست می آید که مقدر ۵۰ گرم بادام را بمدت چند دقیقه در آب گرم قرار می دهند تا پوست آن کنده شود سپس آنرا آسیاب کرده و بصورت پودر در می آیند و مقدر کمی آب را بان اضافه می کنند و بهم می زنند تا بشـکل خمیر در آید سپس خمیر حاصل را با یک لیتر آب مخلوط و بهم می زنند و سپس مقدر ۵۰ گرم عسل به آن اضافه می کنند تا کاملا حل شود . این مایع را از پارچه ململ می گذرانند تا مایعی مانند شـیر از آن باقی بماند.البته اگر اشـخاص بالغ بخواهنـد از شـیر بادام اسـتفاده کننـد احتیاجی به صاف کردن آن نخواهـد بود طریقه دیگری که آسان تر است بـدین صورت می باشد که مقدر ۵۰ گرم بادام پوست کنده یک لیتر آب و ۵۰ گرم عسل یا شـکر را در داخل مخلوط کن برقی بریزید و تا مایعی مانند شـیر بدست آید . - مضـرات :بادام از نظر اینکه دارای مواد مغذی بسیاری است بنابراین غذای بسیار خوبی است ولی چون سـنگین و ثقیل الهضم می باشـد نبایـد در خوردن آن افراط کرد و مقدر آن نباید در روز بیش از ده دانه باشد . بادام همچنین برای معده های ضعیف و سرد خوب نیست و اشخاصی که معده ضعیف دارند بهتر است بادام را با شکر بخورد .

صبرزرد

نـام علمی : Aloe vera - کلیـات گیـاه شناسـی صبر زرد یکی از گیاهـانی است که قبل از میلاد مورد مصـرف مردم بوده است . کلئوپاترا ملکه مصر پوست خود را هر روزه با آن ماساژ می داد که از شر آتاب مصر در امان باشد وحتی مصریان آنرا برای مومیائی مدرگان خود بکار می بردند . در کتاب مقدس ام این گیاه بکرات آمده است . صبر زرد فاقد ساقه بوده و لی برگهای آن دراز و تا ارتفاع ۳۰ سـانتیمتر می رسـد . گلهـای این گیـاه برنـگ زرد می باشـد که در انتهـای ساقه ای که از وسط برگها خارج می شود می رویـد . - ترکیبات شـیمیایی: صبر زرد موادی نظیر آلوئین فامودین ، آنترا کیون ایزوباربالوئین و مقـدری در حدود ۱۲ درصد صمغ می باشـد . - خواص داروئی:صـبر زرد از نظر طب قـدیم ایران گرم و خشـک است شـیرابه آن به مصـرف طبی می رسـد .۱)تقویت کننده بدن است۲)یبوست را برطرف می کنـد و روده ها را تمیز می کنـد ۳)برای معالجه آسم مفید است ۴)سوء هاضمه را برطرف می کند ۵)در معالجه صرع مفید است ۶)اثر ضد کرم درد ۷)خون را تصفیه می کند۸)برای برطرف کردن خارش ناشی از گزیدگی حشـرات شیرابه آنرا روی پوست بمالید۹)اگزما را درمان می کند۱۰)برای معالجه اسهال خونی مفید است ۱۱)برای رفع ریزش مو ،

شیرابه آنرا به سر مالیده و موها را با آن ماساژ دهید ۱۲)گرفتگی کبدی را برطرف می کند ۱۳)برای التیام زخم ها شیرابه آنرا روی زخم بمالید ۱۴)صبر زرد بهترین کرم مرطوب کننده است برگها را بشکنید و ژله آنرا به پوست بمالید ۱۵)مبتلایان به بیماری قند می توانند با مصرف این گیاه قند خون خود را کنترل کنند ۱۶)برای شستن چشم و زخم ها شیرابه صبر زرد را با آب مخلوط کرده و استفاده کنید – مضرات :صبر زرد اگر باندازه مصرف شود خطری ندارد ولی مقدر زیاد آن باعث اسهال خونی می شود ضمنا زنان شیدره نباید از آن استفاده کنند زیرا صبر زرد از طریق شیر ودر بدن طفل می شود و ایجاد اسهال می کند . این گیاه نیز برای زنان حامله خوب نیست زیرا ممکن است باعث سقط جنین شود.

سیب

نام علمی : Nigella Sativa- کلیات گیاه شناسی درخت سیب در بیشتر نقاط دنیا پرورش داده می شود و سیب میوه ایست که می توان گفت در هر جای دنیا وجود دارد و همه مردم دینا انرا می شناسند. در کشور عزیز ما ایران این درخت بصورت وحشی در جنگل های شمال وجود دارد در لاهیجان و رودسر آنرا آسیب ، هسی و هسیب و در مازندران به آن سه می گویند . سیب انواع مختلف درد . انواع وحشی آن کوچک و پرورش یافته آن درشت و برد می باشد . سیب نوع ترش و شیرین درد . – ترکیبات شیمیایی:سیب دارای ویتامین و مواد مغذی زیادی است و بیمناسبت نیست که یک ضرب المثل انگلیسی می گوید که خوردن یک سیب در روز شما را از رفتن نزد دکتر بی نیاز می کند.موادی که در یک سیب متوسط وجود دارد بشرح زیر است : انرژی ۲۵۸ کالری پروتئین ۱/۲ گرم چربی۱/۶ گرم مواد نشاسته ای ۵۹/۶ گرم کلسیم ۲۴ میلی گرم فسفر۱۰ میلی گرم آهن ۱/۲ میلی گرم ویتامین آ ۳۶۰واحدویتامین ب ۱ ۰/۱۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۸ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۱ میلی گرم ویتامین ث ۱۸ میلی گرمناگفته نماند که ویتامین های وجود در سیب بیشتر در پوست سیب وزیر پوست آن قرار درد بنابراین آنهایی که می توانند پوست سیب را هضم کنند بهتر است که آنرا با پوست میل کنید و اگر می خواهید پوست آنرا بکنید بهتر است که سیب را خیلی نازک پوست کنید – خواص داروئی:۱)سیب یک میوه قلیایی است و تمیز کننده بدن است و بعلت درا بودن پکتین زیاد آب اضافی بدن را خارج می سازد ۲)سیب را می توان برای برطرف کردن اسهال حتی برای کودکان بکار برد . بدین منظور سیب را باید رنده کرد و استفاده نمود .سیب را می توان پخت و برای آنهایی که روده تنبل دارند آن را روی آتش ملایمی بپزید البته حتما ازظرف لعابی یا تفلان استفاده کنید زیرا به این طریق پکتین و ویتامین های آن حفظ می شود.۳)شربت سیب بهترین دارو برای درمان سرفه و گرفتگی صدا می باشد .برای تهیه شربت سیب یک کیلو سیب راشسته و با پوست قطعه قطعه کنید و در یک لیتر آب بپزید سپس آنرا با پارچه نازکی صاف کنید و چند تکه قند به آن اضافه کنید و دوباره روی آتش ملایم قرار دهید تا قوام بیاید و آن را از روی آتش بردارید روزی سه تا چهار فنجان از این شربت بنوشید. ۴)سیب دارای مقدر زیادی کلسیم است و کلسیم سیب به بدن کمک می کند که کلسیم غذاهای دیگر را نیز جذب کند. ۵)خوردن سیب یبوست را برطرف می کند و برای خستگی مفرط مفید است .۶)دم کرده برگ درخت سیب ادرار آور است و درمان کننده التهاب کلیه و مثانه میباشد. ۷)نوشیدن آب سیب داروی موثری برای درمان سرمخوردگی و گرفتگی صدا و سرفه است.۸)سیب مقوی کبد و اشتها آور است.۹)سیب برای درمان تنگی نفس بسیار مفید است حتی بوئیدن سیب نیز این خاصیت را درد . ۱۰)سیب پخته تقویت کننده معده و کبد و دفع کننده سودا و سموم بدن است . ۱۱)سیب حرارت را از بدن خارج می سازد . ۱۲)سیب را رنده کنید و در دستمال بپیچید و روی چشم بگذارید درد چشم را برطرف می کند.۱۳)خوردن سیب حتی برای آنهایی که بیماری قند دارند مفید است چون قند خون را بالا نمیبرد. ۱۴)کسانیکه می خواهند لاغر شوند حتما باید سیب را با پوست بخورند . ۱۵)دم کرده گل سیب داروی سرفه و تورم مجرای تنفسی است . ۱۶)سیب داروی خوبی برای درمان زخم ها می باشد .۱۷)سیب بهترین دارو برای سوء هاضمه است زیرا دارای مقدر زیادی پکتین می باشد.

۱۸)آب سیب را حتی می توان برای تنقیه استفاده کرد . این تنقیه برای بیماریهای روده بسیار موثر است. ۱۹)پوست سیب را مانند چائی دم کنید و بیاشامید این اچئی بهترین دوست کلیه است . ۲۰)آب سیب را با ابمیوه گیری در منزل تهیه کنید و فورا آنرا بنوشید زیرا در اثر ماندن آنزیم ای خود را از دست می دهد . ۲۱)آب سیب برای زیبایی پوست استفاده زیادی درد بخصوص برای از بین بردن چین و چروک پوست موثر است بدین منظور آب سیب را صبح و شب روی پوست گردن و صورت بمالید و ماساژ دهید البته همیشه آب سیب تازه استفاده کنید. استفاده دیگر از سیب برای لطافت پوست سیب پخته است سیب راپیزید و سپس له کنید و با شیر مخلوط کنید و این مخلوط را بصورت نیم گرم روی پوست بگذارید و پس از چند دقیقه آنرا بردارید . – خواص سیب ترش ۱– سیب ترش قابض است و حالت استفراغ و دل بهم خوردگی را از بین می برد. ۲–سیب ترش را بپزید درمان اسهال خونی است. ۳– آب سیب ترش مخلوط با انار برای تقویت معده و درمان اسهال و دل بهم خوردگی بکار می رود. ۴–رب سیب ترش علاج اسهال ، استفراغ و درد و غم است. ۵–مربای شکوفه سیب برای ضعف معده و ازدیاد نیروی جنسی مفید است. ۶–سیب ترش برای آنهائیکه مزاج گرم دارند بسیار مفید است بالعکس آنهائیکه مزاج سرد دارند باید سیب شیرین بخورند . سیب در قدیم معالج نقرس و بیماریهای عصبی بوده است. – مضرات :همانطور که قبلا گفته شد سعی کنید همیشه سیب را با پوست بخورید زیرا مقدر زیادی پکتین در پوست سیب وجود دارد سیب هایی که در بازارهای داخل ایران یا آمریکا و کانادا بفروش می رسد روی آن دارای یک لایه چربی برای حفاظت آن می باشد بنابراین حتما این سیب ها را بدقت بشوئید آنهائیکه دریا معده ضعیف هستند باید سیب را بسیار نازک پوست بگیرند که پکتین ها و ویتامین های آن از بین نرود .

زردآلو

نام علمی : Armeniaca bulgar- کلیات گیاه شناسی درخت زردول بومی نواحی چین می باشد و هنوز هم بصورت وحشی در این مناطق می روید این درخت در اوائل قرن اول میلادی به آسیا و اروپا راه یافت . درخت زردآلو تا ارتفاع ۶ متر می رسد برگهای آن مانند قلب نوک تیز و برنگ سبز روشن مایل به زرد می باشد . گلهای زردآلو درشت و برنگ سفید متمایل به قرمز است .میوه آن گوشتی و زرد رنگ با طعمی مطبوع و شیرین بوده که در اواسط تابستان میرسد. هسته زردآلو صاف ، قهو های و بیضی شکل است در داخل هسته مغز آن قرار درد که طعم آن شیرین و گاهی تلخ می باشد .– ترکیبات شیمیایی:در صد گرم زردآلوی بدون هسته مواد زیرموجود است انرژی ۵۴ کالریآب۸۴–۸۱ گرم مواد قندی ۱۲–۱۰ گرم پروتئین ۱ گرمکلسیم ۱۸ میلی گرم فسفر ۲۳ میلی گرمسدیم ۱ میلی گرم پتاسیم ۲۸۰ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرم ویتامین آ ۲۷۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۴ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۶ میلی گرم ویتامین ث ۱۰ میلی گرماسید سالسیلیک ۱/۵ گرم مواد نشاسته ای ۶/۳۵ گرمآلبومین ۰/۴۵ گرم چربی ۰/۱۲ گرم مغز زردآلو دارای ۴۰٪ روغن ،مقدری پروتئین ، قند اسانس و ویتامین های A و C و B۱۷ کبالت می باشد . ویتامین B۱۷ که Laetrile و Pangamic acid پانگامیک اسید نامیده می شودطبق تحقیقات دانشمندان ضد بیماری سرطان و معالج سرطان است واین ویتامین بصورت قرص در اروپا وجود داشته و مصرف می شود ولی متاسفانه فروش آن در کانادا قدغن است زیرا دری مقدر بسیار کمی سیانید می باشد .– خواص داروئی:خواص درمانی زردآلو زردآلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است .۱)تصفیه کننده خون است . ۲)عروق را باز می کند . ۳)ملین است .۴)بوی بد دهان را رفع می کند.۵)تب بر است . ۶)بعلت داشتن کبالت برای کم خونی مفید است . ۷) روم مفاصل را برطرف می کند. ۸) ضد نرمی استخوان است . ۹)برای قلیایی کردن بدن مفید است .– خواص درمانی هسته و برگ زردآلو مغز هسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و برگ و گل آن سرد و خشک است .۱– مغز آن تقویت کننده قوای جنسی است .۲–روغن مغز هسته را اگر در گوش بچکانید صداهای گوش را از بین برده و سنگینی گوش را درمان می کند . ۳–روغن مغز هسته برای نرم کردن پوست مفید است

.۴-روغن مغز هسته اگر تلخ باشد کشنده کرم معده و روده است . ۵-روغن تلخ هسته ورم معقد را از بین برده و سنگ مثانه را خرد می کند. ۶-دم کرده برگ زردآلو برای قطع اسهال مفید است . ۷-برای تسکین گوش درد چند قطره از دم کرده برگ زردآلو را در گوش بچکانید . – مضرات :زردآلو بطور کلی دیر هضم ، ثقیل و نفاخ است . شاخاص سالخورده و کودکان باید از زیاد خوردن آن احتراز کنند . همیشه باید زردآلو را قبل از غذا خورد و همراه با آن هسته آنرا نیز تناول نمود زیرا هسته زردآلو ضد نفخ بوده و هضم آنرا آن آسان می سازد .

آرتیشو (کنگر فرنگی)

نام علمی : Cynara scolymus – کلیات گیاه شناسی آرتیشو گیاه بومی مناطق مرکزی مدیترانه است ولی در حال حاضر در بیشتر نقاط معتدل دنیا کشت یم شود . رومی ها در حدود ۲۰۰۰ سال پیش این گیاه را پرورش می دادند و به عنوان سبزی در سالاد استفاده می کردند .آرتیشو در قرن شانزدهم در انگلستان و فرانسه برده شد و سپس در قرن نوزدهم در آمریکا کشت شد . اکنون کالیفرنیا و سواحل اقیانوس آرام مرکز کشت آرتیشو می باشد . کلمه Artichoke از کلمه ایتالیایی Articicco مشتق شده که بمعنی میوه کاج می باشد و آرتیشو هم مانند میوه کاج است . آرتیشو برای رشد احتیاج به آب و باران فراوان درد . آرتیشو گیاهای است چند ساله درای ساقه ای راست که ارتفاع آن بحدود یک متر می رسد . برگهای آن پهن و دراز مانند برگهای کاهو است که برنگ سبز تیره است . در انتهای ساقه میوه آن که بشکل میوه کاج یا سیب فلس در است مشاهده می شود .گلبرگهای آن ضخیم و گوشتی بوده و انتهای گلبرگها ضخیم تراست که مصرف خوراکی درد . برای خرید آرتیشو دقت کنید که برگها با نشده و سفت و سبز باشد . هنگامیکه برگهای آرتیشو قهوه ای است نشان دهنده کهنه بودن آن می باشد . فصل آرتیشو معمولا ماههای فروردین و ادریبهشت (آپریل و می)است . – ترکیبات شیمیایی:برگهای خوردنی آرتیشو درای اینولین ، اینولاز و ماده ای تلخ بنام سینارین Cynarine می باشد . سینارین خاصی زیاد کننده ترشحات صفرارا درد و علت صفرا بری آرتیشو داشتن این ماده است . در صد گرم آرتیشو پخته مواد زیر موجود است : انرژی ۱۴ کالری پروتئین ۱/۵ گرم آب ۸۶ گرمماود چرب ۰/۱ گرم مواد نشاسته ای ۵ گرم کلسیم۲۲ میلی گرم فسفر ۴۰ میلی گرم آهن۰/۶ میلی گرمسدیم ۳۰ میلی گرمپتاسیم۲۵ میلی گرم ویتامین آ ۴۰ واحد بین المللیویتامین ب ۱ ۰/۰۴ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۲ میلی گرمویتامین ب ۳ ۰/۶ میلی گرم ویتامین ث ۵/۲ میلی گرم – خواص داروئی: آرتیشو از نظر طب قدیم ایران گرم و کمی خشک است . قسمت مورد استفاده آرتیشو برگها و قسمت سوط آن است که بنام قلب آرتیشو معروق می باشد . آرتیشو : ۱) کبد را تمیز و اعمال کبد را تنظیم می کند . ۲)ترشح صفرا را افزایش می دهد . ۳) از جمع شده چربی در کبد جلوگیری می کند و آنهایی که کبد چرب دارند بهتر است از آرتیشو استفاده کنند۴) یرقان مزمن را درمان می کند . ۵) تقویت کننده بدن است . ۶) موجب دفع ادرار می شود . ۷) تب بر است . ۸) در درمان رماتیسم موثر است . ۹) یبوست های ناشی از عدم صفرا را درمان می کند.۱۰) در درمان ورم روده موثر است . ۱۱) باعث دفع سنگهای کیسه صفرا می شود .۱۲) نیروی جنسی را افزایش می دهد . ۱۳) کلیه و مثانه را گرم می کند . ۱۴) گاز و نفخ معده و روده را از بین می برد . ۱۵) باعث هضم غذا می شود .۱۶) بیماریهای کبدی را درمان می کند . ۱۷) کلسترول خون را پائین می آورد . ۱۸) داروی لاغری است و کسانیکه می خواهند وزن کم کنند و لاغر شوند می توانند هر روز آرتیشو بخورند . ۱۹) سرگیجه را برطرف می کند . ۲۰) آنهائیکه گوششان زنگ می زند اگر آرتیشو را بخورند آنرا برطرف می کند . ۲۱) مبتلایان به بیماری قند می توانند با خوردن آرتیشو قند خود را تنظیم کنند . ۲۲) در درمان میگرن موثر است . ۲۳) در برطرف کردن بیماری آسم اثر مفید درد . ۲۴) نقرس را برطرف می کند . ۲۵) آرتیشو رگها را تمیز کرده و تصلب شرائین را درمان می کند .۲۶) در برطرف کردن اگزمت موثر است . ۲۷) در درمان اکثر بیماریهای پوستی اثر مفید درد . ۲۸) سموم بدن را دفع می کند . ۲۹) زخم های ریه و روده را درمان می کند .

۳۰) برای جلوگیری از ریزش مو ار برگهای آرتیشو ضماد تهیه کرده و به سر بمالید . ۳۱) برای برطرف کردن بوی بد زیر بغل عصاره برگ آرتیشو را به زیر بغل بمالید .۳۲) عصاره آرتیشو را اگر به بدن بمالید خارش را برطرف می کند . ۳۳) برای رفع آب آوردن بدن از جوشانده آرتیشو بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید .– مضرات :آرتیشو چون گرم است ممکن است در بعضی از اشخاص تولید سودا کند لذا بهتر است با سرکه خورده شود ضمنا طعم آرتیشو را دوست ندارند . اینگونه اشخاص اگر بخواهند از مزایای آرتیشو استفاده کننده تنطور قرص یا کپسول آرتیشو مصرف نمایند .

مارچوبه

نام علمی : Asparagus officinalis – کلیات گیاه شناسی مارچوبه گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن تا چند متر می رسد و دارای شاخه های نسبتا چوبی و صاف می باشد . مارچوبه بصورت وحشی در اکثر نقاط دنیا می روید برگهای آن فلسی شکل بوده که از کنار آنها شاخه هایی باریک و دراز و سبز رنگ بصورت دسته های ۳ تا ۸ تائی خارج می شود . بعلت زیبا بودن این گیاه را بصورت تزئینی در باغچه ها می کارند مار چوبه را در اوائل پائیز می چینند . این گیاه از قدیم الایام مورد استفاده بشر بوده است و حتی در اهرام ثلاثه مصر نقاشی هایی وجود دارد که مارچوبه را نشان می دهد .مارچوبه را می توان بصورت مختلف مصرف کرد . باید مارچوبه را با کمی آب و حرارات کم در ظرف های ضد زنگ پخت و تقریبا نیمه خام آنرا برداشت . آب مارچوبه را دور نریزید و از آن برای سوپ استفاده کنید زیرا دارای ویتامین و املاح می باشد . وقتیکه مارچوبه می خرید دقت کنید تازه باشد . شاخه های مارچوبه تازه راست و نرم بوده و نوک آن نباید باز شده باشد و اگر فلسهای نوک آن باز باشد نشانه این است که گیاه مدت زیادی مانده و کهنه شده است . – ترکیبات شیمیایی:مارچوبه دارای آسپاراژین ف کونی فرین ، اینوزیت ، تانن ، اسدی گالیک ، آسپاراگوز ، و اسید سوکسی نیک می باشد دانه آن دارای ۱۵ درصد مواد روغنی می باشد این روغن زرد مایل به قرمز است . درصد مواد موجود در مارچوبه بصورت زیر است آب ۹۰ گرمپروتئین ۲/۵ گرم چربی ۰/۲ گرم مواد نشاسته ای۴/۲ گرم کلسیم۲۲ میلی گرم فسفر ۶۰ میلی گرم آهن ۱/۱ میلی گرم سدیم ۲ میلی گرم پتاسیم۲۷۵ میلی گرم ویتامین آ ۹۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱/۵ میلی گرم ویتامین ث۳۵ میلی گرم – خواص داروئی:از نظرطب قدیم ایران مارچوبه گرم و خشک است بنابراین آنهایی که سرد مزاج هستند باید آنرا با عسل بخورند و آنهایی که گرم مزاج هستند باید آنرا با سرکه بخورند . مارچوبه گیاهی است ادرار آور و دارای خواص زیادی است . ۱)خوردن آن دید چشم را تقویت می کند . ۲)برای تقویت نیروی جنسی مفید است .۳)ضعف مثانه را برطرف می کند . ۴)برای تقویت قلب مفید است .۵)ملین است و یبوست را برطرف می کند. ۶)تب بر است.۷) به علت داشتن کلروفیل خونساز است و کسانیکه کم خون هستند باید از آن استفاده کنند . ۸)مارچوبه به ساختن گلبولهای قرمز خون کمک می کند . – طرز استفاده: برای نگاهدری مارچوبه آنرا در پارچه های مرطوب ببندید و در یخچال قرار دهید زیرا گرما و خشکی آنرا از بین میبرد . مارچوبه را نیز می توان در سالاد ریخت و یا از آن سوپ تهیه کرد . مورد دیگر استفاده از مارچوبه غیر از پختن آن بصورت دم کرده آن است .دم کرده مارچوبه را به این صورت تهیه کنید : چند شاخه مارچوبه را در داخل یک لیتر آبجوش بریزید و مقدری هم رازیانه و جعفری به آن اضافه کنید و بگذارید مدت پنج دقیقه دم بکشد . از این دم کرده بمقدر دو تا سه فنجان در روز برای تسکین و آرامش قلب استفاده کنید . – مضرات :مارچوبه را نباید آنهایی که مبتلا به ورم مجاری ادرار هستند و یا اشخاص عصبی مصرف کنند . مارچوبه همچنین برای مبتلایان به رماتیسم و سنگ کلیه خوب نیست .

آووکادو

نـام علمی : Persea americana- کلیات گیاه شناسی آووکـادو درختـی است که ارتفـاع آن به حـدود ۶ متر می رسـد و درقسمت های گرم آمریکا و برزیل و غرب هندوستان پرورش می یابد . منشاء آووکادو آمریکای جنوبی بوده که از آنجا به نواحی دیگر دنیا راه یافته است . برگهای این درخت ضخیم و سبز و گلهای آن کوچک و سبز رنگ است . میوه آن ماننـد گلابی و درای پوستی سخت برنگ سبز تیره و یا سیاه است . در حدود ۴۰۰ نوع مختلف آووکادو وجود دارد که بعضی از آنها درای پوست صاف و سبز رنگ بوده ولی پوست برخی از آنها سیاه و خشن است . مدرکی در دست است که نشان می دهد مایاها و اینکاها از این میوه استفاده می کرده اند .- ترکیبات شیمیایی:آووکادو چرب است و داری اسیدهای آمینه مختلف مانند سیستین Cystine تریپتوفان Tryptophane و تیروسـین Tyrosine می باشـد . در تحقیقـات جدیـدی که انجـام شـده وجود چنـد نوع آنـتی بیوتیـک در آووکادو ثابت شـده است . دانه گیاه درای مقدر کمی (در حدود ۲ درصد) روغن است . این روغن غلیظ و سفت و به رنگ زرد مایـل به سبز بوده که درای بو و طعمی مطبوع است . روغن دانه آووکـادو درای حـدود ۷ درصد روغن های اشباع شده مانند اسید پالمتیک Palmitic و اسید استاریـک Steraric Acid اسید آراشیدیک Arachidic Acid ، اسیـد میریستیک Myristic Acid و در حدود ۸۰ درصد روغن های اشباع نشده مانند اسید اولئیک Oleic Acid و اسید لینولئیک Linoleic Acid می باشد .در یکصد گرم آووکادو مواد زیر موجود است : آب ۸۰ گرم انرژی۱۵۰ کالری پروتئین ۱/۸ گرم چربی ۱۴ گرم مواد نشاسته ای ۵ گرم کلسیم ۸ میلی گرم فسفر ۳۵ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرمپتاسیم۶۰۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۵۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۰۸ میلی گرم ویتـامین ب ۲ ۰/۱۵ میلی گرم ویتـامین ب۳ ۱/۴ میلی گرمویتـامین ث ۱۲ میلی گرم – خـواص داروئی:۱) جوشانده برگهای آووکادو قاعده آور است . ۲) آووکادو تقویت کننده معده است . ۳) نفخ و گاز معده را از بین می برد . ۴) برای درمان یرقان مفید است . ۵) جوشانـده برگهای آووکادو اسـهال خونی را برطرف می کند . ۶) آووکادو تقویت کننـده بدن است . ۷) آووکادو رشد بچه ها را جلو می اندازد زیرا درای مواد معدنی بسـیاری است . ۸) آووکادو خون ساز است و آنهایی که مبتلا به کم خونی هسـتند باید از آو وکادو استفاده کنند. ۹) آووکادو بـدن را قلیایی کرده و تمیز می کند . ۱۰) چون آووکادو شـکر و مواد نشاسته ای کمی درد برای آنهـایی که بیمـاری قنـد دارنـد نیز منـاسب است . ۱۱) برای دوره نقـاهت به مریض آووکـادو بدهیـد . ضـعف عمـومی را برطرف می کند . ۱۲) خستگی را برطرف می کند . ۱۳) ناراحتی روده و معـده را معالجه می کند . ۱۴) بیخوابی را درمان می کند زیرا درای تریپتوفان است . اگر به کم خونی دچار هستیـد حتما با شام خود آووکادو بخوریـد . ۱۵) برای درست کردن سس سالاد از آووکادو استفاده کنید . – طرز استفاده: روغن آووکادو داری ویتامین های مختلف مانند A ،B، D ،E، H ،K ،C، P می باشد . بنابراین ارزش غـذایی زیادی درد . ۱- روغن آووکادو ضـد رماتیسم است و اگر مفاصل شـما درد می کند آنرا با روغن آووکادو ماساژ دهید .۲- برای جلوگیری از ریزش مو ، هرشب مقدری از روغن آووکادو را به سـر بمالید و صبح بشوئید . ۳- شوره سر را از بیـن می برد .۴-برای براق شـده موها ، بعـد از شسـتشوی سـر چند قطره آووکادو را به موها بمالید . ۵-روغن آووکادو بهترین کرم برای پـوست است زیرا به آسـانی در پوست نفوذ یم کنـد و به پوست شـادابی می دهـد . و بالاـخره آووکـادو بهـترین ماسـک برای برطف کرده چین و چروک هـای صورت و جلوگیری از پیـدایش آن است . برای این منظور آووکادو را پوست کنـده و له کنیـد و بصورت ماسک بر روی صورت و گردن بگذارید و بعد از نیم ساعت بشوئید . – مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

موز

نام علمی : Musa sapientum – کلیات گیاه شناسی موز گیاهی است علفی که مانند درختچه است . برگهای آن بسیار بزرگ و پهن و گاهی تا ۲ متر می رسد . گلهیا آن مجتمع و بصورت سـنبله است میوه آن ابتدا سبز و بعد از رسیدن برنگ زرد در می آید .موز از چهـار هزار سـال قبل در هندوسـتان کشت می شـده است . در سال ۱۴۸۲ پرتغالیها موز را در سواحل گینه پیـدا کردنـد و به

جزائر قناری بردند و سپس بوسیله میسیونر مذهبی اسپانیولی به نواحی حاره آمریکا برده شد و اکنون موز در تمام مناطق گرمسیر دنیا کشت می شود . موز را هنگامیکه هنوز سبز است از درخت می چینند و به مناطق مختلف می فرستند و در آنجا بوسیله گرما دادن آنرا می رسانند . موز انواع مختلف درد یک نوع آن بسیار درشت و نوعی از آن هم خیلی ریز است که مزه شیرینی درد . در کشورهای استوایی معمولا موز را می پزند و همراه با برنج و لوبیا می خورند در کشورهای آمریکای لاتین موز را ورقه ورقه کرده و در آفتاب خشک می کنند. هنگامیکه موز انتخاب می کنید باید پوست آن زرد و سفت و روی آن لکه های سیاه وجود داشته باشد و این نشانه موز رسیده است . موز نارس بدلیل داشتن نشاسته زیاد هضمش سنگین است .- ترکیبات شیمیایی:قندی که در موز وجود دارد بسرعت قابل جذب است . در صد گرم موز مواد زیر موجود است . انرژی۱۰۰ کالری آب ۷۰ گرم پروتئین ۰/۸ گرم چربی ۰/۲ گرم قند ۶/۵ گرم کلسیم ۸ میلی گرم فسفر ۲۵ میلی گرم آهن۰/۷ میلی گرمسدیم ۱ میلی گرم پتاسیم۳۷۰ میلی گرم ویتامین آ ۱۹۰ واحد ویتامین ب۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۶ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۰۷ میلی گرم ویتامین ث ۱۰ میلی گرم در موز چند ماده شیمیایی بسیار مهم مانند سروتونین ، نوروپی تفرین ، دوپامین و کاته چولامین وجود دارد . - خواص داروئی:موز از نظر طب قدیم ایران معتدل و تر است و خون را غلیظ می کند . موز انرژی زیادی درد و چون نرم هست غذای خوبی برای کودکان و اشخاص مسن می باشد. ۱)بدلیل داشتن پتاسیم زیاد ضد سرطان بوده و غذای خوبی برای ماهیچه ها می باشد . ۲)موز ملین بوده و همچنین درمان اسهال و اسهال خونی است.۳)موز خونساز است بنابراین اشخاص لاغر و کم خون حتما باید موز بخورند . ۴)موز تقویت کننده معده و نیروی جنسی است . ۵)موز درمان زخم معده و روده می باشد . ۶)گرد موز همچنین داروی خوبی برای پائین آوردن کلسترول است .۷)شیره گلهای موز درمان کننده اسهال خونی است .۸)جوشانده موز اثر قطع خونریزی درد .۹)ضماد برگ درخت موز برای درمان و سوختگی مفید است .۱۰)ریشه موز دفع کننده کرم معده است . ۱۱)موز نفاخ است و زیادخوردن آن خصوصا در سرد مزاجان تولید گاز معده می کند برای رفع این عارضه باید پس از موز کمی نمک خورد۱۲)موز تاثیر خوبی در تامین رشد و تعادل سیستم اعصاب درد. ۱۳)برای درمان ضعف بدن موز را با عسل بخورید . ۱۴)موز مدر است . ۱۵)موز بعلت درا بودن قند زیاد برای مبتلایان به مرض قند مضر است و نباید در خوردن آن افراط کنند. - مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

زرشک

نام علمی : Berberis - کلیات گیاه شناسی زرشک درختچه ای است دارای ساقه ای خاردار که ارتفاع آن تا ۴ متر نیز میرسد . چوب این درخت قهو ه ای ، قرمز و یا زردرنگ می باشد . برگهای آن بیضی شکل با دندانه های اره ای و گلهای آنخوشه ای و زردرنگ است . شاخه های زرشک تیغ زیادی درد . میوه زرشک قرمز رنگ ، گوشتی بیضوی شکل و دارای طعمی ترش است .قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه ، پوست رشه و ساقه ، برگ گل و میوه آن است . - ترکیبات شیمیایی:در تمام قسمت های این گیاه آلکالوئیدهای بربرین Berberine ، اکسیاکانتین Oxyaconthine ، بربامین Berbamine وجود دارد . مقدر آلکالوئید در پوست ریشه زرشک بیشتر از قسمت های دیگر این گیاه است . میوه زرشک دارای حدود ۴٪ مواد قندی، ۶۵ اسید مالیکو اسید تارتاریک و مقادیر صمغ می باشد. زرشک گونه های مختلف درد که مهم تر از همه آنها دو نوع است که یکی بنام زرشک بی هسته و دیگری زرشک با هسته (دارای دو هسته) می باشد . - خواص داروئی:خواص طبی زرشک : زرشک از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است میوه زرشک خواص زیر را دارد: ۱)قابض است ۲)تقویت کننده قلب و کبد است۳)بواسیر خونی را درمان می کند ۴)خونریزی را برطرف می کند ۵)برای برطرف کردن بیماریهای کبدی مفید است۶)صفرا بر است ۷)دم کرده زرشک را برای برطرف کردن ناراحتی های دهان غرغره کنید . - خواص ریشه و پوست ساقه ۱) صفرا بر و مسهل است ۲)

کبد را پاک و تقویت می کند ۳) اعمال دستگاه گوارش را منظم می کند ۴) وء هاضمه را از بین می برد ۵) بی اشتهایی را برطرف می کند۶) برای رفع یبوست مفید است۷) در درمان یرقان و زردی موثر است ۸) نقرس و رماتیسم را برطرف می کند ۹) خانمهائی که بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارنـد بایـد برای برطرف کردن آن از ریشه و ساقه زرشک اسـتفاده کنند . ۱۰) آنهائیکه مبتلا به ورم طحال هسـتند می تواننـد برای معالجه از این گیاه کمک بگیرند . ۱۱) واریس را درمان می کنـد . ۱۲) برای معالجه بواسیر نافع است . ۱۳) برای برطرف کردن سـوزش ادرار مفیـد اسـت . ۱۴) فشـار خون را پـائین می آورد . ۱۵) برای شـست وشوی چشم می توانیـد از جوشانـده ریشه و ساقه و زرشک اسـتفاده کنیـد .- خواص برگ زرشـک۱- آب آوردگی بـدن را برطرف می کنـد .۲- اسهال های مزمن را درمان می کند . ۳- برگ زرشک دری مقدار زیادی ویتامین C می باشد بنابراین در درمان بیماری اسکوربوت اثر مفید دارد . ۴- جویـدن برگ زرشک باعث محکک شدن لثه و دندان می شود . ۵- در موقع آنژین و گلو درد ، دم کرده برگ زرشک را غرغره کنید .- طرز استفاده: جوشانده زرشک : مقدار ۲۰-۱۰ گرم پوست ریشه یا ساقه و یا میوه زرشک را در یک لیتر آب ریخته و آنرا بجوش بیاورید سپس آنرا از روی اجاق برداشته بگذارید برای مدت ۱۰ دقیقه بماند . این جوشانده را صاف کرده و با شکر یا عسل شیرین کنید . مقدار مصرف روزانه آن سه فنجان در فاصله بین غذاهاست .تنطور زرشک : این تنطور را می توانید از فروشـگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریداری کنید . مقدار مصرف آن ۲۰-۱۰ قطره سه بار در روز می باشد . دم کرده زرشک : مقدار ۴۰ گرم زرشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذاریـد مدت ۱۰ دقیقه بماند سپس آنرا با شکر یا عسل مخلوط کنیـد . مقـدر مصـرف آن سه فنجان در روز و در فاصـله بین غذاهاست . - مضـرات :مصـرف مقدر زیاد زرشک و یا ساقه و برگ آن برای زنان حامله مناسب نیست زیرا رحم را تحریک می کند و ممکن است باعث سقط جنین شود.

جو

نام علمی : Hordeum vulgare کلیات گیاه شناسـی جو گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع آن بسـته بانواع مختلف آن تا یک متر می رسد . برگهای آن متناوب و باریک و دراز و به رنگسبز تیره می باشد . جو از نظر کاشت به دو دسته تقسیم می شود : جو بهاره و جو پائیزه . جو بهاره در بهار کشت می شود و احتیاج به سـرمای زمسـتان ندارد و قبل از زمستان دانه می دهد در حالیکه جو پائیزه در پائیز کشت می شود و محتاج سـرمای زمسـتان است . - ترکیبات شیمیایی:در صد گرم جو مواد زیر موجود است : آب ۱۱ گرم پروتئین ۸ گرم مواد نشاسته ای۷۸ گرمکلسیم۱۶ میلی گرم فسفر ۱۸۹ میلی گرمآهن۲ میلی گرم سدیم ۳ میلی گرم پتاسیم ۱۶۰ میلی گرمویتـامین ب ۱ ۰/۱۲ میلی گرم ویتـامین ب ۲ ۰/۰۵ میلی گرم ویتـامین ب ۳ ۳ میلی گرم ضـمنا جو دارای مقدر بسیار کمی آرسـنیک می باشـد . - خـواص داروئی:جـو معمولاـ به سه صـورت در بـازار عرضه می شود . ۱) جـو پوست نکنـده که هنوز سبوس آن جدا نشده . ۲) جو پوست کنده که پوست آن گرفته شده است . ۳) جو سفید که پوست وس بوس آن رگفته شده است و بنام جو مرواریـدی معروف است . جو از نظر طب قدیم ایران سـرد و خشک است مواد مقوی آن کمتر از گندم بوده ولی قابض و خشک کننده است . ۱) غذایی بسیار مقوی برای افراد ضعیف است .۲) خاصیت نرم کننده درد . ۳) در قدیم از جو برای سقط جنین استفاده می کردند . ۴) برای نقرس مفید است . ۵) جوشانده جو داروی خوبی برای مبتلایان به تب و کم خونی و سوء هاضمه است . ۶) ماء الشـعیر برای درمان سل زخم های ریوی و سـردرد گرم مفید است . ۷) ماء الشـعیر خون ساز است و زود هضم می شود. ۸) ماء الشـعیر را با خشخاش کوبیده برای سردرد مفید است . ۹) برای درمان نقرس پماد در جو را با آب بر روی قسـمت های دردناک بگذارید . ۱۰) در جو را با شـکر مخلوط کرده غذای خوبی برای اطفال است . ۱۱) بیسکوییت جو بهترین دارو برای درمان یبوست است و حتی نفخ و شکم درد را از بین میبرد. ۱۲) سرد مزاجان باید جو را با شکر بخورند. ۱۳) کشک الشعیر برای مزاج های گرم و اسهال های صفراوی مفید است . ۱۴) برای برطرف کردن گلو درد و ورم گلو کشک الشـعیر را قرقره کنید .۱۵) برای پائین آوردن

کلسترول از جو استفاده کنید . ۱۶) جو چون دارای پروتئاز می باشد بنابراین از سرطان جلوگیری می کند . – طرز استفاده: سمنو یا مالت جو : جو را می توان مانند دیگر غلات خیس کرده و در حرارات معتدل نگاهدری کنید تا جوانه بزند و هنگامیکه جوانه به حد معینی رسید از آن مالت نگهدری کنید . مالت جو دارای ویتامین های C است . ماء الشعیر : جو پوست کنده و جو پوست نکنده را خوب می شوینـد سپس آن را در آب جوش ریخته و چند دقیقه می جوشانند و آنقدر آنرا می پزند تا دانه های جو کاملا باز شود و بعد آنرا با پارچه بدون اینکه له شود صاف می کنند و می گذارند تا سرد شود و از آن استفاده می کنند . کشک الشعیر : جو پوست کنده را با آب مخلوط کرده و آنرا آنقدر می جوشانند تا کاملا باز شود سپس آنرا له می کنند و صاف می کنند که خود جو نیز داخل آب شود کشک الشعیر شبیه آش جو می باشد . عصاره مالت جو : از جوشاندن مالت جو در آب و غلیظ کردن مایع حاصل در خلاء عصاره مالت جو بدست می‌آید که دارای مقدار ۶۰ درصد مالتوز، ۱۰ درصد ساکاروز، ۲۰ درصد دکسترین و مقداری مواد معدنی و ویتامین های B۱ و B۲ است . – مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

ریحان

نام علمی : Ocimum basilicum- کلیات گیاه شناسیریحان گیاهی است علفی یکساله و معطر که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد . برگهای آن بصورت متقابل بیضوی و نوک تیز با کناره های دندانهدر می باشد . گلهای آن معطر و کوچک به رنگهای سفید، قرمز و گاهی بنفش مشاهده می شود . تخم آن سیاه و ریز است . برگ ریحان و سرشاخه های جوان آن بمصرف تغذیه می رسد ریحان در ایران و افغانستان بطور خودرو می روید در اکثر نقاط دنیا کاشته می شود . – ترکیبات شیمیایی:از ریحان اسانسی تهیه می شود بنام اسانس بازیلیک یا روغن ریحان که معروف است و مصارف درمانی مختلفی درد . اسانس ریحان شامل موادی مانند استراگول واوس من درد . دانه ریحان دارای ماده ر وغنی است که حالتی روان درد . – خواص داروئی: چون ریحان بسیار معطر است بنبراین برای معطر ساختن غذاها از آن استفاده می شود ریحان از لحاظ قدیم ایران کمی گرم و خشک است . ۱) دم کرده برگ ریحان اثر ضد تشنج درد مقوی و مدر است .۲) دم کرده برگ ریحان معالج سردردهای میگرن و عصبی است . ۳) خوردن ریحان دستگاه هاضمه راتقویت می کند .۴) نوشیدن یک فنجان دم کرده ریحان نفخ و گاز معده را از بین میبرد . ۵) برگ ریحان درمان کننده ناراحتی های حاصل از نیش حشرات است کافی است که محل گزش حشرات را با برگ ریحان ماساژ دهید خارش و درد را برطرف می کند. ۶) جویدن برگ ریحان برای زخم های دهان مفید است . ۷) جوشانده ریحان تب بر است . ۸) دم کرده تخم ریحان مسکن است .۹) اگر تخم ریحان را بکوبید و با صمغ عربی مخلوط کنید داروی خوبی برای درمان اسهال است . ۱۰) تخم ریحان برای رفع دل درد مفید است . ۱۱) برگ ریحان اثر زیا کننده شیر دردو مادران شیر ده حتما باید از این گیاه استفاده کنند .۱۲) دم کرده دانه ریحان برای درمان ورم کلیه و ترشحات زنانه بکار می رود . ۱۳) دم کرده برگ ریحان درمان کننده سرگیجه است .۱۴) برگ ریحان را همراه غذا بخورید در هضم غذا موثر است .۱۵) اگر گلدان ریحان را جلوی پنجره بگذارید حشرات و مگس را فراری می دهد و آنها ودر خانه نخواهند شد . – طرز استفاده: اسانس ریحان را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا Helath Food خریدری کنید این اسانس بنام Essential Oil Basil معروف است لطفا دقت کنید که این اسانس بسیار قوی است و نباید بیش از ۲ تا ۳ قطره آنرا مصرف کنید و همیشه هم باید آنرا با آب رقیق کنید . – مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

چغندر

نام علمی : Beta vulgaris- کلیات گیاه شناسیچغندر را از قدیم شناختند و حتی در حدود چهار قرن قبل از میلاد بخواص

درمانی آن آَشنا بوده و از آن استفاده می کرده اند . چغندر بطور بومی در ناحیه مدیترانه و شرق اروپا وجود داشته است و در حال حاضر در بیشتر نقاط دنیا کشت می شود . چغند دو نوع می باشد یک نوع آن چغندر معمولی است برنگ بنفش تیره و یا قرمز است و نوع دیگر آن چغندر قند است برنگ زرد روشن می باشد که بمقدربسیار زیاد در نقاط مختلف دنیا برای استفاده از شکر آن شکت می شود . چغندر خوب آن است که زیاد در خاک نمانده باشد و یا باصطلاح جوان باشد زیرا چغندری که زیاد رسیده باشد سفت می شود .چغند پیر معمولا گردنی باریک درد و شیارهایی روی آن بوجود می آید . - ترکیبات شیمیایی: چغند ر بسیار مغذی است و سرشار از مواد معدنی و ویتامین ها است . در جدول زیر مقدر مواد آن در صد گرم چغندر آمده است .انرژی۳۳ کالری پروتئنی ۱/۲ گرم چربی ۰/۰۶ گرم هیداروکربن۷/۲ گرم کلسیم ۱۱/۱ میلی گرم فسفر ۲۰ میلی گرم آهن ۰/۸ میلی گرم ویتامین آ ۵۰۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۰۱۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۳۳ میلی گرمویتامین ث ۱۷/۶۲ میلی گرم - خواص داروئی: برگ چغندر خواص درمانی بسیاری دارد .۱- بعنوان ملین و رفع یبوست بکار می رود . ۲- تقویت کننده کلیه است .۳- درمان کننده التهاب مجاری ادرار است . ۴- بعنوان مصرف خارجی برای پانسمان زخم و درمان تاول مصرف می شود. چغندر مخلوط با آب هویج دفع کننده سنگ کیسه صفرا نیز هست .شربت چغندر بهترین نوشابه و تقویت کننده بدن و دافع سموم بدن است . - طرز استفاده: برای درست کردن شربت چغندر با آب میوه گیری آب سه تا چهار چغندر خام را بگیرید و آنرا با یک لیوان آب معدنی گاز در مخلوط کنید این شربت بسیار خوشمزه و انرژی زا است . - مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

سنبل الطیب (علف گربه)

نام علمی : valeriana Officinalis - کلیات گیاه شناسی سنبل الطیب گیاهی است علفی و چن ساله که ساقه آن بطور عمودی تا ارتفاع دو متر بالا می رود . این گیاه بصورت وحشی در جنگل های کم درخت ، در حاشیه جویبارها و گودال ها در بیشتر مناطق آسیا و ایران می روید . سنبل اطیب دارای بویی مطبوع است و گربه بوی این گیاه را از فاصل دور تشخیص داده بطرف آن می رود و در اطراف آن به جست و خیز می پدرازد و از بوی آن مست می شود. گلهای سنبل الطیب برنگ سفید یا صورتی و بصورت خوشه ای می باشد .قسمت مورد استفاده این گیاه ریشه آن است و معمولا از ریشه گیاهی که بیش از سه سال عمر ددر استفاده می شود .سنبل الطیب پس از خشک شدن برنگ قهوه ای در می آید . طعم آن تلخ ولی خوشبو و معطر است . عطر آن پس از خشک شدن بیشتر می شود . - ترکیبات شیمیایی:ریشه سنبل الطیب حاوی ۱٪ اسانس است . این اسانس درریشه تازه بیشتر است و بتدریج که ریشه خشک می شود مقدار اسانس آن کاهش یافته ولی بوی آن قوی تر می شود . اسانس تازه برنگ سبز مایل به زرد است ولی در اثر ماندن غلیظ میشود . آثار دارویی ریشه تازه آن سه برابر خشک شده آن است . سنبل الطیب باید در حرارت کم خشک شود و در حرارت بالا تمام اثر دارویی آن از بین می رود . - خواص داروئی:ریشه سنبل الطیب از نظرطب قدیم ایران گرم و خشک است خواص مهم آن به شرح زیر میباشد ۱) اثر ضد تشنج دارد . ۲) در رفع ناراحتی های عصبی و هیستری مفید است . ۳) ضد اسپاسم و آرام بخش است . ۴) تب بر است .۵) در معالجه صرع اثر مفید دارد . ۶) بیخوابی را درمان می کند . ۷) ضد کرم معده و روده است .۸) گاز معده را از بین می برد . ۹) ضد هیجان است .۱۰) میگرن را برطرف می کند . ۱۱) سرددرهای ناشی از سیگار کشیدن و مصرف الکل را رفع می کند . ۱۲) برای برطرف کردن دلهره ف تشویش و نگرانی مفید است . ۱۳) در درمان بیماری مالیخولیا اثر مفید دارد .۱۴) در برطرف کردن ددر سیاتیک موثر است .۱۵) درد معده را برطرف می کند. ۱۶) سکسکه مداوم را از بین می برد . ۱۷) تقویت کننده نیروی جنسی است . ۱۸) ترشح ادرار را زیاد می کند . ۱۹) درد سینه را برطرف می کند . ۲۰) استفراغ را برطرف می کند . ۲۱) دهان را خوشبو می کند . ۲۲) در معالجه مرض قند موثر است . ۲۳) گرد سنبل الطیب را روی

زخم ها بپاشید تا التیام یابند . – طرز استفاده: ۱)گرد سنبل الطیب : ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در حرارت ۴۰ درجه خشک کنید . سپس آنرا آسیاب کنید و از الک ریز رد کنید . این گرد بعنوان ضد تشنج بکار می رود . مقدار مصرف آن ۵-۱۰ گرم در روز است . ۲) مخلوط سنبل الطیب : ۴ گرم گرد ریشه سنبل الطیب را با ۴ گرم رازیانه و ۴ گرم قند سائیده و مخلوط کنید این مخلوط را چهار قسمت کرده و در طول روز بفواصل مساوی بخورید . ۳)تنطور والریان : ۱۰۰ گرم ریشه سنبل الطیب را خرد کرده و در نیم لیتر الکل طبی ۶۰ درجه بریزید و بگذارید بماند . هر ورز چند بار انرا بهم بزنید و پس زا ۱۵ روز آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهداری کنید .مقدار مصرف آن ۱۰–۳۰ قطره می باشد. – مضرات : چون سنبل الطیب برای کلیه مضر است باید آنرا با کتیرا خورد .

گاوزبان

نام علمی : Borage officinalis – کلیات گیاه شناسی گاو زبان گیاهی است علفی و یکساله که ارتفاع ساقه آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد ساقه آن شیار دار و خاردار می باشد . برگهای این گیاه ساده و پوشیده از تارهای خشن است . گلهای آن برنگ آبی ، سفید ، بنفش و آبی می باشد .گاو زبان احتمالا از شمال آفریقا بنواحی دیگر راه یافته و امروزه در منطقه مدیترانه ، نواحی شمال آفریقا و قسمت هایی از خاورمیانه می روید . گل ، برگ و سرشاخه های گلدار آن بمصرف دارویی می رسد .– ترکیبات شیمیایی: گل گاو زبان و برگ های آن دارای لعاب فراوان است . این گیاه دارای نیترات پتاسیم ، رزین ها ف مالات کلسیم ، منگنز ، منیزیوم ، اسید فسفریک و آلانتوئین می باشد .– خواص داروئی: گاو زبان از نظر طب قدیم ایران سرد است ۱) گل گاو زبان و برگ های تصفیه کننده خون است . ۲) آرام کننده اعصاب است .۳) عرق آور است . ۴) ادرار آور است . ۵) کلیه ها را تقویت می کند . ۶) سرماخوردگی را برطرف می کند. ۷) برای از بین بردن سرفه از دم کرده گل گاو زبان استفاده کنید . ۸) در درمان برونشیت موثر است .۹) بی اختیاری دفع ادرار را درمان می کند . ۱۰) التهاب و ورم کلیه را درمان می کند . ۱۱) در درمان بیماری سرخک و مخملک مفید است.۱۲) ضماد برگ های گاو زبان برای رفع ورم موثر است . ۱۳) برگهای گاوز بان را بپزید و مانند اسفناج از آن استفاده کنید . ۱۴) برگهای تازه گل گاو زبان دارای مقدر زیادی ویتامین C می باشد و در بعضی از کشورها آنرا داخل سالاد می ریزند . – مضرات : گاوزبان بعلت داشتن آلکالوئید برای زنان حامله و کودکان مضر است .

بابا آدم

نام علمی : Arctium lappa – کلیات گیاه شناسی بابا آدم که فیل گوش و آراقیطون نیز نامیده می شود گیاهی است علفی و دوساله ذکه ارتفاع ساقه آن تا ۱/۵ متر می رسد . این گیاه بحالت وحشی در دشت ها و نواحی معتدل و مرطوب و سایه در اروپا و آسیا می روید . ساقه آن که شبیه پوست مار است پوشیده از کرکهای خشن و زبر می باشد . برگهای آن بسیار بزرگ و پهن بحالت افتاده بر روی ساقه قرار درد . رنگ برگها در قسمت چسبیده به ساقه سبز کم رنگ و هر چه بطرف انتهای برگ نزدیک تر می شویم تیره تر می شود . ریشه گیاه دراز ف دوکی شکل و مانند هویج بضخامت انگشت دست بوده ودارای مقدر زیادی کربنات پتاسیم و نیترات پتاسیم است . پوست ریشه بابا آدم قهوه لی ، مغز آن سفید و طعم آن کمی شیرین است ولی بوی تهوع آوری درد .میوه آن پس از رسیدن بصورت فندقه ای با ۳ یا ۴ سطح و برنگ زرد حنایی ظاهر می شود . در انتهای میوه تارهای زرد رنگی وجود دارد که در موقع عبور گوسفندان و جانوران به پشم های آنها می چسبد و موجب پخش تخم این گیاه به مناطق دیگر می شود . بابا آدم در بعضی از نقاط ایران بحالت وحشی می روید . از ریشه این گیاه استفاده طبی بعمل می آید پساز خارج کردن ریشه بابا آدم از خاک آنرا بخوبی شسته و به قطعات کوچک سه سانتیمتری تقسیم کرده و در اثر حرارت خورشید یا در کوره های

مخصوصـی خشک می کننـد . - ترکیبات شـیمیایی: ریشه بابا آدم دارای ماده ای بنام اینولین Inulin ، روغن فرار ، تـانن ، رزین ، قند ، آهن ، کلسیم و ویتامین C می باشـد . دانه بابا آدم دارای روغنی است برنگ زرد و طعم تلخ اسـید لینولئیک و اسـید اولئیک است . - خواص داروئی: از نظر طب قـدیم ایران ریشه بابـا آدم سـرد و خشک است . ۱) بهترین تصـفیه کننده خون است و خون را تمیز کرده و سـموم را از بدن خارج می کند .۲) جوشـهای صورت و کورک را برطرف می کند . ۳) ادرار آور و معرق اسـت . ۴) سیستم لنف بدن را تمیز می کند . ۵) بیماریهای پوستی نظیر اگزما ، گل مژه و زخم ها را برطرف می کند . ۶) تورم را از بین میبرد . ۷) تقویت کننـده بدن است . ۸) جوشانـده برگهـای بابا آدم را در معالجه سـرگیجه و رماتیسم بکار می برنـد . ۹) برای تنظیم قند خون و معالجه بیماری قند از جوشانده برگهای بابا آدم بمقدر سه فنجان در روز اسـتفاده کنید .۱۰) برای معالجه سرخک ، برگهای بابا آدم را با کمی شـکر بجوشانیـد و به مریض بدهید . ۱۱) جوشانـده تخم بابا آدم ضد عفونی کننده است . ۱۲) تخم بابا آدم ضد کرم معـده و روده است . ۱۳) در ناراحتی های ریوی و گلو درد از جوشانـده تخم بابا آدم اسـتفاده کنید . ۱۴) در معالجه ذات الریه بکـار می رود . ۱۵) ریشه بابـا آدم در برطرف کردن سـرمخوردگی موثر است . ۱۶) تب حاصـل از بیماری مخملک را برطرف می کند. ۱۷) در معالجه یبوست موثر است .۱۸) بعنوان ضد سم در هنگام نیش زدن جانوران سـمی استفاده می شود. ۱۹) برای معالجه کچلی برگ بابا آدم را دم کرده و روی پوست سر بمالید .۲۰) برای معالجه زخم ها و التیام جراحات ، جوشانده برگ بابا آدم را با مقـدر مسـاوی روغن زیتون مخلوط کرده و روی زخم ها و جراحات بمالیـد . ۲۱) ریشه بابـا آدم علاج کم خونی و رنگ پریـدگی است زیرا دارای مقـدر زیادی آهن است . ۲۲) برای معالجه رماتیسم و آرتروز مفیـد است . ۲۳) نقرس را برطرف می کند . ۲۴) در معـالجه بیماریهـای عفونی موثر است . ۲۵) درد سـیاتیک را آرام می کنـد . ۲۶) در برطرف کردن کمر درد مـوثر اسـت .۲۷) آب آوردن بدن را درمان می کند . ۲۸) هضم غذا را تسریع می کند .۲۹) ورم کلیه را دفع می کند . ۳۰) آنهائیکه میل زیادی بخوردن شیرینی و شـکر دارند اگر صبح ناشتا از دم کرده این گیاه بنوشید بزودی این عادت رفع خواهد شد .۳۱) کسانیکه میخواهند قهوه را ترک کننـد می توانند ریشه بابا آدم را با مقدر این مخلوط را حتی می توان از فروشـگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها ابتیاع کرد.۳۲) کهیر را برطرف می کند.۳۳) ریشه بابا آدم را له کرده و یا بجوشانیـد و آنرا روی کورک و یا اگزما بمالید تا آنرا برطرف کند . ۳۴) برای جلوگیری از ریزش مو و تقویت آن جوشانـده غلیظ ریشه بابا آدم را به سـر مالید . ۳۵) برای برطرف کردن سوزش و درد گزیدگی زنبور با حشرات برگ بابا آدم را له کرده و به محل گزیدگی بمالید .در صورت پیدا نکردن ، گیاه بابا آدم می توانیـد تنطور آنرا از فروشـگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریـدری کنیـد . مقدار مصـرف تنطور آن ۱۰-۲۰ قطره و سه بار در روز است . - طرز اسـتفاده: دم کرده ریشه بابا آدم : مقدر ۵۰ گرم ریشه بابا آدم را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۲۰ دقیقه دم کنید .جوشانده ریشه بابا آدم : مقدر ۸۰ گرم ریشه بابا آدم را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید بمدت ۱۰ دقیقـه به آرامی بجوشـد . تنطور بابـا آدم : این تنطـور را می تـوان از فروشـگاههای گیاهـان دارویی و یـا برخی از داروخـانه ها Store خریدری کنید . دم کرده ریشه بابا آدم و شیرین بیان : ۳۰ گرم ریشه باباآدم را با مقدر مساوی آن شیرین بیان در یک لیتر آب جوش ریخته و بمـدت نیم ساعت دم کنیـد . این دم کرده تصـفیه کننده خون است . برای این منظور از این دم کرده بمقدر سـه فنجان در روز بنوشید .- مضرات : مضرات خاصی گفته نشده است .

هل

نام علمی : Elettaria cardamomum - کلیات گیاه شناسـی هل گیاهی است که در مناطق حاره و گرم می روید . وطن آن هندوستان می باشد و حدود ۸۰٪ مصـرف هل دنیا از هندوسـتان صدر می شود . این گیاه پایا و علفی است که ریزوم آن ساقه های هوائی مانند برگ بهم پیچیده گاهی تا ارتفاع ۴ متر خارج می شود . یک یا دو ساقه گل دهنده از قاعده ساقه های هوائی خارج می

شود که دارای گل های کوچک برنگ سفید یا سبز روشن می باشد.میوه هل بیضی شکل ، مانند قلب و برنگ زرد یا سبز روشن بطول ۱-۲ سانتیمتر است . دانه های معطر و مطبوعی برنگ قهو های مای به قرمز در آن وجود دارد که به مصرف ادویه و خوشبو کردن مشروبات و غذاها می رسد . - ترکیبات شیمیایی: هل دارای اسانس فرار و معطری در حدود ۴٪ می باشد ضمنا این گیاه دارای مواد رزینی و چربی نیز است .- خواص داروئی:هل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . ۱) چون هل بشکل قلب می باشد بنابراین تقویت کنده قلب است .۲) بادشکن بوده و گاز معده و روده را خارج می سازد . ۳) تقویت کننده بدن است . ۴) ادرار آور است . ۵) قاعده آور است . ۶) مقوی سیستم هضم است .۷) باعث هضم غذا می شود . ۸) زخم های دهان را برطرف می کند بدین منظور دم کرده هل را در دهان مزه مزه کنید . ۹) خوشبو کننده دهان است . ۱۰) برای تسکین گوش درد ، گرد هل را در گوش بریزید. ۱۱) برای برطرف کردن دل بهم خوردگی و تهوع از دم کرده هل استفاده کنید . ۱۲) اشتها آور است . ۱۳) تب را پائین می آورد . ۱۴) معالج سرماخوردگی است . ۱۵) برای تسکین درد رماتیسم مفید است . ۱۶) ترشی معده را برطرف می کند . ۱۷) ضد مسمومیت است. ۱۸)برای رفع بیماریهای چشم مفید است . - طرز استفاده: دم کرده : مقدر ۳۰ گرم هل کوبیده را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید بمدت ۱۰ دقیقه دم بکشد سپس صاف کرده و بنوشید . هل را همچنین می توان به چایی یا دیگر مشروبات الکلی اضافه کرد . - مضرات : مقدر مصرف زیاد هل برای روده ها مضر است . برای رفع این اشکال آنرا باید با کتیرا خورد .

هویج

نام علمی : Daucus carota- کلیات گیاه شناسی هویج گیاهی است دو ساله دارای ریشه راست و ساقه بی کرک که نوع پرورش یافته آن در اکثر نقاط زمین کشت می شود . قسمت مورد استفاده گیاه هویج ریشه میوه و تخم آن است . - ترکیبات شیمیایی:هویج دارای ۸۷٪ آب ، ۱/۵ مواد ازته ، ۰/۰۲ ٪ چربی ، ۸٪ مواد گلوسیدی ، حدود ۱/۵٪ سلولز و مقدری ماده رنگی کاروتن (ویتامین A) و دیاستازهای مختلف و ویتامین های A,B,C,D,E می باشد . - خواص داروئی:در هویج یک نوع آنسولین گیاهی وجود دارد که اثر کم کننده قند خون را درا می باشد بنابراین این عقیده قدیمی که هویج برای مبتلایان به بیمایر قند خوب نیست کاملا غلط است وبیماران قند می توانند به مقدر کم از این گیاه استفاده کنند . هویج با داشتن مواد مقوی و ویتامین ها یکی از مهمترین و مفیدترین برای بدن می باشد . خوردن هویج مقاومت بدن را در مقابل بیماریهای عفونی بالا می برد . مصرف هویج در برطرف کردن بیماریهای آب آوردن انساج بدن ، عدم دفع ادرار تحریک مجاری هضم و تنفسی ، سرفه های مقاوم ، آسم اخلاط خونی و دفع کرم اثر معجزه آسائی دارد .* از هویج می توان در موارد زیر استفاده کرد : ۱)برای برطرف کردن یبوست یک کیلو هویج را رنده کنید و در مقدری آب دو ساعت بجوشانید تا مانند ژله در آید صبح ناشتا چند قاشق بخورید ۲)سوپ هویج برای کودکان شیر خوار که معده حساس دارند : ابتدا ۲۰۰ گرم هویج رنده شده را در دیگ بریزید و روی آن یک لیتر آب اضافه کنید و بجوشانید تا کاملا هویج ها لهش ود . سپس آنرا صاف کرده و به نسبت مساوی باشیر مخلوط کرده و در شیشه شیر بچه ریخته و به او بدهید ۳)تخم هویج را به مقدر یک قاشق غذا خوری در یک لیوان آب جوش ریخته و آنرا بمدت ۵ دقیقه دم کنید . این دم کرده اثر نیروی دهنده، اشتها آور ف مدر ، زیاد کننده شیر خانم های شیر ده و اثر قاعده آور دارد. ۴)برگ هویج را با آب بجوشانیدا ین جوشانده را غرغره کنید برای آبسه مخاط دندان و دهان موثر است بعلاوه می توان برای رفع ترک و خراش پوست استفاده کرد . ۵)هنگامیکه کودک شروع به دندان درآوردن می کند یک قطعه هویج باریک را برای دندان زدن به او بدهید . ۶)آب هویج را اگر روی صورت بکشید باعث روشن شدن و جلوه پوست صورت می شود . ۷)اگر بخواهید لاغر شوید همه روزه با غذا هویج خام بخورید .۸)اگر می خواهید چاق شوید بعنوان صبحانه باید آب هویج بخورید . ۹)هویج وپیاز را با هم بجوشانید و

به آن آب لیمو اضافه کنید داروی موثری برای درمان بیماریهای عصبی امراض کلیوی و همچنین جوان کننده پوست می باشد . ۱۰)خوردن هویج برای بیماریهای بواسیر موثر است .۱۱)برای خارج کردن سنگ کیسه صفرا هویج اثر معجزه آسا دارد . ۱۲)خوردن هویج جوشهای صورت را درمان می کند . ۱۳)برای تقویت قوای جنسی و تحریک کبد و روده ها هویج داروی موثری است . ۱۴)در فرانسه بیمارستان معروفی وجود دارد که برای درمان بیماریهای کبدی فقط از سوپ هویج استفاده می کنند و دستور تهیه این سوپ بشرح زیر است . حدود ۷۵۰گرم هویج را رنده کنید و آنرا در ظرفی که مقدری آب نمک درد بریزید سپس بان یک قاشق چایخوری جوش شیرین و یک قشلق سوپخوری کره اضافه کنید آنرا بجوش آورده و با آتش ملایم بپزید تا آب بخارشود و هر روز یک بشقاب از آن را میل کنید . ۱۵)هویج اعمال روده ها را منظم می کند و کمبود الیاف غذاهای گوشتی را جبران می کند بنابراین آنهایی که گوشت زیاد مصرف می کنند حتما باید هویج بخورند تا مشکل یبوست نداشته باشند . ۱۶)برای برطرف کردن اسهال بچه ها بهترین دارو سوپ هویج است . برای این منظور باید ۵۰۰ گرم هویج را رنده کرده و آنرا در یک لیتر آب بجوشانید تا آنکه هویج کاملا پخته و نرم شود سپس آنرا در آسیاب برقی ریخته تا آنکه بصورت شربت در آید بعد بآن آّ اضافه کرده تا آنکه حجم آن یک لیتر شود . برای بچه هایی که معده حساس دارند سوپ هویج بهترین دارو است بدین ترتیب که می توان یک یا دو بار در روز بجای شیر به بچه سوپ هویج داد حتی برای بچه هایی که کمتر از سه ماه دارند می توان بطور متناوب سوپ هویج به طفل داد یعنی یک وعده شیر و یک وعده سوپ هویج و بعد از سه ماهگی این روش تبدیل به یک وعده سوپ و دو وعده شیر می شود . ۱۷) آب هیج در صبح ناشتا مواد سمی را از خون خارج می کند . ۱۸) اگر آسم یا گرفتگی صدا درید آب هویج بخورید .۱۹) خانم هایی که پوست حساس دارند حتما باید پوست صورت و رگدن خود را با آّب هویج پاک کنند . ۲۰) دم کرده تخم هویج و یا جویدن تخم هویج گاز معده را خارج کرده و فعالیت روده ها را زیاد میکند – طرز استفاده: هویج را نباید هیچگاه پوست کند زیرا مواد مغذی و ویتامین های خود را از دست می دهد بلکه باید آنرا با برس شست و مصرف کرد .– مضرات : البته با تمام خواص زیادی که هویج دارد مصرف آن نباید زیاده روی کرد دیده شده آنهائیکه هویج زیاد مصرف می کنند رنگ پوست و چشم آنها زرد می شود که البته خطری ندارد چون اگر چند روز هویج مصرف نکنند دوباره پوست و چشم به رنگ طبیعی خود برمی گردند ..

فلوس

فلوس: Cassia – کلیات گیاه شناسیفلوس درختی است به ارتفاع ۱۰-۱۵ متر که به حالت خودرو در بشتر نقاط گرمسیر دنیا مانند آفریقا ، هند و جنوب می روید . فلوس در بعضی از نواحی ایران به نام خرنوب هندی و خیار شنبر نیز معروف است . میوه فلوس به طول ۳۰ تا ۵۰ سانتیمتر و به قطر ۳-۲ سانتیمتر است . اگر فلوس درقسمت طول آن شکافته شود تیغه های متعدد در آن دیده می شود که فلوس را به خانه های متعدد گاهی تا ۱۰۰ خانه تقسیم می کند . در داخل این خانه ها مایع چسبنده تیره رنگی وجود دارد که عسل خیار شنبر نامیده می شود . طعم این مایع کمی شیرین ولی نامطبوع است . برای استفاده از فلو غلاف آنرا کمی روی آتش گرم می کنند تا عسل خارج شود . معمولا این عسل با روغن بادام مخلوط شده و به عنوان مسهل استفاده می شود البته می توان مغز فلوس را با قند یا شکر مخلوط کرده و در درجه حرارت معتدلی پخت که به آن فلوس پخته می گویند . – ترکیبات شیمیایی: مغز فلوس دارای اکسی آنتراکینون ، مواد قندی صمغ ، اسانس و مواد روغنی است . خاصیت مسهلی فلوس مربوط به چند ماده شیمیایی است که از مشتقات آنتراکینون می باشد . صور دارویی فلوس جوشانده فلوس : ۱۰ گرم عسل فلوس را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و آنرا صاف می کنند و به مریض می دهند . این جوشانده مسهل خوبی است . مقدر عسل فلوس را می تواندر مورد یبوستهای سخت تا ۶۰ گرم نی افزایش داد . البته برای بهتر کردن طعم آن می توان مقدری شربت گیلاس یا انجیر به آن اضافه کرد

. مربای فلوس :۵ گرم عسل فلوس را با همان مقدار آب مقطر مخلوط کرده و سپس مقدر ۱۲۵ گرم قند کوبیده را به آن اضافه کنید بعد آنرا حرارت دهید تا به آرامی آب آن بخار شود و وزن آن به ۱۰۰ گرم برسد و غلیظ شود . این مربا نیز مسهل بسیار خوبی است مقدر مصرف آن ۵۰-۱۰۰ گرم در روز است . - خواص داروئی: فلوس از نظر طب قدیم ایران کمی گرم و تر است .۱) یکی از بهترین داروها برای رفع یبوست می باشد زیرا مصرف آن عوارضی ندارد بنبراین حتی برای زنان حامله و اطفال مناسب نیست .۲) برای درد مفاصل و نقرس فلوس را به موضع درد بمالید . ۳) برای کلیه ها مفید است مخصوصا آنهایی که کلیه شان سنگ ساز است درصورت استفاده از آن مبتلا به سنگ کلیه نمی شوند . ۴) جوشانده پوست درخت فلوس اسهال خونی را رفع می کند .۵) نرم کننده سینه است . ۶) برای باز کردن گرفتگی روده و دل پیچه ، فلوس را مخلو ط با ریشه ختمی بکار برید . ۷) برای معالجه دیفتیر ، فلوس را با آبّ گشنیز مخلوط کرده و به بیمار بدهید تا غرغره کند . - مضرات :فلوس برای معده مضر است چون به روده ها می چسبد و ایجاد دل درد و ناراحتی های روده می کند بنابراین بهتر است با مصطکی و انیسون روغن بادام خورده شود .

بابونه

نام علمی : Chamaemelum nobile - کلیات گیاه شناسیبابونه گیاهی است دائمی و کوچک بارتفاع تقریبا ۳۰ سانتیمتر دارای بوئی معطر که در چمنزارها و اراضی شنی می روید . ساقه آن برنگ سبز مایل به سفید ، برگهای آن کوچک متناوب و دارای بریدگیهای باریک و نامنظم و پوشیده از کرک است . گلهای آن مجتمع در یک طبق که بطور منفدر در انتهای ساقه گل دهنده در تابستان ظاهر می شود . در هر طبق گلهای سفید در اطراف و گلهای زرد در قسمت وسط قرار دارند . - ترکیبات شیمیایی: گلهای بابونه دارای اسانس روغنی آنته مین (Anthemine) تانن ، فیتوسترول و همچنین ماده ای تلخ بنام اسید آنته میک Anthemique Acid می باشد . - خواص داروئی: بابونه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از تقویت کننده های تلخ بحساب می آید . جالینوس حکیم آنرا برای درمان تب و لرزهای نوبه ای بکار می برد . ۱) یکی از مهمترین خواص بابونه درمان زخم معده و ورم معده است و این گیاه به آسانی این مرض را درمان می کند و آنهائیکه سالهاست با این مرض دست بگریبان هستند و از قرص های مختلف گران قیمت نظیر Lozac و Zantac و غیره استفاده می کنند می توانند با استفاده از بابونه خرج داروی خود را پس انداز کنند و همچنین سلامتی خود را بازیابند .برای درمان زخم معده یک لیوان چای غلیظ بابونه درست کنید (۴ قاشق چایخوری بابونه در یک لیوان آبجوش و یا چهار تا چای کیسه ای بابونه در یک قاشق لیوان آب جوش) و صبح ناشتا هستید این لیوان چای را بنوشید و سپس در رختخواب به پشت دراز بکشید و بعد از چهار دقیقه بخوابید و البته بعد از یکربع ساعت می توانید صبحانه خود را میل کنید . این عمل را بمدت دو هفته ادامه دهید تا زخم و ورم معده بکلی شفا یابد. ۲) بابونه اعصاب و قوای جنسی را تقویت میکند . ۳) بابونه مقوی مغز است . ۴)بابونه ادرار آور و قاعده آور است . ۵)این گیاه ترشح شیر را در مادران شیر ده افزایش می دهد . ۶)درمان کننده سردرد و میگرن است . ۷)استفاده از بابونه سنگ مثانه را خرد و دفع می کند . ۸)اگر کسی قطره قطره ادرار می کند به او چای بابونه دهید تا درمان شود . ۹)بابونه درمان کننده کمی ترشحات عادت ماهیانه است . ۱۰)برای درمان چشم درد ، بابونه را در سرکه ریخته و بخور دهید . ۱۱)برای تسکین دردهای عضلانی چای بابونه بنوشید .۱۲)جویدن بابونه برای التیام زخم های درمان مفید است .۱۳)خوردن ۵ گرم ریشه بابونه با سرکه رقیق محرک نیروی جنسی است (ریشه بابونه گرم تر و خشک تر از گل بابونه است) ۱۴)بابونه تب بر و تسکین دهنده درد است . ۱۵)بابونه تقویت کننده معده است . ۱۶)برای تسکین درد در هنگام دندان درآوردن بچه ها ، به آنها چای بابونه بدهید .۱۷)برای رفع بیخوابی و داشتن یک خواب آرام و راحت ، کافی است ده دقیقه قبل از اینکه به رختخواب بروید یک فنجان چای بابونه بنوشید . ۱۸)بابونه درمان کننده بی اشتهایی است . ۱۹)بابونه برای رفع ورم روده موثر است . ۲۰)چای بابونه درمان کننده کم خونی است . ۲۱)از بابونه برای رفع

کرم معده و روده استفاده کنید . ۲۲)بابونه تسکین دهنده دردهای عادت ماهیانه است . ۲۳)بابونه برای رفع زردی مفید است . ۲۴)حمام بابونه اثر نیرو دهنده درد . برای این منظور چند قطره اسانس بابونه را در وان حمام ریخته مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید .۲۵)برای تسکین درد ، چند قطره اسانس بابونه را با یک قاشق روغن بادام مخلوطکرده و روی محل های دردناک بمالید درد را تخفیف می دهد . ۲۶)اسانس بابونه مخلوط با روغن بادام برای رفع ناراحتی های پوستی نظیر اگزما ، کهیر و خارش مفید است . ۲۷)برای رفع گوش درد و سنگینی گوش ، یک قطره روغن بابونه را در گوش بچکانید .۲۸)اسانس بابونه چون اثر قی آور درد در مورد مسمومیت های غذایی مصرف می شود . ۲۹)روغن بابونه را برای از بین بردن کمردرد ، درد مفاصل و نقرس روی محل درد بمالید . ۳۰)با چای بابونه اگر موهای بلوند را بشوئید آنها را روشن تر و شفاف تر می کند . ۳۱)آنهائیکه یائسه شده اند بهتر است همه روزه چای بابونه بنوشند زیرا اختلالات یائسگی را برطرف می کند . ۳۲)بابونه ضد آلرژی است .- طرز استفاده: اسانس بابونه : حدود ۰/۸ تا ۱ درصد اسانس در این گیاه وجود دارد که بوسیله تقطیر با بخار آب بدست می آید . رنگ این اسانس آبی روشن است ولی در اثر کهنه شدن برنگ زرد مایل به قهوه ای در می آید . بوی این اسانس بسیار قوی و طعم آن معطر و سوزانده است . اسانس بابونه در عطر سازی و برای معطر کردن غذاها بکار می رود . چای بابونه با دم کرده بابونه : برای درست کردن چای بابونه یک قاشق چایخوری گیاه بابونه خشک را در یک فنجان آب جوش ریخته و بمدت ۵ دقیقه بگذارید دم بکشد .روغن بابونه با روغن زیتون : گل خشک بابونه را با برابر وزنش روغن زیتون مخلوط کرده و روی آتش ملایم بگذاریدتا دم بکشد (نباید بجوشد) و گاه گاه آنرا هم بزنید . سپس آنرا از روی آتش بردارید و بگذارید تا مدت ۲۴ ساعت بحال خود بماند . سپس آنرا از صافی با فشار در کرده و در شیشه ای دربست نگهدری کنید (برای نفخ شکم و قولنج آنرا روی شکم بمالید)روغن بابونه : برای تهیه روغن بابونه مقدری از گل خشک بابونه را با چهار برابر وزن آن روغن کنجد مخلوط کرده و سپس باندازه دو برابر گل بابونه بآن آب اضافه کنید . آنرا روی چراغ گذاشته و بگذارید بجوشد تا اینکه آب آن بکلی تبخیر شود و فقط روغن باقی بماند البته باید دقت کرد که روغن نسوزد . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

نخود

نام علمی : Cicer arietinum - کلیات گیاه شناسی نخود گیاهی است یکساله و از خانواده حبوبات که بلندی بوته آن به حدود ۳۰ سانتیمتر می رسد . ساقه این گیاهپ وشیده از تارهای غده ای است . برگهای آن مرکب از ۱۳ تا ۱۷ برگچه کوچک و دندانه دار می باشد . گلهای آن سفید رنگ مایل به قرمز یا آبی بطورتک تک بر روی ساقه قرار درد . میوه آن بصورت نیام و غلاف آن کوچک متورم و نوک تیز بطول ۲ تا ۳ سانتیمتر است که در آن یک دانه نخود به رنگ نخودی یا سیاه قرار درد . نخود یکی از حبوبات مغذی و انرژی زا وپر مصرف است .- ترکیبات شیمیایی:در صد گرم نخود مواد زیر موجود است : آب۱۰ گرم پروتئین ۲۰ گرم نشاسته۵۵ گرم کلسیم ۱۵۰ میلی گرم فسفر۳۵ میلی گرم آهن ۷ میلی گرمسدیم۲۵ میلی گرم پتاسیم ۷۸۰ میلی گرمویتامین آ ۵۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۳ واحد ویتامین ب ۲ ۰/۱۵واحد ویتامین ب ۳ ۲ میلی گرم مواد روغنی ۵ گرم نخود همچنین دارای مقدر بسیار کمی ارسنیک ، اسید اگزالیک ، اسید استیک و اسید مالیک و املاح کمیابی نظیر بر ، لیتیوم و مس است . ضمنا دارای موادی مانند لسیتین ، گالاکتان ، ساکاروز دکستروز و سلولز در نخود وجود دارد - خواص داروئی:نخود بعلت درا بودن اسد های آمینه مختلف ویتامینها و مواد معدنی غذای بسیار خوبی است . نخود از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و با همه خواص بیشماری که درد نفاخ و دیر هضم می باشد و نباید در خوردن آن افراط کرد .۱) نخود کمی ملین است . ۲) نخود اثر ادرار آور و قاعده آور دارد . ۳) نخود کرم کش است . ۴) برای برطرف کردن درد سینه وریه بای نخود را با کمی نمک پخت و آب ژله مانند آنرا خورد . ۵) روغن نخود برای تقویت مو موثر است شب ها آن را به سر بمالید و صبح مو را بشوئید . ۶) روغن نخود را اگر به

سر بمالید سردرد را شفا می دهد . ۷) روغن نخود را بر روی دندانی که درد می کند بمالید درد را برطرف خواهد کرد .۸) روغن نخود را اگر به زیرشکم بمالید برای تقویت نیروی جنسی موثر است . ۹) افراد گرم مزاج باید نخود را با سکنجبین بخورند تا از نفخ شکم جلوگیری کند . ۱۰) نخود را می توان برای دفع رسوبات دری و درمان زردی بکار برد . ۱۱) نخود درمان کننده قولنج های کلیوی است .۱۲) نخود را بصورت در دارورید و روی رخم های چرکین بگذارید آنها را باز کرده و التیام می دهد . ۱۳) یکی از غذاهای مغذی که سرشار از پروتیئن های گیاهی ، ویتامین ها و مواد معدنی است هموس می باشد که در کشورهای عربی جزو غذاهای اصلی آنهاست .گیاه خواران هموس را جانشین گوشت می کنند این غذا از نخود پخته و کره کنجد که تاهینی نامیده می شود درست می شود . – طرز استفاده:طرز تهیه هموس بقرار زیر استحدود ۳۰۰گرم نخود را کاملا بپزید که نرم شود و تقریبا آب آن تمام شود . آب دو لیمو ترش را بگیرید و با نخود پخته داخل مخلوط کن برقی بریزد که کاملا له شود . سپس مقدر ۱۰۰ گرم کره کنجد و یک چهارم سیر له شده و جعفری و نمک و مقدری هم روغن زیتون بآن اضافه کرده و همه را بهم بزنند تا کاملامخلوط شود . هموس را می توانید بصورت سرد برای ساندویج استفاده کنید . هموس حتی چاشت خوبی برای بچه هاست که به مدرسه می روند . – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

دارچین

نام علمی : Cinnamomum zelanicum – کلیات گیاه شناسی دارچین از قدیم الایام در دنیا بکار میرفته است در مصر حتی قبل از ساختمان اهرام ثلاثه مصر برای درمان امراض مختلفه مصرف می شده است .اسم دارچین Cinnamon از کلمه عربی Kinnamon مشتق شده و در کتاب مقدس به آن اشاره شده است و در مراسم مذهبی یهودیان بکار می رفته است . دارچین پوست درختی است که تا ۱۰ متر ریشه می کند برگ این درخت سبز سیر و دارای گلهای برنگ سفید می باشد . پوست این درخت را کنده و معمولاـ پوارد می کنند و در غذا یا بعنوان چای از آن استفاده می کنند . – خواص داروئی:دارچین رمز جوانی است و مصرف روزانه آن انسان را سلامت جوان نگه می دارد . دارچین برای زیاد شدن و بازیافتن نیروی جنسی نیز بکار می رود کلیه را گرم می کند و ضعف کمر و پاها راازبین می برد و کم خونی را درمان می کند .دارچین بهترین دارو برای دردهای عضلانی است و جدیدا در آمریکای شمالی و کانادا کرم هایی ببازار آمده که دارای دارچین است و برای رفع درد بکار می رود .حتما تا بحال متوجه شده اید که بعد زا خوردن یک دونات دارچین در همه چیز را زیبا می بینید و چقدر آرام هستید . این خاصیت دارچین است زیرا دارچین اثر آرام کنده وشاد کننده دارد و از بسیاری از داروهای آرام بخش بهتر است . و در حقیقت می توان گفت دارچین والیوم گیاهی است زیرا در دارچین ماده ای است بنام Cinnamodehyde که روی حیوانات و انسان اثر آرام بخش دارد . اثر مهم دیگر دارچین پائین آوردن تب می باشد و حتی امروزه دارچین را بصورت قرص و کپسول درآورده اندکه بعنوان تب بر بکار می رود . شما می توانید بآسانی با نشویدن یک فنجان چای دارچین تب را بسرعت پائین بیاورید. دارچین رگها را باز می کند و اثر خوبی در گردش خون دارد . دارچین خاصیت عجیب دیگری درد و آن قوی کردن مصونیت بدن در مقابل امراض است و حتی می توان گفت که اثر پنی سیلین و آنتی بیوتیک را به مقدر زیادی دارا است . اگر حس کردید که ضعیف شده اید و ممکن است مریض شوید چای درجین را فراموش نکنید و حتی اگر سرما خورده اید یا ضعف شدید درید چای دارچین بهترین دارو است . یکی از دانشمندان انگلیسی در کتابی که قرن نهم تالیف نمود ادعا کرد که دارچین معده را تمیز و آرام و قوی می کند . بنابراین اگر ناراحتی معده درید حتما از دارچین استفاده کنید دارچین با این همه خواص طعم بسیار خوبی دارد . حتی اگر چای معمولی می نوشید آنرابا یک قطعه پوست دارچین بهم بزنید که طعم آنرا بهتر کند . بی دلیل نیست که در گذشته سلمانی ها که در حقیقت دکترهای طب قدیم بودند به مشتریهای خود چای دارچین می دادند . – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان

نشده است .

میخک

نام علمی : caryophillium aromaticus – کلیات گیاه شناسی درخت میخک بومی جزائر اندونزی و اقیانوسیه است و بعلت زیبایی خاصی که درد امروز در بیشتر نقاط دینا بعنوان درخت زینتی پرورش داده می شود . البته در مناطق سردسیر این گیاه در گلخانه و گرم خانه نگهدری می شود .در قدیم الایام میخک ادویه ای گران قیمت بوده که تنها پادشاهان و ثروتمندان مکی توانستند از آن استفاده کنند . میخک درختی است کوچک و مخروطی شکل که برگهای آن هیچ وقت زرد نمی شود ودر تمام طول سال سبز است . ارتفاع این درخت تا ۱۰ متر می رسد . برگهای آن نوک تیز و بیضوی و دم برگهای آن قرمز رنگ است و به درخت زیبایی مخصوصی می دهد . گلهای میخک کوچک و مجتمع بصورت خوش هایی شامل ۱۰ تا ۲۵ گل می باشد . وجه تسمیه این درخت بدین دلیل است که غنچه های خشک شده آن که کوچک و بطول یک سانتی متر است بشکل میخ کوچک می باشد .– ترکیبات شیمیایی:غنچه های درخت میخک پس از باز شدن یعنی قبل از اینکه رنگ خاکستری و ارغوانی آن تبدیل به قرمز شود باید چیده و خشک نمود . میخک که بعنوان ادویه و دارو بکار می رود پودر این غنچه ها می باشد . میخک دارای ۱۶ درصد و ساقه های درخت در حدود ۵ درصد و برگهای آن دارای ۲ درصد اسانس روغنی می باشد که از تقطیر این قسمت ها بدست می آید . اسانس میخک دارای بوئی قوی وطعمی سوزاننده می باشد .این اساس سفید رنگ بوده که اگر در مجاورت هوا قرار گیرد رنگ آت تیره و غلیظ می شود . اسانس میخک دارای اوژنول کاربو فیلین ، الکل بنزیلیک ، بنزوات دو متیل ، فورفوول و اتیلن می باشد . اوژنول که ماده اصلی میخک می باشد آرام کننده و ضد عفونی کننده است و از آن در دندانپزشکی برای آرام کردن درد دندان استفاده می شود . – خواص داروئی:میخک یعنی خشک شده غنچه درخت میخک از دو هزار سال پیش بعوان ادویه بکار می رفته است . میخک از نظر طب قدیم ایران خیلی گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است . ۱) برای رفع دندان درد و گوش درد یک قطرع از اسانس میخک و یا روغن آنرا روی دندان بمالید و یا در گوش بچکانید . ۲) میخک تقویت کننده مغز می باشد و کسانیکه حافظه ضعیف دارند باید از دم کرده میخک استفاده کنند. ۳) میخک از سرطان جلوگیری کرده و حتی درمان کننده سرطان می باشد . ۴) برای رفع سردرد مفید است . ۵) در برطرف کردن فلج و لقوه موثر است . ۶) ضعف اعصاب را درمان می کند . ۷) برای رفع تنگی نفس مفید است . ۸) کسانیکه مبتلا به بیماری وسواس هستند برای درمان آن باید میخک بخورند . ۹) مقوی معده و جهاز هاضمه است .۱۰) کبد و کلیه را تقویت می کند .۱۱) سکسکه را برطرف می کند . ۱۲) برای تقویت نیروی جنسی سرد مزاجان مفید است بدین منظور باید ۲ گرم از پودر میخک را با شیر مخلوط کرده و هر روز بمدت یک هفته از آن استفاده کرد .۱۳) کسانیکه قطره قطره ادرار می کنند برای درمان آن باید چای میخک بنوشند .۱۴) میخک اشتها آور است .۱۵) بدن را تقویت می کند . ۱۶) برای ترمیم قرنیه چشم و برطرف کردن لکه در چشم ، می توان چند قطره از محلول آبی میخک در چشم بچکانید .۱۷) میخک تب بر است . ۱۸) میخک کرم کش است و داروهای کرم کش دارای میخک می باشند . ۱۹) برای گردش خون و قلب مفید است .۲۰) اسهال و دل درد را تقویت می کند . ۲۱) برای درمان کمردرد ، چای میخک و یا دو قطره اسانس میخک را با آب گرم و یا چائی مخلوط کرده و بنوشید . ۲۲) نوشیدن یک فنجان چای میخک بعد از غذا گاز و درد معده را از بین می برد . ۲۳) استفاده از میخک گرفتگی عضله را از بین می برد . – طرز استفاده:برای تهیه چایی یا دم کرده میخک مقدر ۱۰ گرم میخک را با یک لیتر آب جوش مخلوط کرده و بمدت ۵ دقیقه دم کنید . – مضرات :همانوطر که گفته شد میخک بسیار گرم است و بنابراین برای گرم مزاجان مناسب نیست و ممکن است باعث ناراحتی کلیه و روده ها شود اینگونه افراد باید میخک را با صمغ عربی مخلوط کرده و بخورند .

نارگیل

نام علمی : Cocos nucifera- کلیات گیاه شناسی نارگیل در حدود سه هزار سال پیش در جنوب آسیا کشت می شده است . در حال حاضر درخت نارگیل در تمام مناطق استوائی وجود دارد . مردم اقیانس آرام نارگیل را بعنوان یک غذای اصلی مصرف می کنند و از تمام قسمت های این درخت استفاده می برند . ضرب المثلی در این مناطق وجود دارد که می گوید هر کس که درخت نارگیل می کارد برای خودش و برای بچه هایش لباس ظرف نوشابه غذا و خانه درست می کند . نارگیل معمولا از هندوراس ، پاناما و جمهوری دومینیکین به کانادا وارد می شود .مقدر بسیار کمی نارگیل در فلوریدا تولید می شود که به مصرف داخلی می رسد . نارگیل درختی است که بطور قائم بالا می رود . ارتفاع آن به ۳۰ متر و قطر تنه آن تا یک متر می رسد . برگهای آن دراز و بطول ۴ تا ۵ متر و مرکب از چند برگچه باریک و دراز است. طول برگچه ها حدود یک متر می باشد رنگ ها سبز روشن است . میوه نارگیل مانند خوشه ، شامل چندین نارگیل با اندازه های مختلف است .میوه نارگیل کروی شکل است که قسمت خارجی آن ضخیم و سفت و متشکل از الیاف نباتی و داخل آن نیز صاف و سخت می باشد . در قاعده نارگیل سه سوراخ دیده می شود که چشم های نارگیل نامیده می شود . برای استفاده از مایع داخل نارگیل که شیر نارگیل نامیده می شود این سوراخها را باید با جسم نوک تیزی باز کرد و مایع دارون آنرا بیرون آورد . سپس با چکش آنرا بشکنید و ا گوشت داخل آن استفاده کنید . البته می توانید بعد از بیرون کشیدن شیر ، نارگیل را در داخل فر در درجه حرارت ۳۵۰ درجه فارنهایت بمدت نیمساعت قرار دهید تا نارگیل خود را بشکند . درخت نارگیل در هر سال حدود پنجاه عد نارگیل می دهد . نارگیل هنگامیکه نارس است مقدر بیشتری شیر دردولی بتدریج میوه می رسد مقدرشیر آن کمتر می شود . برای خرید نارگیل همیشه میوه ای را انتخاب کنید که سنگین باشد ضمنا آنرا تکان دهید که صدای شیر داخل آنرا بشنوئید زیرا نارگیل اگر بدون شیر باشد حتما کهنه است و یا اینکه شیرش بیرون آمده و هوا کشیده و خراب شده است . - ترکیبات شیمیایی: گوشت نارگیل دارای آنزیم های مختلف مانند انورتین ، اکسیداز و کاتالاز می باشد . در شیر نارگیل اسید های آمینه مختلفی مانند هیستدین ، آرژینین لیزین ف تایروزین تریپتوفان ، پرولین لوسین و آلانین موجود است .در صد گرم گوشت تازه نارگیل مواد زیر موجود استانرژی ۳۵۰ کالری آب ۵۰ کالری پروتئین ۳/۵ گرم چربی ۳۵ گرممواد نشاسته ای ۹ گرم کلسیم ۱۲ میلی گرمپتاسیم۲۵۰ میلی گرم سدیم ۲۵ میلی گرمفسفر ۹۵ میلی گرم آهن۱/۸ میلی گرمویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۵ میلی گرمویتامین ث ۳/۲ میلی گرم همانطور که گفته شد به مایعی که در داخل نارگیل وجود دارد شیر نارگیل گفته می شود . ولی باید اضافه کرد که با له کردن و چرخ کردن گوشت سفید نارگیل نیز شیری بدست می آید که بان شیر نارگیل گفته می شود . و در اکثر مورد منظور از شیر نترگیل شیر است که از گوش نارگیل گرفته می شود . شیر نارگیل یک غذای کامل است که می توان آن را با شیر مدر مقایسه کرد آب ۶۵ گرمپروتئین۳/۲ گرمچربی ۲۵ گرممواد نشاسته ای ۵ گرم کلسیم ۱۶ میلی گرم فسفر۱۰۰ میلی گرم آهن ۱/۵ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۱ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۸ میلی گرم ویتامین ث۲ میلی گرم - خواص داروئی:گوشت سفید نارگیل از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و شیر نارگیل کمی گرم و مرطوب است ۱) نارگیل بدلیل داشتن چربی زیاد و مواد مغذی چاق کننده است .۲) حرارت داخلی بدن را افزایش می دهد . ۳) برای خوشبو کردن دهان مفید است . ۴) ضعف کبد را درمان می کند . ۵) برای برطرف کردن بواسیر مفید است .۶) ادرار را زیاد می کند . ۷) درد مثانه را رفع می کند.۸) زخم های بدن را مداوا می کند . ۹) کرم معده و روده ، مخصوصا رکم کدو را از بین می برد . ۱۰) برای تقویت دستگاه هاضمه مفید است . ۱۱) ریشه درخت نارگیل ضد تب و ادرار آور است . ۱۲) ریشه درخت نارگیل برای ناراحتی های کبدی مانند یرقان مفید است .۱۳) دم کرده ریشه درخت نارگیل برای معالجه اسهال خونی مفید است . ۱۴) برای دفع سنگ کلیه شیر نارگیل را با برگ سنا مخلوط کرده

و بنوشید . - خواص شیر نارگیل ۱- شیر نارگیل هم ملین و هم ضد اسهال است۲- برای رفع اسهال خونی مفید است ۳- برای برطرف کردن آب آوردگی بدن از شیر نارگیل استفاده کنید ۴- شیر نارگیل ضد سم است ۵- برای پائین آوردن تب مفید است۶- برای معالجه بیماریهای پوستی مفید است - خواص روغن گوشت نارگیل روغن نارگیل از تقطیر گوشت سفید نارگیل بدست می آید . ۱- برای معالجه بیماریهای پوستی بکار می رود ۲- حافظه و هو ش را تقویت می کند ۳- درد مثانه را رفع می کند ۴- کرم کدو و رکمهای دیگر روده را دفع می کند ۵- در درمان کمر درد موثر است۶- معالج بواسیر است ۷- محرك نیروی جنسی است - مضرات :نارگیل دیر هضم است و در بدن خلط تولید می کند بنابراین بهتر است با شکر خورده شود .چون نارگیل گرم است ممکن است در گرم مزاجان اشکالاتی تولید کند از این نظر اینگونه افراد باید آنرا با میوه های ترش ، لیمو و یا هندوانه بخورند . خوردن آن برای سردمزاجان و سالمندان بسیار مفید است و اشکالی تولید نمی کند .

قهوه

نام علمی : Coffea arabica- کلیات گیاه شناسی قهوه درختی است که ارتفاع آن تا هشت متر میرسد دارای ساقه ای استوانه ای شکل و برگهای نوك تیز ، متقابل ، بیضوی و همیشه سبز می باشد . گلهای قهوه برنگ سفید و بطور رگوهی در کنار برگها ظاهر می شود . میوه آن که به نام قهوه معروف است بشکل تخم مرغی و برنگ سبز بوده که تدریجا زرد و سپس قرمز می شود . بهترین نوع قهوه ، قهوه عربی است که بحالت خودرو در حبشه سودان و مناطق استوائی آفریقا وجود دارد ولی اکنون کشت آندر برزیل ، ونزوئلا ، جزائر آنتیل و دیگر مناطق آمریکای جنوبی مرسوم است . - ترکیبات شیمیایی:در بازار دو نوع قهوه وجود دارد که بنام قهوه سبز (خام) و قهوه بو داده معروف است و از نظر ترکیب شیمیایی با هم متفاوتند . در صد گرم قهوه مواد زیرموجود است آب ۱۰ گرم چربی۸ گرمهواد قندی ۷ گرم سلولز۱۵ گرم کافئین ۱/۵ گرم البته مقدر کافئین نسبت به نوع آن مختلف است و بین ۰/۷ درصد تا ۱/۵ درصد تغییر می کند . هر فنجان قهوه معمولا دارای ۸۰ میلی گرم کافئین می باشد . البته در قهوه بغیر از کافئین ، آلکالوئیدهای دیگری مانند آدنین ، گزانتین هایپوگزانتین و گوانین وجود دارد . قهوه ای که به مصرف نوشیدن میرسد قهوه بو داده است زیرا قهوه سبز را نمیتوان مصرف کرد . قهوه پس از بودادن عطری مطبوع پیدا می کند وبرنگ قهو ه ای در می آید و تغییرات شیمیایی بسیاری در آن بوجود می آید . قهوه بو داده را باید در ظروف در بسته نگاهدری کرد زیرا تدریجا رطوبت خود را از دست داده و اکسیذمی شود و بوی مطبوع آن از بین می رود . چون قهوه برای مبتلایان به بیماری قلبی و عصبی ضرر درد بنابراین برای اینگونه افراد قهوه بدون کافئین که بنام Decafinated Coffee معروف است ودر بازار کرده اند که ضرر آن بیش از قهوه معمولی است زیرا برای رگفتن کافئین از حلال های شیمیایی نظیر دی کلرواتیلن ، تری کلور اتیلن و کلرور اتیلن استفاده می کنند که مقدری از آن در قهوه می ماند و این مواد سمی و سرطان زا هستند . - خواص داروئی:قهوه از نظرطب قدیم ایران سرد و خشك است و چون جزء دسته آلکالوئیدها می باشد بنابراین باید در مصرف آن احتیاط کرده و فقط آنرا بعنوان دارو مصرف کدن کسانیکه به آن معتاد هستند باید سعی در ترك آن داشته باشند . ۱) قهوه محرك است و هضم را آسان می کند ۲) تب بر است مخصوصا تب های نوبه ای را برطرف می کند ۳) به بدن نیروی کاذب می دهد ۴) سردرد را برطرف می کند۵) مسمومیت های نشای از مصرف الکل زیاد را درمان می کند ۶) برای برطرف کردن یرقان مفید است۷) ادرار آور است ۸) در درمان سرفه ای که با بلغم همراه باشد موثر است ۹) دردهای عصبی را درمان می کند ۱۰)در درمان سیاه سرفه مفید است ۱۱) ضد عفونی کننده است۱۲) گرد قهوه برای سوختگی ها مفید است۱۳) قهوه ضد افسردگی است ۱۴) مقاومت ورزشکاران رازیاد می کند۱۵) برونشها را باز می کند برای مبتلایان به بیماری آسم مفید است ۱۶) برای برطرف کردن تب یونجه مفید است ۱۷) از کرم خوردگی دندان جلوگیری می کند- مضرات : ۱ - قهوه فشار خون را بالا می برد و آنهائی که فشار خونشان بالاست باید از

نوشیدن قهوه خودداری کنند . ۲ – باعث تحریک و ضعیف شدن قلب می شود ۳ – باعث بیماری قلبی می شود . تجربه ثابت کرده است کسانیکه قهوه می نشوند احتمال بیماری قلبی در آنها سه برابر کسانی است که قهوه نمی خورند . ۴ – کلسترول خون را افزایش می دهد . ۵ – زنان باردار به هیچ وجه نباید قهوه مصرف کننذ زیرا باعث عوارض خطرناك برای کودك می شود ۶ – خوردن قهوه در خانم ها ممکن است باعث کیست در سینه شود ۷ – ایجاد سردرد می کند ۸ – قهوه بیخوابی می آورد ۹ – ممکن است باعث حرکات غیر دری عضلانی شود ۱۰ – ایجاد ناراحتی های روده ای و معده ای می کند ۱۱ – لرزش و رعشه می آورد ۱۲ – سوء هاضمه می آورد ۱۳ – دربرخی مصرف زیاد تولید اسهال می کند ۱۴ – باعث تضعیف قوای جنسی می شود .

گشنیز

نام علمی : Coriangrum sativum – کلیات گیاه شناسی گشنیز گیاه بومی جنوب اروپا و مناطق مدیترانه است . در بیشتر نقاط ایران نیز می روید . از زمانهای قدیم وجود داشته و حتی مورد مصرف مصری ها بوده است . بقراط این گیاه را می شناخته و برای درمان بیماریهای مختلف از آن استفاده می کرده است . در قرون وسطی ضعف جنسی را با گشنیز درمان می کردند . گشنیز گیاهی است علفی و یکساله ، برنگ سبز که ارتفاع آن تا ۸۰ سانتیمتر نیز می رسد . برگهای آن به دو شکل ظاهر می شود آنهائی که در قاعده ساقه وجود دارد بشکل دندانه دار و دیگری در طول ساقه که باریک و نخی شکل می باشند . قسمت مورد استفاده گیاه ساقه و برگ و میوه آن است . میوه گشنیز گرد و برنگ زرد می باشد . بوی تازه آن مطبوع نبوده و تقریبا بد بو است ولی بر اثر خشک شدن این بو از بین رفته و خوشبو می شود . حتی نام لاتین گشنیز از لغت یونانی Korio مشتق شده که به معنی بد بو است . – ترکیبات شیمیایی:در یکصد گرم گشنیز مواد زیر وجود دارد آب ۷/۵ گرمواد چرب ۱۵ گرم سلولز ۳۸ گرم اسانس ۱ گرم اسید اگزالیک ۱۲ میلی گرم کلسیم۱۷۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۰۰ واحد ویتامین ث ۵۰ میلی گرم مواد چرب گشنیز مرکب از اسید اولئیک ، اسید پالمتیک ، اسید لینولئیک و اسید پتروسه لینیک است . در برگهای خشک گشنیز مقدر زیادی ویتامین A,C یافت می شود . – – خواص داروئی:– خواص طبی گشنیز گشنیز و تخم گشنیز از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است . خواص تخم گشنیز بقرا ر زیر است ۱) تخم گشنیز را پودر کرده و با نسبت مساوی با شکر و یا عسل مخلوط کنید برای تقویت بدن بسیار مفید است ۲) معده را تقویت می کند ۳) خوردن تخم گشنیز با غذا به هضم غذا کمک می کند ۴) ادرار آور است ۵) قاعده آور است ۶) کرم های معده و روده را از بین می برد ۷) برای برطرف کردن تب تیفوئید مفید است ۸) خاصیت ضد باکتری درد و بیماریهای عفونی روده را برطرف می کند ۹) تب های نوبه ای را از بین می برد ۱۰) برای نرم کردن سینه از جوشانده تخم گشنیز استفاده کنید۱۱) جوشانده تخم گشنیز خواب آور است۱۲) زکام را برطرف می کند ۱۳) تخم گشنیز شیر را در مادران شیر ده زیاد می کند ۱۴) برای تسکین درد دندان تخم گشنیز بجوید ۱۵) تقویت کننده قلب است۱۶)جوشانده تخم گشنیز یا خوردن تخم گشنیز بوداده اسهال خونی را برطرف می کند – خواص برگ وساقه گشنیز ۱) گشنیز خواب آور است ۲) مسکن و آرام کننده است ۳) مسمومیت های حاصله از مواد پروتئینی را برطرف می کند۴) با غذا گشنیز بخورید تا از ترش شدن غذا جلوگیری کند۵) تشنگی را برطرف می کند ۶) طحال را تمیز و تقویت می کند ۷) برای فتق مفید است ۸) برای برطرف کردن بوب بد دهان سوپ گشنیز بخورید ۹) دل درد را برطرف می کند– – طرز استفاده: – فرمول برطرف کردن بواسیرحدود ۱۰ گرم تخم گشنیز را در ماهی تابه ریخته و بو بدهید تا رنگ آن قهو ه ای شود سپس آنرا پودر کنید و با سرکه و یا شراب مخلوط کرده و چند روز آنرا بنوشید تا بواسیر از بین برود– برای برطرف کردن دندان درد حدود ۱۰ گرم تخم شگنیز را در چهار لیتر آب ریخته و بگذاریدبجوشد تا حجم آن به یک لیتر برسد آنرا کمی سرد کنید و در دهان مزه مزه کنید تا درد دندان برطرف شود – برای شستن دهان و دندان یک قاشق چایخوری پودر تخم گشنیز را در یک لیوان آب جوش ریخته و بمدت ۵ دقیقه دم کنید سپس آنرا برای شستن دهان دندان و

گلو غرغره کنیـد - مضـرات :گشـنیز اگر باندازه بکار رود هیچ گونه ضـرری ندارد ولی مصـرف زیاد از حد آن تولید مستی توام با خسـتگی شدیـد می کنـد و گـاهی به خوابی عمیق و گنگی و بی حسـی منجر می شود . تخم گشـنیز را می توانیـد از فروشـگاههای گیاهان دارویی و یا ایرانی و یا چینی خریدری کنید . چینی ها گشنیز را جعفری چینی Chinese Parsley می نامند .

ذرت

نام علمی : Zea mays - کلیـات گیاه شناسـی ذرت که بفارسـی بلال نیز نامیـده می شود گیاهی است یکساله و یک پایه دارای سـاقه ای راست که ارتفـاع آن تا چهارمتر می رسـد.ذرت گیاه بومی آمریکای مرکزی و مکزیک است و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است . برگهای ذرت متناوب و دراز می باشد . گلهای نر ذرت بصورت خوشه ای بوده که مرکب از سنبل های قرمز روشن می باشـد . گلهای ماده آن از ۲تا ۴ گل تشـکیل شـده در کنار برگ های ذرت قرار دارد . غشایی که روی بلال را می پوشانـد سبز رنگ و ماننـد برگ می باشد . دانه های کروی شـکل ذرت در اطراف محور مرکزی بلال قرار گرفته اند . این دانه ها برنگ زرد یا قهو ه ای می باشـند . - ترکیبات شیمیایی: رنگ زرد ذرت مربوط به موادی به نام زئین Zeine و زیازانتین Zeaxanthine می باشـد . در صد گرم دانه ذرت خام مواد زیر موجود است :انرژی ۳۵۰ کالریآب ۱۳ گرم پروتئین ۹ گرم چربی۴ گرممواد نشاسته ای ۷۲ گرم کلسـیم ۲۲ میلی گرم سـدیم ۱ میلی گرم پتاسـیم ۲۸۵ میلی گرم فسـفر ۲۶۵ میلی گرم آهـن ۲ میلی گرم ویتـامین آ ۴۹۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۴ میلی گرم ویتـامین ب ۲ ۰/۱۲ میلی گرم ویتـامین ب ۳ ۲/۲ میلی گرم ارسـنیک ۳۰ میلی گرمکاکـل ذرت دارای مواد معـدنی مختلف و املاح پتاسیم و کلسـیم می باشـد . در صـد گرم کاکل ذرت مواد زیر موجود است :گوگرد۲/۸ میلی گرم کلر ۳/۶ میلی گرم فسفر۵/۲ میلی گرم سیلیسیم ۴ گرمآهن ۰/۰۶ میلی گرم کلسیم ۱/۷ میلی گرم منیزیم ۱/۴ میلی گرم سدیم ۰/۲ میلی گرم پتاسیم ۲۶/۵ میلی گرمهمـانطور که در جـدول بالاـ مشاهـده می شود کاکل ذرت دارای مقـدر زیادی پتاسیم اسـت وبعلت وجـود این مـاده معـدنی است که کاکـل ذرت ادرار آور است . - - - خـواص داروئی:- خواص درمـانی ذرت ذرت دارای ارزش غذایی فراوانی است در آن بعلت نداشتن گلوتن (ماده چسب گندم) قابلیت تهیه نان را ندارد . بنابراین برای تهیه نان ذرت در آنرا با در سایر غلات مخلوط می کنند .ذرت از نظر طب قدیم ایران سـرد و خشک است " ۱) پماد ذرت خشک کننده زخم ها می باشد . ۲) ذرت غذای خوبی برای پیشگیری سرطان است.۳) اسـتفاده مداوم از ذرت از کرم خوردگی دندان جلوگیری می کند .۴) روغن ذرت کلسترول خون را پـائین می آورد . ۵) روغن ذرت برای درمان اگزما و بیماریهای پوستی مفیـد است.‌ - خواص درمانی کاکل ذرتکاکل ذرت را قبل از رسیـدن کامل میوه یعنی قبل از پژمـدره شـدن می چیننـد و بسـرعت خشک می کنند . کاکل ذرت بعـد از خشک شـدن رنگ قهوه ای پیـدا می کنـد .برای درست کردن دم کرده کاکل ذرت مقدر ۳۰ گرم از آنرا در یـک لیتر آب جوش ریخته و به مـدت پنج دقیقه دم می کنند . ۱- دم کرده کاکل ذرت ادرار آور است و آرام کننـده دسـتگاه ادراری است . ۲- درد و ناراحتی های دسـتگاه ادراری را تسکین می دهد . ۳- سـنگ مثـانه التهاب ورم مثانه و درد مثانه را از بین می برد . ۴- کاکل ذرت بطور کلی دسـتگاه ادراری را تمیز می کنـد . بغیر از کاکل ذرت از برگ و ریشه و ساقه بلال نیز اسـتفاده طبی بعمل می آید . ۱) جوشانده ساقه وسط بلال خونریزی از بینی را بند می آورد. ۲) برای دفع سنگ مثانه از جوشانده برگهای بلال استفاده کنید . ۳) جوشانـده ریشه ذرت برای سوزش مجاری ادراری مفیـد است . ۴) جوشانـده وسط بلال درد شـکم و معده را از بین می برد . ۵) در قدیم برای معالجه سوزاک از جوشانده ساقه بلال استفاده می کردند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

خیار

نام علمی : Cucumis sativus - کلیـات گیـاه شناسـی خیار گیاه بومی هندوسـتان است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته

است . حدود بیست قرن قبل از میلاد مسیح مصریان قدیم از آن استفاده می کرده اند . ایالت فلوریدا مهمترین تولید کننده خیار در آمریکا است و حدود یک سو م خیار کل آمریکا را تولید می کند .خیار گیاهی است علفی و یکساله دارای ساقه خزنده وپ وشیده از خارهای نازک و خشن است . برگهای آن بزرگ و دارای زاویه و دندانه دار است . گلهای آن زرد رنگ که به دو صورت نر و ماده روی یک پایه قرار دارند میوه آن سبز رنگ و بسته به نوع و نژادهای مختلف ممکن است کوچک و یا دراز باشد . - ترکیبات شیمیایی:خیار دارای ساپونین و آنزیم های مختلفی مانند پروتئولی تیک و غیره و ویتامین ها و مواد معدنی مختلف می باشد . در صد گرم خیار مواد زیر موجود است . انرژی۸ کالری آب ۹۵ گرم پروتئین ۰/۶ گرم مواد چربی ۰/۱ گرم مواد نشاسته ای ۲/۵ گرم فسفر۳۰ میلی گرم آهن ۰/۲ میلی گرم کلسیم ۲۵ میلی گرم پتاسیم ۱۶۰ میلی گرمویتامین آ ۲۵۰ واحد سدیم۶ میلی گرمویتامین ب ۱۰/۰۳ میلی گرمویتامین ب ۲۰/۰۴ میلی گرمویتامین ب ۳ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ث۷ میلی گرم - خواص داروئی:خیار از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و خنک کننده بدن می باشد و به هضم غذا کمک می کند . ۱) خیار حل کننده اورات و اسید اوریک است بنابراین مرض نقرس را درمان می کند . ۲) خیار ادرار آور است . ۳) خیار خون را تصفیه می کند.۴) سوپ خیار حبس البول را از بین می برد .۵) عصاره برگهای له شده خیار ایجاد تهوع می کند بنابراین در مسمومیت ها و اختلالات دستگاه جهاز هاضمه مصرف می شود .۶) خیار عطش را تسکین می دهد . ۷) خیار ملین است . ۸) خیار را حلقه حلقه کرده و روی پوست صورت بگذارید چین و چروکهای صورت را از بین یم برد و صورت را جوان می کند.۹) اگر پوست شما چرب است خیار را با آب مقطر بپزید و با این آب صورت خود را شستشو دهید ۱۰) اگر می خواهید همیشه لطافت پوست خود را حفظ کنید همه روزه از لوسیون زیر استفاده کنید : یک خیار معمولی را با دو لیون آب بجوشانید تا حجم آن یک لیوان شود سپس آنرا صاف کنید و بگذارید سرد شود بعد ۵۰ گرم بادام خام و پوست کنده را آسیاب کرده و با این آب مخلوط کنید و بهم بزنید و با پارچه صاف کنید و به محلول صاف شده ۲۵۰ گرم الکل سفید و یک گرم اسانس گل سرخ اضافه کنید و کاملا هم بزنید هر روز از این لوسیون طبیعی به صورت خود بزنید تا پوست شما همیشه جوان بماند . - مضرات :اشخاصی که ناراحتی معده دارند نباید در مصرف خیار زیاده روی کنند زیرا ممکن است باعث اختلال در دستگاه هضم گردد .خیار نفاخ است چون سریعا در معده فاسد می شود همیشه باید آنرا قبل از غذا خورد که به هضم غذا کمک کند . کسانیکه نمی توانند خیار را خوب هضم کنند باید آنرا با نمک بخورند .

زیره سبز (کرابیه)

نام علمی : Cuminum cyminum - کلیات گیاه شناسی زیره گیاهی است یکساله کوچک و علفی که ارتفاع آن ۶۰ سانتیمتر است ریشه آن دراز و باریک برنگ سفید ، ساقه آن راست و برگهایش به شکل نوار باریک و نخی شکل و برنگ سبز می باشد .گلهای زیره سفید یا صورتی بصورت چتری در انتهای ساقه ظاهر می شود . این گیاه بطور وحشی در مناطق مدیترانه می روید . زیره برنگهای زرد تیره ، سبز و خاکستری وجود دارد . در گویش محلی طبس به آن کرابیه می گویند. - ترکیبات شیمیایی:زیره دارای تانن ، روغن زرین و اسانس است . اسانس زیره را از تقطیر میوه له شده تحت اثر بخار آب بدست می آورند . این اسانس مایعی است بیرنگ که در اثر ماندن ابتدا برنگ زرد و سپس قهو ه ای رنگ می شود . بوی زیره مربوط به آلدئیدی بنام کومینول است . مقدر کومینول در زیره بسته به محل کشت آن بین ۳۰ تا ۵۰ درصد است .- خواص داروئی:۱) قابض و خشک کننده است ۲) ضد تشنج است ۳) برای برطرف کردن بیماری صرع مفید است۴) در دفع گاز معده موثر است ۵) قاعده آور است ۶) عرق آور است ۷)برای رفع برونشیت از دم کرده زیره استفاده کنید۸) برای برطرف کردن سوءهاضمه مفید است۹) ترشحات زنانگی را برطرف می کند ۱۰) برای تحریک اشتها زیره سبزه را با سرکه و آب مخلوط کرده و قبل از غذا بخورید ۱۱) برای برطرف کردن

قطره قطره ادرار کردن زیره را تفت داده و سرخ کنید سپس با آب بخورید . ۱۲) برای رفع نفخ روده و معده می توانید دم کرده زیره را تنقیه کنید۱۳) برای التیام زخم چشم ، دانه های له شده زیره سبز را در آب برنج خام خیس کرده و سپس مایع بدست آمده را قطره قطره روی زخم چشم بریزید.۱۴) هنگامیکه اطفال شیر خوار دل درد دارند و نفخ در شکم شان پیچیده چند قطره اسانس زیره را با روغن بادام مخلوط کرده و با آن شکم آنها را ماساژ دهید . ۱۵) و بالاخره زیره را در غذاهایی که نفاخ هستند مخصوصا حبوبات استفاده کنید . – طرز استفاده: دم کرده زیره : مقدر ۵ گرم زیره را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . مخلوط با عسل : گرد زیره را به مقدر یک گرم عسل مخلوط کرده و استفاده کنید . اسانس زیره : این اسانس را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریدری کنید . مقدر مصرف آن ۲ قطره در یک لیوان آب نیم گرم می باشد.– مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

قاصدک

نام علمی : Taraxacum officinale– کلیات گیاه شناسی گل قاصدک که بنام های هند بابری ، خبر آرو و کاسنی بری نیز معروف است گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن بارتفاع ۴۰ سانتی متر می رسد .این گیاه دارای ریشه ای است برنگ قهو ه ای مایل به زرد که پر از شیرابه سفید رنگی می باشد . در انتهای ساقه گل آن قرار دارد . برگهای گل قاصدک سبز رنگ و بریدگیهای مثلث شکل و نوک تیزردد و بر روی سطح زمین می باشد .گل قاصدک در وسط چمن ، حاشیه شوره زار ، کنار جاده ها و اراضی بایر و بطور کلی در همه جا می روید و شاید دلیل آن این است که طبیعت می خواهد به انسان بگوید که درهر نقطه ای زندگی می کند احتیاج به این گیاه درید و هنگامیکه آنرا با وسائل مکانیکی و شیمیایی از بین می برید دوباره بعد از چندی سر از خاک بیرون می آورد . گل قاصدک در حدود ۱۵ نوع مختلف دارد .زنبور عسل این گیاه را بسیار دوست درد و شهد زیادی از آن بدست می آرود . برگهای جوان گل قاصدک را معمولا به سالاد می خورند و چون خیلی تلخ است باید آنرا با ترشی یا آبلیمو مصرف کرد . از قسمت های مختلف گیاه مانند ریشه ، برگ وشیرابه آن در طب استفاده می شود . – ترکیبات شیمیایی:تلخی برگ های این گیاه مربوط به یک ماده متبلور تلخ بنام تاراکسین است ضمنا این گیاه دارای ساپونین ، قندهای مختلف و اسید های چرب است . این گیاه بالاترین حد ویتامین آ را در بین گیاهان درا ست و همچنین دارای مقدار زیادی پتاسیم است .در صد گرم برگ گیاه گل قاصدک مواد زیر موجود است آب ۸۵ گرم پروتئین ۲/۷ گرم مواد چرب ۰/۷ گرم نشاسته ۱۰ گرمکلسیم۱۸۵ میلی گرم فسفر ۶۵ میلی گرم آهن۳ میلی گرم سدیم ۷۵ میلی گرم پتاسیم ۴۰۰میلی گرم ویتامین آ ۱۴۰۰۰ واحد ویتامین ب ۱۰/۲ میلی گرم ویتامین ب۲۰/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۳۱/۲ میلی گرم ویتامین ث ۴۵ میلی گرم– خواص داروئی:این گیاه از نظرطب قدیم ایران سرد و خشک است و از قدیم الایام برای درمان بیماریهای کبدی بکار می رفته است . ۱) قابض و مقوی معده است ۲) خوردن آن خونریزی از سینه را متوقف می کند ۳) قاعده آور است۴) برای ازدیاد شیر نافع است و خانم های شیر ده باید مقدری از آنرا با سالاد بخورند ۵) خنک کننده و معرق است۶) ترشح صفرا را زیاد می کند ۷) خون را تصفیه می کند ۸) از عصاره آن شیاف درست می کنند که برای رفع ورم های داخل آلت تناسلی خانم ها و رحم مفید است ۹) خوردن آب این گیاه مخلوط با روغن زیتون برای رفع مسمومیت مفید است ۱۰) ضماد ریشه آن را در محل نیش عقرب یا زنبور و یا مار می گذارند که بسیار مفید است۱۱) اوره را رفع می کند ۱۲) کلسترول خون را کاهش می دهد ۱۳) درمان کننده اگزما و بیماریهای پوستی است ۱۴)درمان کننده کم خونی است ۱۵) رماتیسم و نقرس را درمان می کند ۱۶) برای درمان نارسایی اعمال کبد و تمیز کردن کبد از مخلوط زیر استفاده کنید شیره ریشه گل قاصد۱۰۰ گرم الکل ۹۰ درجه ۱۸ گرم گلیسیرین۱۵ گرم آب ۱۷ گرم مواد گفته شده را با یکدیگر مخلوط کنید و به مقدر یک قاشق سوپخوری سه بار در روز مصرف نمائید.۱۷) دم کرده این گیاه را نیز برای تمیز کردن کبد بکار

می برند . مقدار مصرف آن یک فنجان سه یا چها بار در روز است – طرز استفاده: برای تهیه این دم کرده باید ۵۰ گرم گیاه خشک شده را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بماند و سپس آنرا صاف کرده و استفاده کنید .– مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

خرما

نام علمی : Phoenix dactylitera – کلیات گیاه شناسی خرما میوه ای بسیار قدیمی است و نام آن در کتاب مقدس ۴۲ بار تکرار شده است . این میوه پرخاصیت برای مردم شکورهای راوپایی و آمریکایی تا حدی ناآشنا است و آنرا فقط در کیک و شیرینی مصرف می کنند ولی در خاورمیانه و مخصوصا در کشورهای عربی بعنوان یک غذای اصلی بکار می رود .یهودیان معتقدند درخت خرما در فلسطین و یا اسرائیل امروزی بفراوانی وجود داشته است بطوریکه در ناحیه بین دریای گالیله و دریای مدره جنگل بزرگی از درخت خرما بوده است . مسلمانان معتقدند که حضرت محمد (ص) این درخت را خلق کرده اند . در دیانت مسیح ، برگ درخت خرما سنبل و نشانه شهادت و روح شهدائی است که در راه دیانت حضرت مسیح جان باخته اند .– ترکیبات شیمیایی:خرما دارای ۲۵ درصد ساکاروز ، ۵۰درصد گلوکز ، و مواد آلبومینوئیدی ، پکتین و آب می باشد . بعلاوه دارای ویتامینهای مختلف منجمله ویتامین A,B,C,E و مقدری املاح معدنی می باشد . – خواص داروئی:درخت خرما خواص بیشماری درد و می توان گفت که از تمام قسمتهای این درخت می توان استفاده کرد و یک ضرب المثل عربی می گوید که خواص درخت خرما باندازه روزهای سال است. از برگ و شاخه درخت خرما سبد و فرش تهیه می کنند . از هسته آن نان و از میوه خرما شراب و عسل . همانطور که می دانیم خرما تنها میوه ایست که در صحرا وجود دارد و طبیعت این درخت را به مردم صحرا داده است که تمام احتیاجات خود را از آنر فع می کنند . مردم صحرا هسته درخت خرما را در کرده و از آن نان می پزند یا در این هسته را بو داده و از آن بعنوان قهوه استفاده می کنند زیرا دم کرده آن بسیار مطبوع است و یا حتی این در را در آب برای چند روز خیس کرده و بعنوان غذای مقوی به شترهای خود می دهند و معتقدند که این غذا از گندم و جو مقوی تر است .اعراب از قدیم اعتقاد داشتند که خرما انرژی خورشید را گرفته و در خود ذخیره می کنند و این انرژی با خوردن خرما به بدن آنها منتقل می شود . اعراب از خرمای کال نیز استفاده می کنند و معتقدند که اثرات درمانی بسیاری درد من جمله خرمای سبز تقویت کننده اعمال جنسی و انرژی زا یم باشد . حتی هسته خرمای سبز را نیز در کرده و پمادی از آن تهیه می کنند که برای زخمهای آلات تناسلی بکار یم رود .اثر دیگر معجزه آسای هسته خرما از بین بردن تورم پلک های چشم است برای این منظور پمادی از در هسته خرما درست کرده و آنرا روی چشم می گذارند این پماد برای رشد مژه های چشم نیز بهترین دارو است .زندگی پرمشغله و ناراحتی های روانی که میل جنسی را در بعضی از اشخاص از بین می برد بهترین علاجش خوردن مداو م خرما است که میل جنسی را باین اشخاص باز می گرداند . در زمانهای قدیم همواره خرما را برای قدرت و انرژی بکار می برده اند و هنوز بهترین میوه برای بازیافتن انرژی و قدرت جوانی است . گلهای درخت خرما نیز خاصیت دارویی دارند . طعم گلهای درخت خرما تلخ است و اثر مسهلی دارد . – مضرات :مواظب باشید در خوردن آن افراط نکنید زیرا دارای قند زیادی است . در این صورت آنهایی که لوزالمعده حساس دارند و یا آنهایی که بیماری قند در خانواده آنها وجود دارد باید کمتر از این میوه استفاده کنند

شوید

نام علمی : Aniethum graveolens – کلیات گیاه شناسی شوید گیاهی است یکساله یا دوساله که گاهی ارتفاع آن به یک متر نیز میرسد . ریشه آن راست و مخروطی شکل و سفید است . این گیاه در اکثر نقاط دنا منجمله قسمتهای جنوب اروپا مصر

آمریکـا و چین پرورش داده می شـود . میوه شویـد بیضوی مسـطح وب طول ۴ میلیمتـر و عرض ۳ میلیمتر است . رنـگ آن قهوه ای روشن و در سـطح آن برجسـتگیهایی برنگ زرد و در کناره های آن لبه بال ماننـدی به رنگ زرد روشن دیده می شود . - ترکیبات شیمیایی: تخم شویـد دارای ۳درصـد روغن می باشـد . - خواص داروئی:تخم شویـد اثرات درمـانی زیادی درد منجمله بعنوان ضـد تشـنج ضد درد، نفخ شـکم ، ادرار آورو رای تقویت معده بکار می رود . برای کسانیکه اشـتهای زیادی به غذا ندارند و لاغر هستند تخم شود بهترین دارو است زیرا اشـتها را زیاد کرده معـده را تقویت می کند و انرژی به بدن می دهد . تخم شوید را می توان برای ناراحتی معـده ، بی خوابی و ضـد گاز معـده بکار برد . خانمهای شـیر ده کهش یر آنها کم است بایـد حتما روی چنـد بار دم کرده تخم شویـد یا در تخم شود بخورند و در غذای خود مصـرف کنند بطور معجزه آسائی شـیر آنها زیاد خواهد شد . طب گیاهی ایران خواص زیادی را برای شودقائل است مثلا در مورد درد شدید و ورم معده از دم کرده شوید استفاده می کردند که اثر تسکین فوری دارد .از شوید برای دل درد در حیوانات نیز استفاده می شود ودام درن قدیم بخوبی به این موضوع واقف بودند . مثلا برای گوسفند و بز کافی است که مقـدر ۳۰ گرم تخم شویـد به آنها داد که نفخ و دل درد را ساکت کنند . در مورد بیمارانی که مبتلا به اسـتفراغ شدیـد هسـتند و هیـچ غـذایی حتی آب را نمی تواننـد در معـده خود نگاهدارنـد بهترین درمان شود است . این نوع بیماران باید دم کرده شود را آهسته آهسته بنوشـند . در چین حتی شود را برای کمردردهایی که بعلت انقباض عضـلانی باشد بکار می برند .یک نسـخه قدیمی چینی برای باد فتق نیز از تخم شوید اسـتفاده می کنند - طرز اسـتفاده: برای باد فتق که از تخم شوید اسـتفاده می کنند دسـتور آن باین صورت است که باید حدود ۴۰ گرم تخم شوید را بودهید تا کاملا قهو ه ای شود سـپس آنرا کاملا آسـیاب کنید تا بصورت پودر داراید و بعدا آنرا با سرکه سیب مخلوط کرده و میل کنید . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

بادمجان

نام علمی : Solanum Melongena- کلیـات گیاه شناسـی این گیاه که بعربی بادنجان نامیـده می شود گیاهی است یکساله و دارای ساقه نسـبتا ضـخیم و پوشـیده از کرک .ارتفاع ساقه آن تا ۷۰ سانتیمتر می رسـد . برگهای آن بیضـی شـکل با نوک باریک و گلهای آن بنفش رنگ است . میوه این گیاه دراز و باریک و یا گرد ، برنگهای بنفش ، سیاه ، زرد و سفید دیده می شود . بادمجان متعلق به خانواده سـیب زمینی است از زمانهای بسیار قدیم در هند کشت می شده است و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است . چین از قرن نهم هجری شـروع به کشت و زرع آن کرد . تجار انگلیسـی این گیاه را در قرن هفـدهم میلادی از گینه ودر انگلسـتان کردنـد و آنرا بنـام کـدوی گینه ای مینامیدنـد . بادمجـان در تمـام مـدت سـال وجود دارد و در آمریکا ، ایالات فلوریـدا ، تگزاس ، لویزیانا و نیوجرسـی بیشتر محصول بـدمجان آمریکا را کشت می کننـد . - ترکیبات شـیمیایی:همانطور که در جـدول زیر دیـده می شود بادمجان دارای ویتامین های A.B.C و مواد معـدنی زیادی است .در صد گرم بادمجان مواد زیر موجود است انرژی ۳۰ کالری آب ۹۲ گرم پروتئین۱/۳ گرم چربی ۰/۲ گرمنشاسته ۴/۶ گرمکلسیم ۱۲ میلی گرم فسفر۱۵ میلی گرم گوگرد ۱۵ میلی گرم منیزیم ۱۲میلی گرمپتاسـیم ۲۲۰میلی گرم آهـن ۰/۷ میلی گرم سـدیم ۳ میلی گرم منگنز ۰/۲ میلی گرمروی۰/۳ میلی گرممس ۰/۱ میلی گرمید ۰/۰۰۲ میلی گرم بتاکاروتن ۰/۰۵ واحـد بین المللی ویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتـامین ب ۲ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۷ میلی گرم ویتامین ث ۵ میلی گرم- خواص داروئی:از نظر طب قـدیم بادمجـان گرم و خیلی خشک است . بادمجان بر خلاف آنچه که عوام اعتقاد دارند که بی بو و خاصـیت است دارای خواص زیادی است . مهمترین خاصـیت آن کم کالری بودن آن اسـت که غـذای بسـیار خوبی برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند زیرا دارای ویتامین و مواد معدنی نیز می باشد . ۱) بادمجان را حتما باید بحالت کاملا رسـیده مصرف کرد زیرا خام آن طعم تلخ درد و در آنهائی که آسم و برونشیت دارند باعث تحریک این بیماریهـا می شود. ۲) بادمجـان اثر نرم کننـده دارد .۳) بادمجـان بعلت درا بـودن آهن در رفع کم خـونی داروی مـوثری است . ۴)

بادمجـان را می توان برای از بین بردن ورم و التهاب روی عضو ملتهب گـذاشت .۵) دانه بادمجان ایجاد یبوست می کنـد . ۶) ریشه بادمجان و شاخه های خشک شـده و برگهای آن اثر بند آورنده خون را دراست و قابض بوده و می توان در آن برای درمان احتلام بانه و انواع خونریزیها اسـتفاده کرد. ۷) بادمجان پادزهر خوبی برای مسـمومیت های حاصل از خوردن قارچ سـمی است . ۸)خوردن بادمجان گرفتگی رگها را باز می کند و شـخص را از خطر سـکته قلبی محفوظ می دارد . ۹) بادمجان برطرف کننده یبوست است . ۱۰) برگهـا و پوست سـیاه بادمجان را اگر بجوشاننـد این جوشانـده درمان اسـهال خونی است . ۱۱) جوشانـده ریشه بادمجان درمان بیماری آسم است. ۱۲) بادمجان مقوی معده است . ۱۳) آب زردرنگی که در موقع نمک زدن و گذاشتن بادمجان از آن خارج می شود برای خشـک کردن عرق دست و پـا بهترین دارو است و اشخاصـی که دست و پایشـان مرتب عرق می کنـد بایـد دست و پای خود را با آن چند بار در روز بشویند تا از شر این مرض آسوده شوند. ۱۴) اگر بادمجان را بسوزانند و خاکستر آن را با سرکه خمیر کنند و به زگیل بمالند زگیل کنده خواهد شد . ۱۵) از بادمجان می توان به عنوان مسکن برای تسکین در استخوان شکسته و ضرب خورده اسـتفاده کرد بـدین طریق که بایـد بادمجان را در فر بگذاریـد که نیم پز شود و سـپس آب آنرا با فشار بگیریـد و بعـد بمقدر نصـف ایـن مقـدر آب بـه آن شـکر قهوه ای اضـافه کنیـد آنرا هـم بزنیـد و بنوشـید . ۱۶) بـا تحقیقـاتی که جدیـدا روی موشـهای آزمایشـگاهی انجام شـده نتیجه گرفته اند که بادمجان دارای یک ماده ضد تشـنج است که در درمان بیماری صـرع اثر بسـیار خوبی درد . بنابراین اشخاصـی که تشـنج دارند و یا مبتلا به این بیماری می باشـند بهتر است که از بادمجان اسـتفاده کننـد. – طرز اسـتفاده: بادمجان دارای آلکالوئیدی بنام سولانین Solanine می باشد که ممکن است در معده های ضعیف ایجاد آلرژی و مسمومیت کند . بنابراین برای طبـخ بادمجان بایـد ابتدا این ماده را از بادمجان خارج کرد و بهترین طرز پخت است که خانم های ایرانی درست می کننـد . یعنی بادمجـان را بایـد پوست کنـد و سـپس ورقه ورقه نمود و لابه لای آنرا نمک پاشـید تا آب آن که زرد رنگ و محتوی سولانین است خارج شود ، سپس آنرا فشار داده و پخت . البته بهترین طریقه پخت بادمجان آب پز کردن و یا پختن در فر است زیرا سرخ شـده آن سـنگین شـده و برای معده های ضـعیف مناسب نیست .– مضـرات :بادمجان با همه خواصـی که گفته شد نباید مورد اسـتفاده اشخاصـیکه بواسـیر و یا درد چشم دارنـد قرار گیرد زیرا بیماری آنها را تشدیـد می کند . اینگونه اشـخاص اگر می خواهند بادمجان بخورند بهتر است آنرابا گوشت و روغن و یا سرکه بپزند و بخورند .

آقطی سیاه (انگو کولی)

نـام علمی : Sambucus nigra - کلیات گیاه شناسـی آقطی سـیاه که در همـدان انگور کولی نامیـده می شود از زمانهای قدیم مورد مصـرف مردم بوده و از آن برای رفع امراض مختلف مانند دفع بلغم و صـفرا اسـتفاده می کرده اند . آقطی سیاه که خمان کبیر نیز نامیـده می شود درختچه ای است که ارتفـاع آن در نواحی مساعـد به ۱۰ متر می رسـد . این درختچه معمولاـ در کنار جاده ها و حاشـیه جنگل ها و در نواحی مرطوب و سایه در می روید .برگ آهای آن سبز رنگ ، بیضوی ، دندانه دار ، بیدره و مرکب از ۵–۷ برگچه می باشد اگر برگها شکسـته و مالش داده شود بوی بدی از آن متصاعد می شود . گلهای آن سـفید و خوشه ای است که در اواخر بهار ظاهر می شود . میوه آقطی سـیاه گوشتی ، ریز مانند انگور و برنگ آبی سـیر می باشد .قسمت مورد استفاده این درختچه گـل ، برگ و پـوست داخلی سـاقه آن اسـت . آقطی سـیاه در ایران در نـواحی آذربایجـان و همـدان می رویـد .– ترکیبـات شیمیـایی:پـوست این درختچه و برگ آن درای موادیماننـد سـاو بوسـین Sambucine سـامبو نیگرین Sambunigerine ، کولین ، سیکوتین Cicutine و مقدر کمی نیترات پتاسیم می باشد . در گلهای آن الدرین Elderine و مقدر کمی اسانس وجود دارد . میوه آقطی سیاه درای کریزان تمین Chrysanthemin ، مواد قندی ، اسانس ، صمغ ، اسید والزیانیک و اسید استیک می باشـد . – خواص داروئی:آقطی سـیاه از نظر طب قـدیم ایران سـرد و خشـک است . پوست ثانوی (داخلی) ساقه و ریشه آن از نظر

طبی موثرترین قسمت های این گیاه است . ۱- در درمان رماتسم و درد مفاصل موثر است . ۲- ادرار آور است .۳- ملین و ضد یبوست می باشد و بهترین دارو برای رفع یبوست در افراد سالخورده و کسانی است که انقباضات روده بزرگ در آنها ضعیف شده است . ۴- دم کرده برگهای خشک شده آن در رفع اسهال موثر است . ۵-برای برطرف کردن درد و التیام بواسیر ، برگهای تازه این گیاه را له کرده و یا اینکه از آن پماد تهیه کنید و روی بواسیر دردناک بگذارید . ۶- درمان کننده استسقاء یم باشد و آب اضافی را از بدن و از بین انساج خارج می سازد . ۷- برای از بین بردن خارش بدن ، پوست ساقه آنرا در روغن بجوشانید و سپس آنرا صاف کرده و بگذارید سرد شود . این روغن را روی قسمت هایی که خارش درد بزنید . ۸- برای جوشخوردن استخوان و مداوای شکستگی استخوان ، از دم کرده ریشه این درختچه استفاده کنید . ۹- دم کرده گلهای خشک شده آقطی سیاه درمان کننده گریپ ، سرما خوردگی ، بیماریای دستگاه تنفسی و نقرس می باشد . ۱۰- جوشانده گلهای خشک شده این گیاه برای معالجه برونشیت و ذات الجنب مفید است . ۱۱- بخور گلهای آقطی سیاه برای درمان بیماریای سل مفید بوده و اخلاط چسبناک را از گلو خارج می سازد .۱۲- بیماریهای کلیه و مجاری ادرار را درمان می کند . ۱۳- سنگ کلیه را خارج می سازد . ۱۴- شیرمادران شیدره را زیادمی کند . ۱۵- در درمان بیماریهای صرع مفید است . ۱۶- جوشانده گلهای خشک شده آقطی سیاه را بصورت کمپرس روی زخم های اگزما بگذارید اثر مطلوب خواهد داشت .۱۷- خوردن یموه آقطی سیاه مالیده آن به سر باعث سیاه شدن مو و تقویت مو می شود . ۱۸- جوشانده گلهای آقطی سیاه را روی سوختگی ها بگذارید و کمپرس کنید که اثر شفابخش دارد . ۱۹- برای از بین بردن ورم چشم می توان چشم را با جوشانده گلهای این گیاه شستشو داد . ۲۰- جوشانده برک این درخت آفت درختان و سبزیجات را از بین می برد . ۲۱- اگر پوست حساس درید برای شستن صورت یا پاك مدرن آرایش از دم کرده آقطی سیاه استفاده کنید . ۲۲- برای شادابی پوست صورت از بین بردن لکه ها و کک و مک می توان از ماسک زیر استفاده کدر : گلهای خشک شده آقطی سیاه را دم کنید و مقدری پودر باقلای خشک را در ظرفی بریزید سپس دم رکده آقطی سیاه را روی آن ریخته و خمیری تهیه کنید . این خمیر را بصورت ماسک روی صورت بگذارید و پس از یک ربع ساعت بجوشانید این ماسک را هر روزه روی پوست خود بگذارید تا صورت را جوان و شاداب کند . - طرز استفاده: ۱) جوشانده : مقدر ۶۰ گرم پوست ساقه ، برگ و یا میوه این درختچه را در یک لیتر آب ریخته و بگذارید آهسته بجوشد تا حجم آن به نصف برسد . سپس آنرا صاف کنید . ۲) شراب آقطی سیاه : ۱۵۰ گرم پوست ساقه یا ریشه این گیاه را در یک لیتر آب شراب سفید ریخته وبگذارید بمدت ۱۵ روز بماند البته هر روز آنرا هم بزنید . پس از اینمدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهدری کنید . مقدر مصرف این شراب یک قاشق سوپخوری و سه بار در روز است .۳) سرکه آقطی سیاه : ۱۰-۲۰ گرم برگهای خشک شده این درختچه را در یک لیتر سرکه ریخته و بگذارید تا مدت دو هفته بماند و هر روز آنرا بهم بزنید . پس از این مدت آنرا صاف کرده و در شیشه دبست نگهدری کنید . مقدر مصرف این شراب سوپخوری و سه بار در روز است . ۴) دم کرده آقطی سیاه : مقدر ۱۰۰ گرم گل خشک شده این درختچه را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . از این دم کرده یم توانید برای شستشوی زخم ها استفاده کنید . ۵) شیره یا آب میوه : میوه های رسیده آقطی سیاه را فشار داده تا شیره آن خارج شود . مقدر مصرف این شیره یک قاشق چایخوری مخلوط در یک لیوان آب می باشد . ۶) شراب آقطی سیاه : آب میوه را گفته و با هم وزن آن قند مخلوط کنید . سپس این مخلوط را بجوشانید تا شربت غلیظی بدست آید . مقدار مصرف این شربت یک قاشق غذا خوری قبل از هر غذا است - مضرات :استفاده زیاد از آقطی سیاه ممکن است باعث تهوع و همچنین ورم روده ها شود . آقطی سیاه سرد است و بنابراین افراد سرد مزاج حتما باید آنرا با عسل بخورند .

باقلا

نـام علمی : Faba vulgaris- کلیـات گیـاه شناسـی باقلاـ گیـاهی است علفی و یکساله که ارتفاع آن تا ۸۰ سانتیمتر می رسـد . برگهـای آن متنـاوب و مرکب است که دارای برگچه هایی بشـکل تخم مرغ می باشـد . گلهای باقلا درشت و سـفید که دارای لکه های سیاه و یا بنفش است . میوه آن که همان باقلا است دارای غلافی پوشیده از کرک بطول تقریبا ۱۲ سانتیمتر است .در هر غلاف تعدادی دانه قرار درد . گل و شاخه گلدار ، میوه و تخم باقلا مصارف طبی دارند . – ترکیبات شیمیایی:در صد گرم دانه باقلا سبز و خام مواد زیر موجود است : آب ۷۲ گرم پروتئین ۸/۴ گرممواد چرب۰/۴ گرمنشاسته۱۵/۸ گرمکلسیم ۲۸ میلی گرم فسفر ۱۵۵ میلی گرم آهن ۲/۲ میلی گرم سدیم ۴۰ میلی گرم پتاسیم ۴۷۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۲۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۰/۳ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۸ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱/۵ میلی گرم ویتامین ث ۳۰ میلی گرم ارسنیک۰/۰۲ میلی گرم ضمنا باقلا دارای ماده ای بنام فیتین Phytine می باشد که بسیار مغذی است و تقویت کننده بدن است . این ماده کلسیم بدن را تامین می کند باقلا غذای خوبی است برای دوران نقـاهت . – خواص داروئی: باقلا از نظر طب قـدیم ایران سـرد و تر است و گل آن گرم می باشـد ۱) دم کرده گل باقلا ضد تشـنج و ادرار آور است . ۲) دم کرده گل باقلا سـنگ کلیه را دفع می کنـد و برای قولنـج های کلیوی مفید است. ۳) جوشانده باقلا برای ورم مثانه مفیـد است. ۴) جوشانـده باقلا اثر خوبی در رفع رماتیسم دارد . ۵) از جوشانده باقلا برای درمان نقرس اسـتفاده کنید. ۷) باقلا را اگر با آب سـرکه و آب بپزیـد و با پوست بخوریـد اسـهال مزمن را درمان می کنـد.۸) برای رفع گرفتگی صـدا در باقلا را با روغن بادام و قنـد مخلوط کنیـد و بخورید .۹) برای رفع کوفتگی و روم پسـتان ، در باقلاـ را بـا آب جو مخلوط کرده و با سرکه و نعناع بپزیـد و ضـمادی را که بدست می آید روی ورم و کوفتگی قرار دهید . ۱۰) ضـماد در باقلا را با شنبلیله و عسل برای نرم کردن دمل و ورم بناگوش و زیر چشم مفیـد است. ۱۱) جوشانده باقلا شکم روشهای مزمن را برطرف می کند. ۱۲) ضماد باقلا جـوش و کورک را می رسانـد و چرک را خـارج می کنـد. ۱۳) برای درمان تکرر ادرار از جوشانـده ریشه باقلا اسـتفاده کنیـد.۱۴) جوشانـده سـر شاخه های باقلا مستی مشـروبات الکلی را برطرف می کند. ۱۵) برای رفع التهـاب و درد نوک انگشـتان و ناخن باید یک مشت برگ باقلا را با نیم لیتر آب جوشانید و بگذارید کمی سـرد شود و انگشتان خود را بمدت دو ساعت در آن قرار دهید تا برطرف شود. ۱۶) نان خوشمزه بمقدر ۲٪ در باقلا بآن اضافه کنید. – مضرات : باقلا در بعضی از اشخاص تولید نفخ و سنگینی سر و معـده می کنـد برای جلوگیری از این عوارض باید ابتدا باقلا را پوست کنده و بجوشانید و آب آنرا دور بریزید . سـپس بان مقدری آب اضـافه کرده و بعـد از پختن بـا روغن بـادام و ادویه گرم ماننـد درچین و فلفل بخوریـد . مصـرف باقلای تازه ممکن است تولید مسـمومیت و حساسیت شدیـد بکنـد که گـاهی موجب مرگ می شود بنـابراین بایـد در خوردن باقلاـی تـازه و خام احتیاط کنیـد . معمولا اشخاصی که به باقلای تازه حساسیت دارند فاقد یک آنزیم مخصوص هستند.

رازیانه

نام علمی : Foeniculum vulgare – کلیات گیاه شناسی رازیانه گیاهی است معطر ، علفی و دوساله که ارتفاع آن تا ۲ متر می رسد ساقه آن دارای شیارهای هم دریف و موازی می باشد برگهای آن نازک و نخی مانند شود است گلهای رازیانه زرد وبصورت خوشه در انتهـای سـاقه ظـاهر می شود . یوه رازیانه کوچک و بطول حـدود ۸ میلیمـتر و عرض ۳ میلیمـتر بوده و دارای بوئی معطر و طعمی شـیرین می باشـد . رازیـانه درمنـاطق مـدیترانه ای بخـوبی رشـد می کنـد و در ایران در منـاطق شـمالی کشـور در دامنه هـای کوههای البرز بطور خورد می روید . – ترکیبات شـیمیایی:رازیانه دارای حدود ۱۰٪ روغن ، کیم مواد قنـدی و مسویلاژ و حدود ۴٪ اسـانس می باشـد . روغن رازیانه دریا ۴٪ اسـید پال میتیک ، ۲۲٪ اسـید اولیئک ، ۱۴٪ اسـید لینوئیک و ۶۰٪ اسید پتروسلینیک می باشد. اسانس رازیانه از تقطیر میوه آن بوسیله بخار با بدست یم آید مایعی ات زرد . در صد گرم برگ رازیانه تازه مواد زیر موجود است : آب ۹۰ گرمپروتیئن۲/۵ گرمچربی ۰/۴ گرم مواد نشاسته ای۴/۵ گرم کلسیم ۱۰۰ میلی گرمفسفر ۵۰ میلی گرم آهن ۲/۵ میلی

گرم پتاسیم ۴۰۰ میلی گرمویتامین آ ۳۵۰۰ واحد ویتامین ث ۳۰ میلی گرم – خواص داروئی:رازیانه از نظر طب قدیم ایران گرم و شخک است . ریشه رازیانه گرمتر از بقیه قسمت های گیاه است .۱) رازیانه اثر زیاد کنده شیر را در زنانش یر ده درد و بدین منظور می توان از دم کرده رازیانه استفاده کرد . ۲)اشتها آور و مقوی است . ۳)نفخ و گاز معده رااز بین می برد .۴)قاعده آور است . ۵)برگهای رازیانه ادرار آور است . ۶)جوشانده ریشه رازیانه ملین مسهل است . ۷)روغن تخم رازیانه کرم روده را از بین می برد . ۸)حالت تهوع رابر طرف می کند . ۹)برای برطرف کردن آُسم ، سرفه و تنگی نفس از دم کرده تخم رازیانه بمقدر سه فنجان در روز استفاده کنید . ۱۰)برای رفع اسهال رازیانه را با یزره سبز به سنبت مساوی دم کرده و به مریض بدهید . ۱۱)میتوان از رازیانه داروی ضد نفخ بصورت زیر تهیه کرد : ۵ گرم پودر انیسون و ۵ گرم پودر زیره کرمان ، ۵ گرم پودر تخم گشنیز و ۵ گرم پودر رازیانه راب ا هم مخلوط کرده در یک لیتر آب جوش بریزید و آنرا بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید سپس آنرا صاف کرده و کم کم بنوشید . ۱۲)رازیانه بعلت داتشن هورمون زنانه رشد دخترها را جلو می اندازد . ۱۳)رازیانه مغز را فعال می کند . ۱۴)ریشه رازیانه دارای کومارین Coumarin می باشد . چون این ماده رقیق کننده خون است بنابراین آنهایی که مبتلا به تصلب شرائین یا انسداد رگها هسند می توانند از جوشانده ریشه رازیانه استفاده کنند . ۱۵)دردهای مفاصل را برطرف می کند . ۱۶)اشتها را زیاد می کند . ۱۷)برای از بین بردن درد آرتروز روغن رازیانه را در محل درد بمالید . – طرز استفاده: ۱)دم کرده رازیانه : مقدر یک قاشق چایخوری رازیانه را کوبیده و در یک لیوان آب جوش بریزید و آنرا بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . ۲)شراب رازیانه : ۴۰ گرم رازیانه را در یک لیتر شراب بریزید و بمدت یک هفته بگذاریدب ماند سپس آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهدری کنید .مقدر مصرف شراب رازیانه دو قاشق چایخوری بعد از غذا است . ۳)دم کرده برگ رازیانه : ۳۰ گرم برگ رازیانه را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ده دقیقه دم کنید . این دم کرده مقوی اعصاب بوده و هضم غذا را سریع می کند . – مضرات : رازیانه چون گرم است بنابراین برای گرم مزاجها خوب نیست و اینگونه افراد بایـد آنرا با سکنجبین بخورند بطور زیاده روی در مصرف رازیانه معده راسست کرده و تشنج می آورد .

شنبلیله

نام علمی : Trigonella gracum – کلیات گیاه شناسی شنبلیله سبزی اصلی قورمه سبزی ، غذای مطبوع ایرانی است . این گیاه در نواحی مختلف ایران ، مصر ف هند ف الجزیره ، ایتالیا و اسپانیا می روید . شنبلیله دارای مواد چرب ف مواد نشاسته ای ، مواد ازته ، مواد فسفره و مادهای بنام گونل لین می باشد . – ترکیبات شیمیایی:البته این گیاه دارای طعم و اسانس معطر می باشد . تحقیقات جدید نشان داده است که شنبلیله دارای اسید نیکوتینیک یا نیاسین که ویتامین B۳ نیز نامیده می شود می باشد . این ویتامین عامل جلوگیری کنند ه از بیماری پلاگرا می باشد و همچنین اثر گشاد کننده عروق را نیز درا است .– خواص داروئی:یکی از دانشمندان با تحقیقات زیادی که روی شنبیلیه انجام درد دریافت که شنبلیله در رفع سل استخوانی اطفال بسیار موثر است . شنبلیله در طی قرون گذشته در ایران برای بسیاری از بیماریها مصرف می شده است . برای این منظور حتی از دانه شنبلیله استفاده شده است و بیماریها سریعا بهبود پیدا می کند .شنبلیله چون دارای مواد فسفره آهن ازته و یاستازهای مختلف می باشد تقویت کننده لوزالمعده نیز می باشد و بنابراین دستگاه هاضمه را بکار انداخته و لاغری های مفرط را از بین می برد . شنبلیله بطور کلی شفادهنده بیماریهای روحی و جسمی است وحتی اثرات مفیدی در اشخاص مبتلا به مرض قند و سل ریوی و استخوانی درد . در قدیم شنبلیله برای مداوای بیماری قند بکار می رفته است دانه شنبلیله با این همه خواص مفید دارای بوی ناپسند است بنابراین برای استفاده از آن دانه در شده آنرا با مواد معطر باید مخلوط نمود که بوی بد آن را تا اندازه ای برطرف کنند . – طرز استفاده: برای تهیه پماد شنبلیله ۳ تا ۴ قاشق سوپخوری در دانه شنبلیله را با سرکه مخلوط کرده و برای رفع التهابهای سطحی پوست بدن مصرف کنید .برای تقویت

عمومی بدن بهتر است که دانه شنبلیله و گیاه آن را قبل از غذا مصرف کرد .

– مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

انجیر

نام علمی : Ficus carica – کلیات گیاه شناسی درخت انجیر از زمانهای بسیار قدیم وجود داشته و از آن استفاده زیادی می شده است . در تورات از این درخت نام برده شده و اشعیای نبی یکی از انبیای بنی اسرائیل خرقیا پادشاه آن زمان را در حدود ۷۰۰ سال قبل از میلاد با انجیر مداوا کرده است . درخت انجیر بومی آسیای غربی و کشورهای مدیترانه است و از آنجا به عربستان ، سوریه و اسرائیل برده شده است . درخت انجیر در نزد یونانیان مقدس و محترم بوده بطوریکه صدرات ان ممنوع اعلام شده بود .شاعران و نویسندگان یونانی مانند هومر ، هرودوتوس و افلاطون در نوشته ها و اشعار خود آنرا ستوده اند در اوائل قرن هجدهم ، انجیر بوسیله میسیونرهای مذهبی اسپانیایی به کالیفرنیا برده شد و امروزه بمقدر زیاد در این ایالت و ایالات جنوبی آمریکا کشت می شود. حدود ۸۵ درصد از محصول انجیر بصورت خشک ببازار عرضه می شود زیرا انجیر رسیده زود خراب می شود .انجیر درختی است با برگهای زرد و پنجه ای برنگ سبز خاکستری که بلندی آن تا شش متر می رسید و چون در مقابل سرمای شدید مقاومت ندارد بنابراین در مناطق معتدله و گرمسیر کشت می شود . درخت انجیر معمولا از سال چهارم شروع به میوه دادن می کند و تا سن بیست سالگی میوه می دهد. – ترکیبات شیمیایی:انجیر میوه مغذی و خوش طعمی است ، دارای مواد قندی ، مواد ازته ، چربی ، مواد معدنی ، آمینو اسید ، آنزیم های مختلف و کاروتن می باشد . در برگهای آن حدود ۰/۰۶ درصد مواد تلخی مانند فیکوسین Ficusin و برگاپتین Bergaptene وجود دارد . شیره سفیدی که با شکستن شاخه های درخت انجیر و یا از میوه نارس آن خارج می شود بسیار سمی است و اگر بر روی پوست زده شود سلولها را از بین برده و میکشد . برگهای انجیر دارای کوسایداروتین Glycosiderutin می باشد .در صد گرم انجیر رسیده و تازه مواد زیر موجود است : انرژی ۸۰ کالری مواد قندی۴ گرم پروتئین۱/۵ گرمچربی ۰/۵ گرمکلسیم۲۰ گرم فسفر ۵۵ میلی گرم سدیم ۳۵ میلی گرم پتاسیم۶۵ میلی گرم ویتامین آ ۸۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۲ میلی گرمویتامین ب ۳ ۰/۷ میلی گرم ویتامین ث۲ میلی گرم ویتامین ث۲۵ میلی گرم – – – خواص داروئی:– خواص طبی میوه انجیر انجیر از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است . ۱) انجیر تعرق بدن را زیاد می کند . ۲) ادرار آور است .۳) حرارت بدن را کاهش می دهد . ۴) چاق کننده است و آنهائیکه می خواهند وزن اضافه کنند و یا برای بیمارانی که دوره نقاهت خود را می گذرانند بسیار مفید است . بدین منظور می توان آنرا با شیر سویا مخلوط کرده و بین غذاها خورد. ۵) انجیر یبوست را برطرف می کند و یکی از بهترین میوه ها برای تمیز کردن روده بزرگ و رفع یبوست است . در قیم برای از بین بردن یبوست از شربت انجیر استفاده می کردند .۶) برای درمان ناراحتیهای سینه حدود ۲۰ گرم از خرما ، عناب ، انجیر خشک و مویز را با هم مخلوط کرده و آسیاب کرده سپس این پودر را با یک لیتر آب جوشانده تا حجم آن به نصف برسد . از این جوشانده می توان بمقدر سه فنجان در روز مصرف نمود . ۷) جوشانده انجیر خشک درمان کننده التهاب مجاری دستگاه تنفسی ، کلیه ، ذات الریه ، ذات الجنب ، سرخک ،مخملک و آبله می باشد . ۸) جوشانده غلیظ انجیر خشک برای رفع سرمخدرگی بسیار مفید است . ۹) برای برطرف کردن سیاه سرفه ، برونشیت و ذات الریه از قهوه انجیر استفاده کنید و برای درست کردن این قهوه انجیر را ابتدا بو داده و سپس آنرا آسیاب کنید تا بصورت پودر داراید . ۱۰) انجیر دستگاه هاضمه را تقویت می کند . ۱۱) انجیر برای درمان سوء هاضمه مفید است .۱۲) سوپ انجیر بسیار مقوی است و برای افزایش شیر در زنان شیر ده مفید است .برای تهیه سوپ ، انجیر نارس را با گوشت بپزید .۱۳) برای برطرف کردن ورم گلو ، ۵۰ گرم انجیر زرد را در ۵۰۰ گرم شیر ریخته و مدت ۱۵ دقیقه بگذارید سپس آنرا غرغره کنید و مقدری از آنرا نیز بنوشید (می توانید آنرا با عسل هم شیرین کنید .)۱۴) جوشانده انجیر خشک در شیر

برای درمان آنژین ، ورم لثه و ورم مخاط دهان نیز موثر است . ۱۵)یکی از داروهای بسیار موثر برای درمان آرتروز و درد مفاصل ، مخلوط شیر بز و انجیر سیاه میباشد . این مخلوط سموم مختلف را از بدن خارج کرده و درد را از بین می برد. ۱۶) انجیر را می توان همراه با میوه های دیگر مصرف کرد انجیر با میوه های اسیدی مانند پرتقال و گریپ فروت سازگار نیست . ۱۷) انجیر برای آنهائیکه قند خونشان پائین می آید و یکباره احساس ضعف می کنند مناسب است زیرا قند آن بسرعت در روده کوچک جذب می شود. ۱۸) خوردن انجیر باعث افزایش نیروی جنسی می شود . ۱۹) انجیر تقویت کننده کبد است .۲۰) اگر ترشح ادرار کم باشد خوردن انجیر باعث ازدیاد آن می شود . ۲۱) برای برطرف کردن ورم بناگو ش و دمل ها ، ضمادی از انجیر خشک با در و و گندم درست کرده و روی ورم دمل بگذارید . ۲۲)دم کرده انجیر با شنبلیله برای سینه درد و رفع خشونت سینه مفید است . ۲۳) برای رفع ورم طحال ، انجیر را به مدت نه روز در سرکه خیس کنید و هر روز پنج عدد آنرا با سرکه بخورید . ۲۴) انجیر ضد سرطان است . ۲۵) انجیر در معالجه بیماریهای پوستی موثر است .- خواص شیره درخت انجیرشیره درخت انجیر طعم تلخ و سوزنده ای دارد : ۱.مسهل بسیار خوبی است . ۲.دارای دیاستازهای مختلفی است و برای نرم و تدر کردن گوشت بکار می رود .۳.شیره درخت انجیر را اگر بمدت چند روز روی زگیل و یا میخچه پا بگذارید آنرا از بین می برد . ۴.برای معالجه بیماریهای پوستی مفید است . ۵.شیره درخت انجیر را با زرده تخم مرغ و یا روغن مخلوط کنید و روی زخم ها بگذارید باعث التیام آنها خواهد شد .۶.ضماد شیره درخت انجیر با شنبلیله برای رفع نقرس مفید است . ۷.برای معالجه جراحت های پوستی ضمادی از شیره درخت انجیر با در جو درست کرده روی آنها بگذارید . ۸.مالیدن شیره درخت انجیر بر روی سر از ریزش مو جلوگیری می کند .- خواص برگ انجیر ۱) برگ پخته درخت انجیر ملین است .۲) برگ انجیر را له کنید و برای برطرف کردن درد بواسیر بر مقعد بمالید . ۳) برای برطرف کردن ورم و تومورهای مختلف برگ انجیر را روی این قسمت ها بگذارید . ۴) جوشانده ساقه های جوان درخت انجیر آب اضافی را از بدن خارج می کند . ۵) برای درمان اسهال های ساده و خونریزی های مختلف از جوشانده پوست تازه درخت انجیر استفاده کنید . ۶) برگ درخت انجیر را در آب جوشریخته و بگذارید کمی سرد شود و داخل لگنی بریزید و داخل آن بنشینید بواسیر دردناک و متورم را درمان می کند . ۷) جوشانده برگ درخت انجیر شکم درد را برطرف می کند- مضرات :انجیر برای کبدهای ضعیف مناسب نیست و آنهائیکه کبد ضعیف دارند باید انجیر را با گردو بخورند. زیاده روی در مصرف انجیر تولید نفخ شکم و اسهال کرده و برای چشم نیز مضر است .

تخم کتان

نام علمی : Linum usitatissimum - کلیات گیاه شناسی امروزه گیاه کتان در منطقه وسیعی از اروپا و آُیا می روید . ازاین گیاه استفاده های زیادی بعمل می آید . از الیاف آن برای یافتن پارچه استفاده می شود . پارچه کتان برای البسه مخصوصا در تابستان نوعی مناسب بشمار می رود . کتان گیاهی است که از قدی الایام شناخته شده و بکار میرفته است . حتی پرورش آن در مصر در حدود پنج قرن قبل از میلاد مسیح معمول بوده است . - ترکیبات شیمیایی: از دانه های کتان در اثر فشار و بدون حرارت دادن روغنی بدست می آید که به روغن کتان (برای اینکه با روغن برزک اشتباه نشود) نامیده می شود . - خواص داروئی:روغن تخم کتان علاوه بر داشتن Omega-۳ دارای ویتامین E نیز می باشد و حتی اگر بمقدر بیش از احتیاج (یک قاشق چایخوری در روز) مصرف شود عوارض جانبی نخواهد داشت .خاصیت مهم دیگر روغن کتان اثر ضد تورم آن می باشد . میگرنهای دردناک را شفا دادنه و عادات ماهانه دردناک را از بین می برد . مطالعات جدید نشان داده است که روغن تخم کتان حتی می تواند مصونیت بدن را در مقابل بیماریها بالا ببرد . استفاده از این روغن از سرطان جلوگیری می کند . تخم کتان بعلت داشتن موسیلاژ زیاد نرم کننده بسیار خوبی است و در رفع یبوست می توان از آن استفاده کرد . بدین منظور باید تخم کتان را روی زبان ریخت و

با مقـدری آب آنرا بدون جویدن بلعید و یا می توان تخم کتان را در آب خیس کرده و صـبح ناشـتا خورد . دم کرده تخم کتان نیز معجزه گر است . دم کرده آن علاـج بیماریهـای مجاری ادرار ، زخم معـده و وروم روده ، یبوست ، ورم مثانه ، سـنگ کلیه، سـرفه، دردهای پریود و حتی مرض قند می باشد . می توان تخم کتان را با مقادیر آب جوشانید و سـپس جوشانده آنرا در داخل وان حمام ریخت و در آن دراز کشـید . خـارش پوست را فورا از بین می برد . – طرز اسـتفاده:روغن تخم کتان بنام Flax Seed Oil نامیده می شود و می توان آن را از فروشـگاههای گیاهـان دارویی و یـا برخی از داروخـانه ها خریـدری کرد که البته در یخچال نگهـدری شود و باید دقت کرد که تاریخ مصرف آن نگذشته باشد .– مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

خاکشیر

نام علمی : Descurainia sophia – کلیـات گیاه شناسـی خاکشـیر گیاهی است علفی یکساله یا دو ساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر نیز می رسـد .پائین گیاه کرک دراست در حالیکه بالای آن بـدون کرک می باشد .تخم این گیاه که همان خاکشـیر اسـت ریز و کمی دراز و معمولاـ به دو رنـگ وجود دارد یکی از آنهـا قرمز که دارای طعم کمی تلـخ است و دیگری برنگ قرمز تیره می باشد . – ترکیبات شـیمیایی:خاکشـیر دارای تعدادی اسـید چرب مانند اسـید لینوئیک اسید لینولنیک ، اسید اولئیک اسید پالمتیک و اسـید استئاریک می باشـد . ضـمنا در خاکشـیر اسانس روغن فراری وجود دارد که دارای مواد بنزیل و ایزوسـیانات است .– خواص داروئی:خاکشـیر از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است . ۱)التیام دهنده زخم و جراحات است .۲)جوشانده خاکشیر برای رفع اسهال های ساده و رفع ترشـحات زنانگی مفید است . ۳)خاکشـیر ادرار آور است . ۴)خاکشیر تب بر است . ۵)برای دفع کرم مفید است . ۶)التهاب کلیه را برطرف می کند. ۷)سرخک و مخملک را دوا می کند . ۸)خاکشیر صدا را باز می کند .۹)برای از بین بردن کهیر و التهابات پوستی از خاکشیر استفاده کنید . ۱۰)از گلها و برگهای گیاه می توان برای رفع بیماری ناشی از کمبود ویتامین C استفاده کرد . ۱۱)سـنگ کلیه را دفع می کند. ۱۲)برای دفع سـنگ کلیه می توان خارشتر خاکشـیر و ترنجبین را با هم مخلوط کرده وصـبح ناشـتا خورد . ۱۳)برای برطرف کردن جوشـهای صورت که بعلت خوردن چربی و شـیرینی زیـاد ایجاد می شود بایـد جوشانـده یک قاشق ترنجبین را با دو قاشق غذاخوری خاکشـیر مخلوط کرده و هر روز صـبح ناشـتا بمدت دو هفته آنرا میل میل کنید تا جوشـها از بین برود. – مضـرات :بعضـی از افراد هنگامیکه خاکشـیر می خورند ممکن است سـردرد بگیرند اینگونه اشـخاص باید خاکشیر را با کتیرا بخورند .

سیر

نـام علمی : Allium sativum– کلیـات گیـاه شناسـی سیر گیاهی است علفی و دائمی که ساقه آن تا ارتفاع ۴۰ سانتیمتر نیز می رسد . قسـمت زیر زمینی آن متورم و مرکب از ۵ تا ۱۲ قطعه و محصور در غشاهای نازک و ظریف برنگ خاکستری مایل به سـفید می باشـد . برگهـای آن باریـک و نواری شـکل برنـگ سب تیره و گلهـای آن کوچـک و صورتی رنـگ که بصورت یک چتر در انتهای ساقه ظاهر می شود .سـیر وپیاز رابطه ای نزدیک با هم دارنـد که شاید بدلیل بوی بد آنها می باشد .نام سـیر در کتاب مقدس آمده ست و در مصـر قدیم برای مومیائی مدرگان و خوش طعم کردن غذاها بکار یم رفته است . هومر شـعر باسـتان در نوشـته های خود از آن یاد برده است .مردم در اروپا و اسپانیا از قبل از میلاد مسیح آنرا می شناختند و از آن استفاده می کردند . بقراط پدر علم طب در نوشته های خود از خواص آن یاد کرده و یکی دیگر از دانشمندان قدیم ۶۱ خاصیت مختلف برای سیر قائل شده است . سه نوع سیر وجود دارد : ۱– سیر آمریکایی بنام Greole نامیده می شود . این نوع سـیر دارای پوست سـفید بوده و از انواع دیگر قوی تر اسـت . ۲– سـیر تـاهیتی کـه از بقیه درشت تر است و گـاهی قطر آم به ۸ سانتیمتر می رسـد . حضـرت محمد (ص) برای سـیر ۷۰

خاصیت مختلف قائل شده اند و می فرمایند : از سبزی سیر تا می توانید استفاده کنید زیرا سیر دوای هفتاد درد است اما آنکس که سیر وپیاز خورده به مسجد نیاید و به مردم نزدیک نشود . - ترکیبات شیمیایی: سیر د ارای ترکیبات گوگردی می باشد که خاصیت ضد عفونی کننده میکرب کشی و جرم کشی باین گیاه می دهد . سیر همچنین دارای مواید بنام آلیسین ، آلیساتین می باشد که میکرب های حصبه و پاراتیفوئید را از بین می برد . در صد گرم سیر خام مواد زیر موجود است : آب ۶۱ گرم انرژی ۶ کالریموادنشاسته ای ۲۹ گرمچربی ۰/۲ میلی گرم کلسیم۳۰ میلی گرم فسفر ۲۰۰ میلی گرمپتاسیم ۵۳۰ میلی گرمآهن ۱/۵ میلی گرم سدیم ۲۰میلی گرم ویتامین آ ۲۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۸ میلی گرم ویتامین ث۱۵ میلی گرم - خواص داروئی:سیر از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است اسانس سیر که در اثر تقطیر سیر با بخار آب حاصل می شود مرکب از مواد سولفوره بوده و مایعی است به رنگ قرمز نارنجی و دریا بوئی کمتر که از خودس یر که برای تغییر طعم غذا مصرف می شود . ۱)سیر بادشکن وضد عفونی کننده است . ۲)خوردن سیر مصونیت بدن را در مقابل بیماریها افزایش می دهد .۳)سیر کرم کش است .۴)سیر محرک و تقویت کننده بدن است . ۵) سیر داروی سرمخوردگی و زکام است . ۶)سیر اثر خوبی در معالجه سر درد . ۷)سیر خون را رقیق می کند . ۸)سیر اثر خوبی در تنگی نفس درد ۹)خوردن مداوم سیر لقوه ور عشه را از بین می برد . ۱۰)سیر چون گرم و خشک است بنابراین رطوبت معده را از بین می برد و دردهای مفاصل را خوب می کند. ۱۱)سیر درمان کننده دردهای نفاصل ، سیاتیک و نقرس می باشد . ۱۲)سیر برای تقویت نیروی جنسی و افزایش تولید اسپرم در اشخاص سرد مزاج بسیار مفید است . ۱۳)آنهائی که قطره قطره ادرار می کند باید حتما سیر بخورند تا بیماری آنها درمان شود . ۱۴)سیر زخم های ریه و درد معده را از ا بین می برد . ۱۵)سیر سنگ های کلیه را شکسته و خارج می سازد . ۱۶)سیر را با زیره بپزید برای تقویت دندان مفید است .۱۷)مالیدن سیر پخته به دندان ، درد دندان را تسکین می دهد . ۱۸)سیر را بسوزانید وبا عسل مخلوط کنید و ضمادی از آن درست کنید این ضماد برای رفع خون مدرگی زیر پلک چشم مفید است .۱۹)سیر بعلت مدر بودن برای رفع آب آوردن انساج مفید است . ۲۰)برای از بین بردن میخچه کف پا از ضماد سیر استفاده کنید .۲۱)جهت رفع دردهای رماتیمسی و عصبی ضماد سیر بسیار موثر است . ۲۲)جهت ضد عفونی کردن دستگاه تنفسی در هنگام بیماریهای مربوطه از شربت سیر استفاده کنید :مقدر ۱۰۰ گرم سیر را با ۲۰۰ گرم آب و ۲۰۰ گرم شکر یا قند مخلوط کرده و آنرا بجوشانید تا له شود . مقدر مصرف برای این منظور سه قاشق سوپخوری در روز است .۲۳)جدیدا در یکی از بیمارستان های آمریکا برای ضدعفونی کردن فضای بیمارستان از سیر استفاده کنید . ۲۴)پاستور پزشک معروف فرانسوی آزمایشات زیادی روی سیر انجام داد و اثر باکتری کشی سیر را تائید کرده است . ۲۵)سیر ضد انعقاد و لخته شدن خون است . ۲۶) در شوروی سیر بنام پنی سیلین معروف است و معمولا هنگامیکه آنفولانزا شبوع درد مصرف آنب الا می رود درچندسالپ یش که آنفلوانزا شیوع پیدا کرد مردم شوروی ۵۰۰ تن سیر مصرف کردند .۲۷)خوردن سیر سلولهای سرطانی را از بین می برد .۲۸)یکی از دانشمندان آمریکایی که در دانشگاه فلوریدا روی مرض ایدز تحققی می کند معتقد است که سیر روی مرض ایدز اثر مثبت دارد .۲۹)مصرف سیر مقدر کلسترول خون را پائین می آورد . مقدر LDH را کاهش می دهد . مقدر مصرف سیر برای این منظور ۳۰ گرم در روز است . جالب است که با مصرف سیر در چند ماه اول مقدر کلسترول ممکن است بالاـ رود و این بدین علت است که کلسترول از داخل نسوج خارج شده و داخل خون می شود که از آنجا دفع گردد بعد از اینکه کلسترول بحالت نرمال رسید باید برای نگهداری آن روزی نصف سیر خام مصرف کرد . ۳۰)خوردن سیر از سرطان جهاز اهضمه جلوگیری می کند . ۳۱)چینی ها قرن هاست که برای پائین آوردن فشار خون از سیر استفاده می کنند . - مضرات :سیر با آنکه خواص بسیاری درد باید بحد اعتدال مصرف شود زیرا استفاده زیاد از آن در بعضی اشخاص موجب سردرد ، ضعف نیروی جنسی ، ضعف چشم و عوارض بواسیر می شود . سی برای آنهائیکه اسهال دارند مضر است . آنهائیکه معده ضعیف دارند و بطور کلی سیستم هاضمه آنها ضعیف است نباید در خوردن سیر افراط کنند . کسانیکه یبوست دارند نباید سیر بخورند و برای رفع

مضرات آن سیر را بایـد با آب و نمک پخته و کمی بان روغن بادام یا کره اضافه کنیـد تا مضـر نباشـد . اشخاصـی که گرم مزاج هستند اگر می خواهند سیر بخورند طبق توصیه ابن سینا حکیم ایرانی باید سیر را بپزند یا از سیر ترشی استفاده کنند . برای پختن سیر پس از پوست کندن آنرا بمدت سه دقیقه بخار دهید . اشخاصـی که دارای فشار خون پائین هسـتند نیز نباید سـیر بخورند و همینطور کسانیکه آلرژی دارند نباید از سیر استفاده کنند.

کوشاد (ژانسیان)

نـام علمی : Gentiana Lutea – کلیـات گیـاه شناسـی چون اولین بار پادشاه روم بنام جنتیوس که در سالهای ۱۶۷–۱۸۰ قبل از میلاد حکومت می کرد بوسیله این دارو شـفا یافت نام آنرا جنطیانا گذاشـتند . محمد بن زکریای رازی پزشک مشـهور ایرانی نیز از این گیـاه برای مـداوای بسیاری از امراض اسـتفاده می کرد . کوشـاد گیـاهی است علفی ، چنـد سـاله و بسـیار زیبا ، دارای ساقه ای اسـتوانه ای و سبز که بلنـدی آن به حدود ۱/۵ متر می رسـد . این گیـاه بحالت خودرو در دشت ها و کوهسـتانهای اروپا و آُسـیا می روید . برگهای کوشاد سبز رنگ ، نوک تیز و مثلثی است که دو برگ با هم بوسیله دمبرگ کوتاهی به ساقه چسبیده اند و برگهای بالای ساقه بـدون دمبرگ می باشـد . گلهای آن زرد رنگ بوده که به تعداد زیاد در اواخر بهار در کنار برگهای ظاهر می شود . از نظر طبی ریشه این گیـاه قسـمت مورد اسـتفاده آن است . این ریشه ضـخیم ، گوشتی و برنـگ زرد تیره و یـا قهو ه ای قرمز بوده که دارای طعمی بسیار تلخ و بویی نامطبوع است . برای مصارف طبی ریشه کوشاد باید اقلا سه ساله باشد تا اثر داشته باشد .– ترکیبات شیمیـایی: کوشاد دارای ماده ای شـیمیایی بنام آماروجنتین می باشـد که بسـیار تلـخ است . بطوریکه اگر این ماده را با ۵۰۰۰ قسمت آب مخلوط کنیم هنوز هم طعم تلخ آن حس می شود . ترکیبات دیگر این گیاه بشرح زیر می باشد : جنتوپیکرین ، جنتوپیکروزید ، جنتامارین ، جتی سـین ، اسید جنتی سـیک و جنتونوسید . کوشاد همچنین دارای مقدری تانن ، اسانس ، پکتین و چربی می باشد.– خـواص داروئی:کوشـاد از نظر طب قـدیم ایران گرم و خشـک است ۱)اشـتها را تحریک می کند۲)کوشاد گلبولهای قرمز و سـفید خون را زیـاد می کنـد بنابراین برای معالجه کم خونی و بیماریهای عفونی بکار می رود . ۳)اثر ضـد تورم درد و برای رفع آرتروز و رماتیسم مصرف می شود ۴)تب بر است ۵)بیماری مالاریا را برطرف می کند ۶)درد نقرس را برطرف می کند ۷)حرارت و رطوبت را زا بـدن خارج می سازد ۸)فشـار خون را پائین می آورد ۹)ناراحتی های کبـدی را برطرف می کند ۱۰)تقویت کننده معده و بدن است۱۱)اختلالات عادت ماهیانه را درمان می کند۱۲)گرفتگی روده ها را باز می کند ۱۳)ادرار آور است ۱۴)ضماد کوشا با سرکه برای از بین ژبردن لکه هـای پـوست مفیـد اسـت۱۵)عصـاره این گیاه مسکن تمام دردها اسـت۱۶)ورم طحـال را برطرف می کند ۱۷)خون را تصـفیه و تمیز می کند ۱۸)درمان کننـده زردی و یرقان است – طرز اسـتفاده: جوشانده : مقدر ۲۰ گرم ریشه خرد شده کوشـا را در یـک لیتر آبجوش ریخته بگذاریـد برای مـدت ۲۰ دقیقه بآرامی بجوشـد ، سـپس آنرا صاف کنیـد . مقـدر مصـرف این جوشانـده یـک فنجان قبل از هر غـذا است . دم کرده : مقـدرا ۵ گرم ریشه کوشـاد را در یـک لیـتر آبجوش ریخته و بگذاریـد چند ساعت بماند . سـپس آنرا صاف کرده و استفاده کنید . تنطور : این تنطور را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریـدری کنید . مقدر مصـرف آن ۱۰–۱۵ قطره همراه بـا آب سه بـار در روز است . – مضـرات : مصـرف بیش از حد کوشا ممکن است باعث تحریک معده و بوجود آوردن حالت اسـتفراغ و دل بهم خوردگی شود . زنان باردار و مادران شیر ده نباید از این گیاه استفاده کنند .

زنجبیل

نام علمی : Zingibar officinale– کلیات گیاه شناسی زنجبیل از قدیم الایام مورد مصرف مردم ایران ، هند و چین بوده است .

– خواص داروئی:این گیاه همراه با گیاهان دیگر بعنوان تقویت کننده معده و بدن بادشکن و ضد نفخ بکار یم رود . همچنین پزشکان چینی جدیدا کشف کرده اند که شربت زنجبیل بهترین داروبرای معالجه زخم معده می باشد. زنجبیل تازه وشربت زنجبیل با چای زنجبیل در بدن گرما تولید کرده و بدین وسیله مواد سمی و زادئ بدن را بصورت عرق از بدن خار می سازد . این گیاه برای خانم هائیکه عادت ماهیانه آنها عقب می افتند تجویز شده است .زنجبیل بهترین داروی سرماخوردگی و گلو درد می باشد . هنگامی که حس کردید دچار سرماخوردگی شده اید چند بار چای زنجبیل بنوشید و اگر گلو درد درید علاوه بر آنکه چای آنرا میل می نمائید با آن نیز قرقره کنید . زنجبیل را حتی برای کمپرس نیز می توان استفاده کرد که سموم بدن را خارج می سازد . برای این منظورابتدا چای زنجبیل استفاده کنید دستمالی را با آن آغشته و آب اضافی آنرا فشار داده در محل زخم یا درد بگذارید .شربت زنجبیل برای زخم معده بسیار مفید است .مبتلایان به زخم معده باید هر روز قبل از غذا یک قاشق چایخوری از این شربت را همراه با کمی آب بنوشید زخم معده آنهاپس از مدتی التیام خواهد یافت .– طرز استفاده: یک قاشق چایخوری پودر خشک زنجبیل و یا دو قاشق چایخوری زنجبیل رنده شده تازه را در داخل قوریریخته رویآن آب جوش بریزید و به مدت پنج دقیقه آنرا با حرارت ملایم دم کنید و سپس آنرا با عسل شیرین کرده و میل کنید . چای زنجبیل هر چقدر بیشتر بماند و دم بکشد تند تر می شود .حتی می توان چای زنجبیل را بعد از سد شدن در داخل یخچال گذاشت و خنک کرد و مانند یک نوشابه سرد استفاده نمود . برای تهیه شربت زنجبیل یک قسمت زنجبیل رنده شده را با سه قسمت عسل مخلوط کرده و در شیشه دربسته در یخچال نگهدری کنید و هر موقع خواستید مصرف کنید .برای درست کردن تنتور زنجبیل می توانید از الکل ۵۰ درجه استفاده نمائید . یک قسمت زنجبیل رنده شده را با سه قسمت الکل ۵۰ درجه مخلوط کرده و داخل یک شیشه تیره رنگ بریزید و بمدت چهدره روز آنرا چند بار در روز تکان دهید . بعد ازاین مدت آنرا صاف کرده و در جای خشک و خنک نگهدری کنید .– مضرات :مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

انگور

نام علمی : Vitis– کلیات گیاه شناسی درخت انگور که درخت مو نیز نامیده میشود درختچه ای است بالا۔رونده که از دیوار و درختان مجاور بالا می رود . ساقه آن گره در و دارای بگهای متناوب است . برگهای انگور دارای پنج لوب دندانه دار و برنگ سبز تیره می باشد . گلهای آن کوچک ، مجتمع و بصورت خوشه ظاهر می شود . میوه درخت انگور ، گوشتدار و شیرین و برگهای مختلف است . – ترکیبات شیمیایی:کلیه قسمت های درخت انگور قابل استفاده دارویی است . بنابراین هر قسمت را جداگانه بررسی می کنیم . ۱)برگ مو: دارای ساکارز ، لوولز Levulose ، اینوزیت Inosite ، مواد نشاسته ای و تعدادی اسیدهای آلی است . ۲)دم خوشه انگور : دارای تانن ، مواد رزینی ، تارتارات پتاسیم و اسید های آلی است .۳)غوره ك میوه سبز رنگ و نارس انگور است که دارای طعم ترش می باشد . غوره دارای اسیدهای آلی مانند اسید مالیك ، اسید فرمیك ، اسید سوکسینیك Succinique Acid ، اسید اگزالیك ، اسید گلوکولیك Glucolique Acid و قند می باشد . ۴)انگور رسیده : در صد گرم حبه انگور مواد زیر موجود است : آب ۷۵ گرمپروتئین ۱/۳ گرم مواد قندی ۲۰ گرمکلسیم۱۲ میلی گرم فسفر ۰/۴ میلی گرم آهن۰/۴ میلی گرم سدیم ۳ میلی گرم پتاسیم۱۷۵ میلی گرم ویتامین آ ۱۰۰ گرم ویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۳ میلی گرم ویتامین ث۴ میلی گرم ۵–پوست انگور دارای تانن ، تارتارات پتاسیم ، اسید های آزاد و مواد معدنی می باشد . ۶–هسته انگور : در هسته انگور مقدری روغن و تانن موجود است . روغن هسته انگور Grape seed oil برنگ زرد مایل به سبز است . این روغن فاقد بو و دارای طعمی مطبوع می باشد . روغن هسته دارای تری گلیسیرید ، اسید اولئیك ، اسید پالمتیك ، اسید لینولئیك ، اسید استاریك و اسید آراشیك می باشد . – خواص داروئی:خواص درمانی میوه انگور انگور بر

طبق طب قدیم ایران گرم و تر است .۱) اخلاط بدن را متعادل می کند . ۲)بسیار مقوی و مغذی است . ۳)خون را تصفیه می کند . ۴)سینه و ریه را صاف و تمیز می کند .۵)برطرف کننده یبوست است . ۶)انگور برای درمان ورم معده و روده مفید است . ۷)در درمان سل ریوی و سیاه سرفه موثر است . ۸)برای درمان اسهال خونی از انگور استفاده می شود . ۹)برای درمان نقرس بسیار مفید است . ۱۰)آنهایی که معده ضعیف دارند باید انگور را بدون پوست بخورند زیرا پوست آن دیر هضم است و موجب دل درد ، نفخ و عوارض دیگر می گردد . ۱۱)انگور بهترین میوه برای کسانی است که می خواهند لاغر شوند و بدن خود را از ساید اوریک ، سنگ های صفراوی و مسمومیت های مزمن (مسمومیت از سرب یا جیوه) پاک کنند . اینگونه اشخاص باید در هر فهته بمدت ۲ روز فقط آب انگور بخورند و رژیم آب انگور بگیرند بدین ترتیب که هر دو ساعت یکبار آب انگور تازه را گرفته و بنوشند . مقدر مصرف روزانه تقریبا ۲ کیلو گرم است و در این دو روز نباید غذای دیگری مصرف کنند فقط می توانند آب بنوشند . ۱۲)رژیم آب انگور برای مبتلایان به سل ریوی و واسیر نیز مفید است . ۱۳)برای تقویت و طراوت پوست و همچنین روشن کردن رنگ پوست ، آب انگور تازه را با یک تکه پنبه بصورت بمالید و پس از ده دقیقه با آب نیمگرم محتوی کمی جوش شیرین بشوئید . ۱۴)زیاده روی در مصرف آب انگور بطور مداوم ایجاد سنگ کلیه می کند .- خواص طبی روغن هسته انگور روغن هسته انگور گرم کننده بدن است ، این روغن ضد یبوست می باشد . از آن برای نقاشی و تهیه صابون نیز استفاده می شود.- خواص طبی هسته انگور هسته انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است : ۱)دارای تانن است بنابراین قابض است .۲) اسهال را برطرف می کند . ۳)ترشح ادرار و اسپرم را کم می کند . ۴) گرد هسته انگور را برای درمان به مسلولین می دهند . ۵)هسته انگور برای آنهایی که مثانه و کلیه ضعیف دارند مضر است . - خواص طبی پوست انگور پوست انگور از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است : ۱- پوست انگور را خشک کرده و می سوزانند خاکستر بدست آمده را برای درمان اکثر زخم ها استفاده می شود . ۲- پوست انگور دیر هضم است و بهتر است که در موقع خوردن پوست آنرا بیرون آورید . - خواص طبی غوره غوره که بانگلیسی Un-ripe grape نامیده می شود از نظر طب قدیم ایران سردو قابض است : ۱.در درمان ورم مخاط دهان و نرمی لثه ها موثر است .۲.آب غوره برای درمان چاقی مفرط مفید است .۳.بیماری اسکوربوت که بعلت کمی ویتامین C در بدن می باشد با آب غوره درمان می شود . ۴. آب غوره چون دارای تارتارات پتاسیم است برای درمان سیاتیک و رماتیسم حاد بسیار مفید است .۵.در دفع زردی موثر است . ۶.خوردن آب غوره بلوغ دختران را جلو می اندازد و قاعده را باز می کند . ۷.حرارت و صفرای بدن را دفع می کند و روده ها را ضد عفونی می کند . ۸.آب غوره تقویت کننده کبد است . ۹.برای برطرف کردن ورم گلو آ غوره قرقره کنید . ۱۰.برای دفع کرم و روده و تقویت معده باید بمدت پنج روز آش آب غوره همراه با زیره سیاه مصرف کنید البته در اینمدت باید از خوردن غذاهای سنگین اجتناب نمائید . ۱۱.آب غوره درمان کننده پا درد و کمر درد می باشد . برای معالجه میتوان بمدت دهروز آش آب غوره مصرف نمود . البته از خوردن غذاهای سنگین در اینمدت اجتناب کرد .۱۲.ترشی غوره نیز معالجه رماتیسم و سیاتیک است .- خواص طبی برگ مو ۱.برگ مو قابض است . ۲.دم کرده برگهای جوان مو اسهال خونی را برطرف می کند . ۳.برای خونریزیها مفید است . ۴.در رفع نقرس و زردی موثر است . ۵.استفراغ را برطرف می کند . ۶.در رفع اختلالات گردش خون مربوطه به دوره بلوغ و یائسگی موثر است .۷.هنگامیکه پوست صورت قرمز می شود و ملتهب است خوردن دم کرده آن اثر مفید درد . ۸.گرد برگهای جوان و خشک شده مو ، اثر خوبی در رفع خونریزیهای رحیم و خون آمدن از بینی درد . ۹.برای برطرف کردن سرمازدگی دست و پا جوشانده برگ مو را تهیه کرده و دست و پا را بمدت ۱۵ دقیقه در آن قرار دهید . ۱۰.برای تهیه دم کرده برگ مو ، مقدر ۱۵ تا ۲۰ گرم برگ مو را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید ۱۰ دقیقه بماند . ۱۱) از دم کرده برگ مو می توان برای شستشوی چشم در مورد ورم ملتحمه استفاده کرد . ۱۲.دم کرده برگ مو برای رفع واریس مفید است . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

گریپ فروت

نام علمی : Citrus paradisi - کلیات گیاه شناسی دلیل اینکه این میوه را گریپ فروت می نامند یان است که میوه آن مانند انگور بصورت جمعی تا دوازده تا بر روی شاخه می رویـد . این میوه که یکی از مرکبات می باشد بیشتر از ۴۰۰۰ سال پیش در هنئ و مالزی کاشته می شده است ولی تا قرن شانزدهم میلادی در دیگر کشورها ناشناخته مانده بود تا اینکه اسپانیائیها آنرا به کشورهای دیگر بردنـد . جالب است که بدانیـد آمریکا ۹۷٪ مصـرف گریپ فروت دنیا را تامین می کنـد و تنها ایالت فلوریـدا و تگزاس با هم ۹۰٪ گریپ فروت آمریکا را تولیـد می کنند . درخت گریپ فروت به اندازه درخت پرتقال و ارتفاع آن تا ۱۲ متر می رسد برگهای آن سبز و گـل آن سفید است . میوه گریپ فروت درشت تر از پرتقـال و پوست آن هنگـامیکه رسیده باشـد نـازک و برنـگ زرد روشن است . اگر در چیدن گریپ فروت تاخیر شود پوست آن کلفت شده و قسمت سفیدی زیر پوست ضخیم می شود و مقدری از آب خود را از دست می دهـد . گریپ فروت رسیده برد و طعم آن ترش و شیرین و کمی تلخ می باشد . نوعی از گریپ فروت که در شمال ایران می روید چون داخل آن قرمز رنگ است به آن توسرخ می گویند . گریپ فروت در حال حاضر در چین ، هند ، خاورمیانه و در ایران هم در شـمال و هم جنـوب پرورش داده می شـود. گریپ فروت در تمـام طول سـال در بـازار وجود دارد ولی فصـل آن از ژانویه تـا می می باشـد . - ترکیبات شـیمیایی:گریپ فروت منبع غنی ویتامین C و B۱ می باشـد . پوست گریپ فروت دارای مقـدر زیادی پکتین است مهمترین ترکیبات شـیمیایی گریپ فروت ناری گین ، لیموئین ، سسـکی ترپین ، آلدئید ، ژرانیول و کادینین می باشد . در صد گرم گریپ فروت مواد زیر موجود است انرژی ۳۰ کالری آب ۸۸ گرم پروتئین۰/۳ گرمچربی ۰/۱۳ گرم کلسیم ۱۱/۵ میلی گرم فسـفر ۱۲ میلی گرم پتاسیم۱۳۰ میلی گرم آهـن ۰/۲ میلی گرم ویتـامین آ ۱ واحـد ویتامین ب ۱۰/۰۲ میلی گرمویتامین ب ۲۰/۰۱ میلی گرمویتـامین ب ۳۰/۰۱ میلی گرمویتامین ث ۳۰ میلی گرم گریپ فروت یـک میوه اسـیدی است و بهتر است که آنرا همراه دیگر مرکبـات مصرف کرد و هنگـامی که آنرا می بریـد زود آنرا مصـرف کنیـد زیرا در اثر مانـدن مـواد مـوثر خوردا از دست داده و تلـخ میشود. گریپ فروت از لیمو ترش کمتر اسـیدی است بنابراین آنهائیکه نمی توانند از لیمو ترش اسـتفاده کننـد بهتـر است که این میوه را بجـای لیمو ترش مصـرف کننـد . - خـواص داروئی:۱)گریپ فروت چون دارای کـالری کمی اسـت نوشابه بسیار خوبی برای آنهایی است که می خواهنـد وزن کم کنند و لاغر شوند . گریپ فروت از پرتقال کمتر قند درد .۲)گریپ فروت تمیز کننـده بـدن از مـواد سـمی است و این مـواد را سـریعا دفع می کنـد و دلیـل آن این است که هنگـامیکه از گریپ فروت اسـتفاده می کنید بعلت دفع مواد زائد ممکن است اسـهال تولید شود. ۳)گریپ فروت داروی خواب است . اگر می خواهیـد خواب خوش و سـنگین داشـته باشـید یـک گریپ فروت و یا آب آنرا گرفته قبل از رفتن به رختخواب آنرا بخوریـد . ۴)گریپ فروت ضد سرماخوردگی است و تب را پائین می آورد در هنگام سـرمخوردگی و تب آب گریپ فروت بنوشـید . ۵)گریپ فروت بدلیل ترش بودن ترشح اسـید معده را بیشتر میکند پس باید آنرا قبل از غذا مصـرف نمود تا اشتها را تحریک کرده و غذا را زودتر هضم نماید . ۶)آنهائیکه کلیه و مثانه و کیسه صـفرایشان سـنگ تولیـد می کند حتما باید گریپ فروت بخورند زیرا گریپ فروت از درست شدن سنگ جلوگیری می کنـد . ۷)مهمترین کـاربرد گریپ فروت برای جلوگیری و درمـان بیماری قلبی است و گریپ فروت شـفابخش قلب است زیرا کلسترول را پائین آورده و رگها را از وجود چربیها و مواد رسوب کرده پاک می کنـد و پیشـرفت تصـلب شـرائین را متوقف می سازد .تحقیقاتی که جدیدا روی بیماران مبتلا به کلسترول بالا انجام شده است نشان داده است که مصرف ۲ عدد گریپ فروت در روز کلسترول خون را بطور متوسط ۱۰٪ پائین می آورد و حتی مقدر HDL را که چربی مفید است بالا می برد . بنابراین کسانیکه مبتلا به عارضه کلسترل بالا هستند باید گریپ فروت را با پوست مصـرف کنند زیرا پکتین و ویتامین P در قسمت سفیدی پـوست گریـپ فروت وجـود دارد . ۸)خـوردن دو عـدد گریپ فروت در روز احتمـال حمله قلـبی را بنحـو بـارزی کـاهش می دهد

بنابراین کسانیکه در خانواده شان سابقه قلبی و بیماری قلبی وجود دارد حتما باید از گریپ فروت استفاده کنند . ۹)تحقیقاتی که در روی خوکها انجام گرفته نشان داده است که گریپ فروت در سلامتی شریانها اثر معجزه آسائی درد . دانشمندان به یک دسته از خوکها غذاهای چرب ولی همراه با پکتین گریپ فروت دادند و به دسته دیگر بدون پکتین گریپ فروت . دسته اول عمر بیشتر داشته و بعد از تشریح جسد آنها بهیچ وجه اثری از تصلب شرائین مخصوصا در شریانهای اکلیلی قلب و آئورت دیده نشد در حالیکه دسته دوم که فقط غذاهای چرب مصرف کرده بودند مبتلا به تصلب شرائین و کلسترل بالا شده بودند . دانشمندان ژاپنی چند سال پیش آزمایشهائی در مورد اثر گریپ فروت روی سرطان بر روی موشها انجام دادند . به موشهائی که مبتلا به سرطان بودند عصاره گریپ فروت تزریق کردند و با کمال تعجب مشاهده نمودند که رشد غده سرطانی در آنها متوقف شد و پس از چندی همه آنها بهبود یافتند . آنها نتیجه گرفتند که در گریپ فروت و مخصوصا در پوست آن ماده ضد سرطان وجود دارد . ۱۰)هسته گریپ فروت نیز خواص بسیاری درد زیرا میکرب کش ، ضد قارچ و ضد Yeast است البته عصاره هسته گریپ فروت بصورت قرص و کپسول در فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها موجود است می توانید خریدری کرده و مصرف کنید و یا اینکه هسته های گریپ فروت را جمع آوری کرده و خشک کنید سپس در داخل آسیاب برقی ریخته و پودر کنید و هر روز مقدر یک قاشق چایخوری از آنرا با آب میل کنید یا اینکه همانطوریکه گفته شد همه گریپ فروت را با پوست سفید آن دو هسته آن در داخل مخلوط کن برقی ریخته و مصرف کنید.- مضرات :گریپ فروت را نباید بهمراه تعدادی از داروها خورد زیرا اثر آنها را چند برابر می کند مثلا کسیکه داروی فشار خون مصرف می کند اگر آنرا با گریپ فروت بخورد اثر دارو زیادتر شده و شخص فشار خونش بشدت پائین می آید و خطرناک است.

ماميران كبير

نام علمی : Chelidonium majus - کلیات گیاه شناسی مامیران کبیر گیاهی است چند ساله که ارتفاع آن تا یک متر می رسد این گیاه بومی آسیا و اروپا می باشد. برگهای آن برنگ سبز کبود و دندانه دار و گاهای آن زرد رنگ و به صورت چتر میباشد . میوه مامیران باریک و دراز بوده که دانه ها در داخل آن قرار گرفته اند و شیره ای زرد رنگ در آن وجود دارد که پوست را می سوزاند و برای از بین بردن میخچه یا بکار می رود . این گیاه در شمال ایران ،گیلان و مازندران به حالت خودرو می روید . - ترکیبات شیمیایی:این گیاه سمی است و استفاده زیاد از آن باعث تشنج می شود .مامیران کبیر دارای آلکالوئید های مختلفی مانند چلیدونین ، هیموچلیدونین ، کلریتین ، پروتوپین ، آلیکری توپین ، هربرین و اسپارتئین می باشد . در مامیران کبیر همچنین نمک های کلسیم ، منیزیوم و آلمینویم ، مواد رزینی و موسیلاژ موجود است . - خواص داروئی:تمام قسمت های این گیاه و شیره آن مصرف دارویی دارند البته ریشه آن قوی تر از بقیه قسمت های آن است . ۱)جوشانده و یا دم کرده مامیران برای درمان سرطان معده بکار می رود ۲)در معالجه آسم اثر مفید درد۳) تشنج را برطرف می کند ۴)فشار خون را پائین می آورد ۵)ادرار آور و ملین است ۶)درمان کننده تصلب شرائین است ۷)دردهای سرطانی را ساکت می کند ۸)برای معالجه آنژین دیواترین از آن استفاده می کنند ۹)برای درمان آب آوردن بدن مفید است ۱۰)سنگ کلیه را خرد کرده و دفع می کند ۱۱)برای معالجه نقرس مفید است۱۲)داروی خوبی برای برطرف کردن بیماریهای کبدی است ۱۳) برای درمان زخم ها ی چرکین ، ریشه له شده مامیران را مانند ضماد روی اینگونه زخم ها بگذارید۱۴)شیره مامیران داروی موثری برای از بین بردن زگیل و یا میخچه است . این شیره را با گلیسرین به سنبت مساوی مخلوط کرده و روی زگیل یا میخچه بگذارید تا آنرا از بین ببرد.- طرز استفاده: جوشانده : مقدر ۲۰ گرم برگ خشک و یا ریشه مامیران را در یک لیتر آب حل کنید . مقدر مصرف آن یک فنجان سه بار در روز است .دم کرده مامیران : ۳۰ گرم برگ خشک مامیران را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید برای مدت ده دقیقه دم بکشد . سپس صاف کرده و

مصرف کنید . تنطور ماميران : اين تنطور را می توانيد از فروشگاههای گياهان دارويی و يا برخی از داروخانه ها خريدری کنيد و يا اينکه مقدر ۱۰۰ گرم برگ خشک يا ريشه ماميران را در ۵۰۰ گرم الکل سفيد خيس کرده بگذاريد برای مدت دو هفته بماند . البته هر روز آنرا تکان دهيد پس از اين مدت آنرا صاف کرده و در شيشه دربست نگهداری کنيد مقدر مصرف آن ۱۰-۱۵ قطره سه بار در روز است. شيره ماميران : برای استفاده از شيره ماميران آنرا با عسل مخلوط کرده و استفاده کنيد . - مضرات : همانطور که گفته شد مصرف زياد ماميران کبير توليد مسموميت می کند و حتی استفاده زياد آن بصورت له شده روی رخم ها نيز همين خطر را درد زيرا از راه پوست جذب بدن می شود . بنابراين بايد مصرف آن در حد گفته شده باشد و تحت نظر متخصص مصرف شود.

فندق

نام علمی : Corylus avellana - کليات گياه شناسی فندق درختچه ای است به ارتفاع تقريبا دو متر که در نواحی مساعد تا ارتفاع ۶متر نيز می رسد . درخت فندق بومی اروپا و آسيای صغير استبرگهای درخت فندق پهن و نوک تيز با دو رديف دندانه ، برنگ سبز و يا دمبرگی بطول تقريبا يک سانتيمتر می باشد فندق دارای دو نوع گل نر و ماده است که بصورت سنبله آويخته در پائيز ظاهر می شود . فندق گرد ۲/۵-۱/۵ سانتيمتر است . دارای پوششی سبز رنگ بوده که پس از خشک شدن تدريجا از آن جدا می گردد.- ترکيبات شيميايی:مغز فندق در حدود ۶۰ درصد روغن درد که برنگ زرد روشن بوده و دارای طعمی ملايم و بوی مطبوعی می باشد . اين روغن بمصرف تغذيه عطر سازی و نقاشی می رسد . مغز فندق دارای مقدر زيادی فسفر می باشددر صد گرم مغز فندق مواد زير موجود است : انرژی ۶۲۵ کالرياب ۵/۸ گرم پروتئين ۱۲/۵ گرم مواد نشاسته ای ۱۵ گرم مواد چرب ۶۰ گرمکلسيم ۲۰۰ ميلی گرم فسفر ۳۲۰ ميلی گرم آهن۳/۵ميلی گرم سديم ۲ ميلی گرم پتاسيم۷۰۰ ميلی گرم ويتامين ب ۱ ۰/۵ ميلی گرمويتامين ب ۳ ۱ ميلی گرم - خواص داروئی:فندق از نظر طب قديم ايران گرم و خشک است . برگ و شکوفه گل وپ وست آن (مخصوصا پوست ريشه آن)قابض است ۱)فندق بدليل اينکه دارای مقدر کمی مواد نشاسته ای است ضمنا دارای مواد معدنی زيادی مانند کلسيم پتاسيم ، فسفر منيزيوم سديم و آهن می باشد غذای بسيار خوبی بای مبتلايان به بيماری قند است۲)فندق غذای مناسبی برای تقويت بدن و مخصوصا دوره نقاهت است . ۳)فندق مقوی روده ها و معده است .۴)فندق سموم را از بدن خارج می سازد ۵)فندق فشار خون را بالا می برد ۶)خانم هائيکه در بين دو عادت ماهانه خونريزی دارند برای درمان آن بايد جوشانده پوست فندق بخورند . ۷)روغن فندق برای از بين بردن سرفه و درد سينه مفيد است . ۸)روغن فندق برای کبد نافع است ۹)برای جلوگيری از ريزش مو پوست فندق راب سوزانيد و خاکستر آنرا با پيه خوک مخلوط کرده و قسمت هايی را که مو ريخته با آن ماساژ دهيد . ۱۰)فندق بو داده مخلوط انيسون برای سوزش مجرای ادرار و تقويت نيروی جنسی مفيد است ۱۱)آنهائيکه کارهای فکری می کنند بايد فندق بخورند زيرا بدليل داشتن فسفر زياد مغز را تقويت می کند. - مضرات :فندق اگر به مقدر کم خورده شود بهيچوجه مضر نيست ولی افراط در خوردن آن ايجاد نفخ و گاز شکم کرده و استفراغ توليد می کند برای جلوگيری آنهائيکه سرد مزاج هستند بايد فندق را با آب و عسل خورده و گرم مزاجان با سکنجبين بخورند .

دم اسب

نام علمی : Equisetum Arvense - کليات گياه شناسی دم اسب گياهی است که از ۲۷۰ ميليون سال پيش در روی زمين وجود داشته است و بعنوان گياه داروئی در اروپا و چين بکار رفته است . دم اسب چون دارای مقدر زيادی سيليس می باشد بنامس يليس Silica نيز معوف است . دم اسب دو نوع ساقه هوايی درد .ساقه ای که برنگ قرمز است و د راوائل بهار ظاهر می شود و ديگری ساقه نازا که برنگ سبز بوده و بعد از آن رشد می کند و مصرف طبی درد . دم اسب در کشورهای اروپا ، آسيا و ارتفاعات

هیمالیا و شمال ایران بطور خودرو می روید. – ترکیبات شیمیایی:گیاه دم اسب دارای اسید سال سیلیک ، اسید لیوئیک اسید مالک اسید اگزالیک ، اکویس تونین ، اسید اکویس تیک ، دی متیل سولفون ، اکوتی نیک ، یک ماده تلخ ، یک ماده رزینی ، چربی ، ساپونین و همچنین دارای مقدرزیادی (در حدود ۷۰٪) سیلیس می باشد آزمایشات متعدد نشان می دهد که دم اسب مقدر بسیار کمی طلاـ نیز دارد . – خواص داروئی: ۱– برا ی رفع گلو درد و روم گلو جوشانده دم اسب را غرغره کنید . ۲–کمپرس آن برای برطرف کردن دردهای آرتروز و روم مفاصل مفید است . ۳–برای درمان التهاب چشم چشمان خود را با جوشانده دم اسب بشوئید . ۴–ضرب خوردگی قسمت هیا بدن را با کمپرس دم اسب التیام دهید . – طرز استفاده: دم کرده : یک قاشق مربا خوری از گیاه خشک را در یک لیوان آب جوش ریخته و برای مدت ۱۰ دقیقه دم کنید . جوشانده : مقدر ۱۰۰–۸۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید برای مدت نیمساعت بجوشد سپس آنرا صاف کرده و بمقدر یک فنجان قبل از هر غذا بنوشید . شراب دم اسب : ۳۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر شراب سفید ریخته و بمدت دو هفته بگذارید بماند البته هر روز آنرا تکان دهید پس از این مدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربست نگهدری کنید . مقدر مصرف آن یک لیوان صیح ناشتا می باشد . و معمولا برای بند آوردن خونریزی استفاده می شود . از این شراب برای شستشوی زخم ها نیز می توان استفاده کرد . گرد دم اسب : گیاه خشک شده را در آسیاب برقی بریزید تا بصور پودر داراید . مقدر مصرف پودر یک گرم قبل زا هر غذا است . – مضرات :این گیاه را نباید اطفال خردسال و زنان حامله مصرف کنند مقدر مصرف زیاد آن ینز ممکن است باعث ناراحتی معده و اختلال در دستگاه هضم و اسهال شود .

گیاه زوفا

نام علمی : Hyssopus Officinalis – کلیات گیاه شناسی زوفا درختچه ای است پایا با ساقه های منشعب که ارتفاع آن تا ۶۰ سانتیمتر می رسد این گیاه بحالت خودرو در نواحی جنوب اروپا، ایران ، هند ،ترکیه و شوروی می روید . برگهای آن کوچک، خط در ، نوک تیز و سبزرنگ است که بسیار معطر می باشد .گلهای آن آبی و گاهی سفید اند که در انتهای ساقه ظاهر می شود . – ترکیبات شیمیایی: برگهای زوفا دارای طعمی تند و مطبوع می باشد . ماده ای شیمیایی که در آن وجود دارد بنام هیسوپین معروف است . در زوفا همچنین حدود ی درصد اسانس وجود دارد . – خواص داروئی:زوفا از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است ۱)سرفه و ناراحتی های ریوی را برطرف می کند . ۲)نرم کننده سینه است ۳)خلط آور است ۴)معده را تقویت می کند ۵)نفخ شکم را برطرف می کند ۶)ادرار آور است ۷)داروی مفیدی برای مداوای آسم است ۸)اشتها را زیاد می کند ۹)برای رفع کم خونی مفید است ۱۰)افسردگی را برطرف می کند ۱۱)برای درمان صرع مفید است۱۲)برای التیام زخم برگهای زوفا را له کرده و روی زخم بگذارید۱۳)برای درمان تب خال مفید است و کسانیکه تب خال می زنند باید از دم کرده زوفا استفاده کنند . ۱۴)در قدیم از زوفا برای سقط جنین استفاده می کردند . ۱۵)درد شکستگی را می توان با کمپرس زوفا آرام کرد. – طرز استفاده: دم کرده : مقدار ۵۰ گرم برگ وشاخه های گلدار زوفا را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۱۵ دقیقه دم کنید . مقدر مصرف این دم کرده یک فنجان سه بار در روز است . جوشانده : مقدار ۵۰ گرم برگ و سرشاخه های گلدار زوفا را در یک لیتر آبجوش ودر کرده و بمدت نیمساعت بگذارید بآرامی بجوشد این جوشانده را برای کمپرس استفاده کنید . تنطور زوفا : این تنطور را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها خریدری کنید . مقدر مصرف آن۵–۱۰ قطره سه بار در روز مخلوط با آب است . – مضرات :مصرف بیش از اندازه این گیاه برای کبد مضر است و همچنین چون اثر سقط جنین درد بنبراین زنان حامله باید از خوردن آن پرهیز کنند .

عناب

نـام علمی Zizyphus jujuba Mill – کلیـات گیـاه شناسـی عنـاب درختی است که ارتفـاع آن تا ۸ مـتر می رسـد نوعی از این درخت مسـتقیم و باریـک است و نوعی دیگر بصورت کـج و معوج بالاـ می رود . عنـاب بومی منـاطق گرمسیر است کشت آن در شمـال آفریقـا ،جنوب اروپا و نواحی مـدیترانه رواج دارد . برگهای این درخت کوچک ، زیبا ، شـفاف متناوب و دنـدانه دار است . گلهـای آن کوچـک و برنـگ سبز مایل به زرد می باشـد. میوه این درخت که عناب نامیـده می شود برنگ قرمز و بشـکل تخم مرغ ودارای یک هسـته است . طعم عناب کمی شـیرین است – ترکیبات شیمیایی:عناب دارای لعاب فراوان ف حدود ۵٪ مواد پروتئینی ، ۴٪مواد قندی و مقدر زیادی ویتامین C و املاح می باشد. در عصاره آبی چوب عناب اسـید زی زی فیک و اسید زی زی فوماتیک وجود دارد. – خواص داروئی:عناب از نظر طب قدیم ایران معتدل است . البته ابو علی سـینا اعتقاد داشت که عناب کمی سـرد اسـت .۱)عناب بدلیل داشتن لعاب زیاد نرم کننده سینه است ۲)ملین است مخصوصا اگر آنرا با آب و یا شیر بجوشانید ۳)ادرار را زیاد می کند۴)عناب آرام کننـده اعصاب است ۵)خون را تمیز می کنـد ۶)ضد سرفه است۷)خـواب آور است و بیخوابی را برطرف می کند ۸)جوشانده پوست درخت عناب داروی ضد اسـهال است ۹)آسم وتنگی نفس را برطرف می کند۱۰)برای معالجه و التیام زخمهای کهنـه گرد ریشـه خشـک شـده عنـاب را روی آنهـا بپاشـید . ۱۱)هسـته عنـاب خـواب آرو است ۱۲)خسـتگی شدیـد را برطرف می کند۱۳)رشـد موی سـر را زیاد می کند ۱۴)جوشانـده عناب گرفتگی صـدا را برطرف می کند ۱۵)جوشانده عناب برای سـرفه و درد سینه مفیـد است ۱۶)برای برطرف کردن ورم چشـم ، عنـاب را به چشم بمالیـد ۱۷)دسـتگاه هاضـمه را تقویت می کند ۱۸)حافظه را تقویت می کند۱۹)کم اشتهایی را برطرف می کند۲۰)هرگاه که احساس غمگینی کرده و گریه می کنید یک فنجان دم کرده عناب لبخند به لبهای شـما می آرود۲۱)و بالاخره برای درمان سـرطان آب عناب را با کاهو بخوریـد .– طرز اسـتفاده: جوشانده عناب : ۵۰ گرم عناب را در یک لیتر آب ریخته و بجوشانیـد تا حجم آن دو سوم شود. جوشانـده عناب و جو : ۱۴ دانه عناب را با ۲۵ گرم جو پوست کنـده مخلوط کرده و در ۲ لیتر آب ریخته و آنقـدر بجوشانید تا جو باصـطلاح شـکفته شود و ۱/۵لیتر آًب باقی بمانـد . این جوشانده را بگذارید تا ته نشین شود . سپس روی آنرا بردارید و بنوشید . خیس کرده عناب : تعداد ۲۰ دانه عناب را با ۳۰ دانه مویز دانه گرفته و ۳۰ دانه سپستان و ۱۷ گرم شاخه گلـدار بنفشه در نیم لیتر آب خیس کنید و بگذارید تا صـبح بماند سـپس آنرا صاف کرده و با ۵۰ گرم شیر خشت و ۵۰ گرم ترنجبین مخلوط کنید تا کاملا حل شود سپس قدری گلاب به آن اضافه کرده و بنوشید . – مضرات :عناب در اشخاص سرد مزاج تولید گاز و نفخ می کند . اینگونه اشخاص باید عناب را با شکر و مویز بخورند . ضمنا عناب نیروی جنسی را کم می کند بنابراین باید با غذاهای محرک مانند عسل خورده شود .

لوبیا

نـام علمی : Phasaeolous vulgaris– کلیـات گیاه شناسـی لوبیا گیاهی است از تیره بقولات ، علفی وب الا رونـده که بـدور درختان و گیاهان دیگر می پیچد . برگهای آن سبز رنگ ، پهن ، بزرگ و نوک تیز است که شامل سه برگچه بشکل قلب می باشد . گلهـای آن سـفید مایل به زرد یا بنفش و میوه آن باریک و غلاف ماننـد است که دانه های لوبیا در آن قرار دارد .از پوست و دانه های لوبیا هنگامیکه لوبیا سبز است اسـتفاده میشود که بنام لوبیای سبز معروف است ولی هنگامیکه پوست غلف سـفت می شود دانه های داخل آن بصورت لوبیای خشک که برنگ قرمز یا سـفید می باشد مورد استفاده غذایی قرار می گیرد . – ترکیبات شیمیایی:در صـد گرم لوبیای سبز مواد زیر موجود است آب ۹۲ گرم پروتئین۱/۶ گرمچربی ۰/۲ گرممواد نشاسته ای۴/۵ گرم سدیم ۴ میلی گرم پتاسیم۱۵۰ میلی گرم کلسیم۵۰ میلی گرم فسفر ۳۵ میلی گرم آهن ۰/۶میلی گرم ویتامین آ ۵۴۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۱۶ میلی گرم

ویتامین ب ۲ ۰/۱ میلی گرم ویتـامین ب ۳۰/۵ میلی گرم ویتـامین ث۱۵ میلی گرم اینوزیت۰/۷۵ میلی گرم ساکارز۱/۵ گرمدر صد گرم لوبیای خشک مواد زیر موجود است آب ۱۰ گرم پروتئین۲۲ گرم چربی ۱/۵ گرمسدیم۱۵ میلی گرم پتاسیم ۱ گرم کلسیم ۱۳۰ میلی گرمفسفر ۴۲۰ میلی گرم آهن۷ میلی گرم ویتامین آ ۲۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۵۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۲/۴ میلی گرم برگهای لوبیادارای ماده ای بنام آلان توئین می باشد . - خواص داروئی:لوبیا قرمز از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است و لوبیای سفید معتدل است ۱)ادرار آور است و حجم ادرار را زیاد می کند ۲)درمان کننده بیماریهای دستگاه ادراری است ۳)سـنگ کلیـه را برطرف می کند۴)سـینه و ریـه را نرم می کند۵)آب را از بـدن خـارج می سـازد ۶)لوبیـای سبز مقوی قلب اسـت ۷)نیروی جنسـی را تحریـک می کنـد ۸)قاعـده آور است ۹)کلسـترول خـون را پـائین می آورد ۱۰)ضد سـرطان است۱۱)برای رفع بیماریهای قلبی مفید است ۱۲)بدلیل داشتن مقدرزیادی الیاف روده ها را تمیز می کند۱۳)فشار خون را پائین می آورد۱۴)یبوست را برطرف می کنـد ۱۵)در استعمال خـارحی در لوبیـا را خیمر کرده و روی زخمهـای اگزمـا بگذاریـد تـا آنهـا را التیام دهـد . - طرز استفاده: جوشانده : مقدر ۳۰ گرم لوبیـای خشـک را در یـک لیتر آب جوش ریخته و بگذاریـد ده دقیقه بجوشـد سپس آنرا صاف کرده و یـک فنجان قبل از هر غـذا بنوشـید .لوبیای پخته : لوبیا را در آب ریخته و بجوشانیـد تا کاملا پخته و نرم شود و بمقـدر یک فنجـان در روز بخوریـد برای جلوگیری از نفـخ معـده می توان لوبیـا را با خردل ، زیتون و آبلیمو مصـرف کرد . سوپ لوبیا : از نظر داشـتن مواد پروتئینی و الیـاف بسـیار مفیـد است . سوپ لوبیـا را با جعفری و گشـنیز و هویـج بپزیـد . - مضـرات :لوبیا بعلت داشـتن پروتیئن برای شاخاصـی که مبتلا به بیماری نقرس بوده و اسـید اوریک خونشان بالاست مناسب نیست . ضـمنا لوبیا بدلیل اینکه گاز زیـادی در معـده و روده تولیـد می کنـد بایـد بمقـدر کم استفاده شود و همچنین با طریقه پخت مناسب آنراقابل هضم کرد . بـدین منظور باید لوبیا را بعد از شسـتن در آب گرم ریخته و بمدت چند ساعت بگذارید خیس بخورد سپس آب آنرا دور ریخته آب تازه روی آن بریزید و بپزید .

علف هفت بند

نام علمی : Polygonum aviculare- کلیات گیاه شناسـی علف هفت بند گیاهی است یکساله و دارای ساقه خوابیده که طول آن به ۵۰ سـانتیمتر می رسـد . برگهـای آن ریز ، نوک تیز و گلهـای آن ریز و کوچـک و برنـگ صورتی است . این گیـاه در اکثر نواحی آسیا اروپا و آفریقا و آمریکا می روید و در مقابل عوامل خارجی بسیار مقاوم است . بطوریکه حتی اگر لگدمال شود باز هم از بین نرفته است . علف هفت بنـد در چمنزارهـا کنار جاده ها ، اراضـی متروک و خرابه ها مناطق سایه در و بین تخته سـنگ ها می رویـد . این گیـاه در اکثر نقاط ایران نیز وجود دارد - ترکیبات شـیمیایی: علف هفت بنـد دریا اسـید پوگیلونیک ، اسـید اگزالیک ، آرابینوسـید ، اسانس ، مواد رزینی ، مواد قنـدی و موسـیلاژ می باشـد- خواص داروئی:گیاه هفت بنـد از نظر طب قدیم ایران گرم و خشـک است ۱) قـابض اسـت و برای رفـع اسـهال و اسـهال خـونی بکـار می رود ۲)در بنـد آوردن خونریزی مفیـد اسـت۳)آسم و برونشیت را درمان می کند ۴)تب را پـائین می آورد ۵)برای برطرف کردن اگزمـا بکار می رود۶)ورم روده بزرگ را برطرف می کند۷)برای رفع ترشـحات زنانه مفید است ۸)آنهائیکه به بیماری قنـد مبتلا هسـتند با اسـتفاده از این گیاه می توانند قند خون خود را کنترل کننـد ۹)سـنگ کلیه و مثـانه را خـارج می سازد ۱۰)برای رفع دردهای معـده مفیـد است ۱۱)برای درمان استسقاء مفید است ۱۲)در معالجه میگرن موثر است۱۳)درد سیاتیک و درد کمر را برطرف می کند۱۴)نفخ را برطرف کرده و هضم غذا را تسـهیل می کند ۱۵)تاول و سوختگی را با کمپرس این گیاه معالجه کنید ۱۶)برای تسکین دردهای نقرس و رماتسم از کمپرس این گیاه استفاده کنید ۱۷)برای درمان زخم های چرکی ، گرد این گیاه را روی زخم ها بریزید - طرز استفاده: جوشانده : مقدر ۳۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمـدت ۱۰ دقیقه بگذارید بجوشد سـپس آنرا صاف کرده باشـکر و یا عسل مخلوط کنید . مقدر

مصرف این جوشانده یک فنجان سه بار در روز است .شراب : مقدر ۴۰ گرم گیاه خشک را در یک لیتر شراب ریخته و بگذارید بآرامی بجوشد و سپس آنرا صاف کنید . مقدر مصرف آن نصف فنجان سه بار در روز است . – مضرات :این گیاه محرک سلسله اعصاب بوده و ممکن است استفاده زیاد از آن باعث تشنج شود

اسطوخودوس (لاواندر)

نام علمی : Lavandula- کلیات گیاه شناسی اسطوخودوس در بیشتر نقاط دنیا بحالت خود می روید مخصوصا در جنوب فرانسه مناطق مدیترانه و در تورنتو به مقدر زیاد وجود دارد و بسته به شرایط میط و خاک به انواع مختلفه ظاهر می شود . اسطوخودوس گیاهی است چندین ساله به ارتفاع حدود نیم متر با برگهای متقابل ، باریک ، دراز سبز رنگ و پوشیده از کرکهای سفید پنبه ای. گلهای آن برنگ بنفش و بصورت سنبله می باشد. قسمت مورد استفاده این گیاه ، گلها و سرشاخه های گلدار آن است . اسطوخودوس بوی بسیار مطبوعی درد . طعم آن تلخ است و بعلت بوی مطبوع آن در عطر سازی مصرف می شود . اسانس اسطوخودوس که از تقطیر گل و سرشاخه های گلدار این گیاه بدست می آید مایعی است زردرنگ یا زرد مایل به سبز که دارای بوی مطبوعی است . – ترکیبات شیمیایی: اسانس اسطوخودوس دارای حدود ۴۰٪ استات لینالیل است همچنین در آن ترکیباتی نظیر اسید بوتیریک ، اسید پروپیونیک و اسید والریک ، لینالول آزاد و ژرامبول وجود دارد . – خواص داروئی:اسطوخودوس از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . ۱)برای رفع خستگی و آرامش چند قطره روغن اسطوخودوس را در وان آب گرم ریخته و برای مدت یکربع ساعت در آن دراز بکشید . ۲)گرفتگی ها را باز می کند . ۳)مقوی معده است .۴)ادرار آور می باشد . ۵)معرق است و تب را پائین می آورد .۶)صفرا بر بوده و کبد را بکار می اندازد و بیماری های کبدی را برطرف می کند . ۷) ضد تشنج است . ۸)برای تقویت عمومی بدن خوب است . ۹)کرم های معده و روده را از بین می برد . ۱۰)بیماری های سینه و سرفه را برطرف می کند . ۱۱)در معالجه زکام موثر است .۱۲)از آن می توان بعنوان مسهل و تمیز کننده استفاده کرد. ۱۳)برای رفع بیماریهای مجاری و ادرار مفید است . ۱۴)برای برطرف کردن رعشه و سرگیجه حدود ۵ گرم از پودر آنرا با عسل مخلوط کرده و هر شب بخورید . ۱۵)برای رفع فراموشی و تقویت حافظه از دم کرده اسطوخودوس استفاده کنید . ۱۶)برای رفع بیخوابی یک قطره از روغن اسطوخودوس را روی یک تکه پنبه بچکانید و آنرا داخل بالش خود قرار دهید خواب مطبوعی برای شما می آورد . ۱۷)برای برطرف کردن غم و اندوه هر روز دم کرده اسطوخودوس بنوشید . ۱۸)اگر دست و پای شما خواب می رود از این گیاه استفاده کنید . ۱۹)برای پیشگیری از آب آوردن بدن دم کرده اسطوخودوس بنوشید . ۲۰)زردی را برطرف می کند . ۲۱)برای رفع حالت تهوع و سرگیجه مفید است . ۲۲)سردرد و سردردهای یکطرفه را درمان می کند . ۲۳)برای معالجه ضعف اعصاب مفید است . ۲۴)طپش قلب را از بین می برد . ۲۵) آسم را برطرف می کند . ۲۶)برای رفع ترشحات زنانه می توانید از این گیاه استفاده کنید . ۲۷)برای برطرف کرده سوء هاضمه یک قطره اسانس اسطوخودوس را در یک لیوان آب نیم گرم ریخته و یا یک فنجان از دم کرده آن را بنوشید . ۲۸)اسطوخودوس درمان کننده رماتیسم ، آرتروز و نقرس است . برای این منظور کمپرس آنرا بر روی عضو مورد نظر بگذارید و یا اینکه ۲ قطره روغن آنرا با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و عضو دردناک را با آن ماساژ دهید . ۲۹)زخم های کهنه را با مالیدن اسانس اسطوخودوس که در الکل حل کرده اید برطرف کنید . ۳۰)برای درمان بیماریهای ریوی ۲ تا ۳ قطره روغن اسطوخودوس را با یک قاشق غذا خوری روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و سینه و پشت بیمار را ماساژ دهید . ۳۱) مالیدن پماد اسطوخودوس زخم ها را ضد عفونی کرده و التیام می بخشد . ۳۲)برای برطرف کردن بوهای نامتناسب در منزل چند قطره روغن اسطوخودوس را در آب ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد عطر مطبوعی را در هوا پخش می کند .۳۳)برای رفع بیخوابی یک قاشق چایخوری پودر اسطوخودوس را با یک قاشق چایخوری پودر سنبل الطیب مخلوط

کرده و در یک لیوان آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . این دم کرده را یک ساعت قبل از رفتن برختخواب میل کنید تا بیخوابی شما برطرف شود . – طرز استفاده: ۱) دم کرده اسطوخودوس : حدود ۵ گرم سرشاخه گلدار و یا گل این گیاه را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . مقدر مصرف این دم کرده ۴-۳ فنجان در روز است . ۲)کمپرس اسطوخودوس : ۳۰ گرم گل و یا سرشاخه گلدار این گیاه را با یک لیتر آبجوش مخلوط کرده و بمدت ۱۰ دقیقه دم کنید . ۳)اسانس و روغن اسطوخودوس را می توانید از فروشگاههای گیاهان دارویی و یا برخی از داروخانه ها تهیه کنید برای مصرف یک قطره از آنرا با یک قاشق روغن بادام و یا روغن زیتون مخلوط کرده و برای ماساژ استفاده کنید . و یا یک قطره آنرا روی یک حبه قند و یا یک قاشق عسل مخلوط کرده بخورید . – مضرات :اسطوخودوس گیاهی است بی ضرر که همه می توانند از آن استفاده کنند . فقط برای اشخاص صفراوی مزاج خوب نست و باعث آشفتگی می شود . اینگونه اشخاص باید آنرا با سکنجبین یا کتیرا بخورند .

لیمو ترش

نام علمی : Citrus limon – کلیات گیاه شناسی حتما شنیده اید که گفته اند سیب سلطان میوه هاست ولی اگر خواص لیمو ترش را برای شما بشماریم مطمئنا قبول خواهید کرد که سلطان میوه ها لیمو ترش است . – خواص داروئی:لیمو ترش بعلت داشتن خواص اسیدی ضد عفونی کننده قوی است . حتی اگر در مسافرتها به آب آشامیدنی مشکوک هستید و می ترسید از آن بنوشید کافی است چند قطره آب لیمو ترش را در آن بریزید . آب ر ا کاملا استرلیزه کرده و میکربهای موجود در آب را از بین می برد کسانیکه می خواهند خود را لاغر کنند اگر صبح ناشتا آب لیمو ترش را با یک لیوان آب مخلوط کنند و مقدر کمی عسل بآن اضافه نمایند و آنرا بنوشند تا ظهر گرسنه نخواهند شد و بدین ترتیب از شر چربیهای اضافی راحت خواهند شد . بهترین کلسیم آن است که از پوست تخم مرغ و آب لیمو تهیه می کنند . برای تهیه کلسیم طبیعی یک تخم مرغ را تمیز شسته و در یک لیوان بگذارید و روی آن آّ یک لسمو ترش را بریزید و آنرا مدن دو سه ساعت در جای خنکی بگذارید سپس تخم مرغ را در آورده و آب لیمو را که دارای مقدر زیادی کلسیم است می توانید روی سالاد ریخته و یا با عسل یا شکر شیین کرده بنوشید از تخم مرغ هم که پوست آن نرم شده می توانید هنوز استفاده کنید . برای گلو درد بهترین دارو لیمو ترش است . یک قاشق چایخوری آب لیمو ترش را در آب نیم گرم بریزید و با آن غرغره کنید ورم گلو و گلو درد را بررطف خواهد کرد . برای گرفتگی بینی و زکام کافی است چند قطرع آب لیمو را با یک قاشق چایخوری آب مخلوط کرده و در بینی بچکانید . برای رفع کم معده و روده باید یک لیمو ترش را با پوست و هسته له کنید و آنرا با یک لیوان آب سرد و یک قاشق عسل مخلوط کده و بمدت یک ساعت قبل از خواب نوشید . برای جلوگیری از خونریزی بینی کافی است که یک تکه پنبه را آغشته به آ ب لیمو کرده و در سوراخ بینی بگذارید خون دماغ را برطرف خواهد کرد . اگر در صورت شما لکه و جوش قرمز رنگ وجود دارد درمان آن با آب لیمو و نمک است . بدین ترتیب که در مقدری آب لیمو نمک بزنید و آنرا با پنبه روی صورت خود بمالید لکه ها و جشوها را برطرف می کند .بهترین دارو برای پوست دست شما مخلوط گلیسیرین و آ ب لیمو است . آب لیمو و گلیسرین را به نسبت مساوی مخلوط کنید و بدستهای خود مبالید ببینید که چقدر پوست دستها صاف می شود . در زمستان برای جلوگیری از سرما زدگی دستهای خود را با آ ب لیمو ماساژ دهید . خوردن آب لیمو سنگهای کلیه را نیز دفع می کند. – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

عدس

نام علمی : Lens culinaris medic – کلیات گیاه شناسی عدس یکی از حبوبات است که از قدیم الایام در اکثر نقاط دنیا کشت می شده است . گیه شناسان اعتقاد دارند که عدس حتی قبل از تاریخ نیز وجود داشته است . عدس از نظر مقدر پروتئین

بسیار غی است و دربین گیاهان فقط لوبیای سویا بیشتر از عدس پروتئین دارد .عدس گیاهی است یکساله که ارتفاع آن بیش از ۳۰ سانتیمتر نیست . برگهای آن دارای ۶ تا ۱۴ برگچه می باشد که در انتهای آن پیچک قرار درد . گلهای عدس رنگ سفید و دارای رگه هایی به رنگ بنفش است . میوه آن غلاف کوچکی است و معمولاـ در هر غلاف ۱ تا ۳ عدس وجود دارد . عدس دو نوع است : ۱)عدس رسمی که دانه آن گرد و سنبتا درشت است و رنگ آن سبز مایل به زرد است . ۲)عدس ریز یا عدس قرمز که دانه های آن ریز و به رنگ قرمز می باشد . – ترکیبات شیمیایی:عدس منبع غنی پروتئین و ویتامین های گروه B می باشد . مواد موجود در ۱۰۰ گرم عدس بقرار زیر است : انرژی ۳۴۰ کالریپروتئین ۲۵ گرمچربی ۱ گرم مواد نشاسته ای ۶۰ گرمکلسیم ۸۰ میلی گرم فسفر ۳۸۰ میلی گرم آهن ۷ میلی گرم پتاسیم ۸ میلی گرم ویتامین آ ۶۰۰ واحد بین المللی ویتامین ب ۱ ۰/۴ میلی گرمویتامین ب۲ ۰/۲ میلی گرمویتامین ب ۳ ۲ میلی گرم آرسنیک ۱ میلی گرم – خواص داروئی:عدس از نظر طب قدیم ایران معتدل و خشک است و مانند دیگر گیاهان پوست و دانه آن دارای اثرات متضاد یکدیگر می باشد . یعنی پوست عدس گرم و خود عدس قابض است . بعبارت دیگر پوست آن ملین و مغز آن ضد اسهال می باشد . عدس یک غذای کامل است و انرژی لازم را برای کارهای بدنی برای انسان تامین می کند .عدس دارای خواص زیر است۱)عدس زیاد کننده ترشحات شیر است و مادران شیدره حتما باید از آن استفاده کنند .۲)عدس را در کنید و روی پوست ملتهب بگذارید التهاب را برطرف می کند . ۳)برای درمان زخم های دهان و گلو و دیفتری عدس را پخته و آب آنرا غرغره کنید . ۴)برای تقویت معده و برطرف کردن گاز معده عدس پخته را با سرکه میل کنید . ۵)آش عدس با روغن بادام برای دوران نقاهت بهترین غذاست. ۶)پماد در عدس با سرکه برای ترک دست و پا که بعلت سرما عارض شده سودمند است .۷)عدس را می توان بعنوان مسهل هم مصرف کرد چون دارای لعاب زیادی است که در درمان ناراحتی های روده نیز موثر است . ۸)عدس پخته را بعنوان مرهم برای زخم نیز می توان بکار برد .– مضرات :عدس با تمام مزایایی که درد نباید زیاد مصرف شود و در خوردن آن اسراف گردد زیرا اولا دیر هضم است و تولید نفخ می کند ثانیا قابض است و جریان خون را در رگها آهسته می کند . البته می توان برای جلوگیری از این عوارض عدس را با روغن کنجد و یا روغن بادام و با سرکه خورد . ضمنا عدس بعلت داشتن میکروپروتئین برای افرادیکه ناراحتی کلیه مخصوصا تقویت کلیه دارند زیانبخش است .

کاهو

نام علمی lactuca sativa – کلیات گیاه شناسی کاهو یکی از قدیمیترین سبزیجات دنیا است منشاء آن در هندوستان وآسیای مرکزی می باشد . کاهو طبق مدارکی که بدست آمده از شش قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است . کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد بطوریکه از اوائل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت می شده است . کاهو گیاهی است یکساله که دارای برگهای پهن و دراز و سبز روش می باشد و با طعم کمی شیرین .انواع مختلف کاهو که در حال حاضر در آمریکا کشت می شود حدود ۱۶ نوع می باشد که در تمام طول سال وجود دارد رویهمرفته دو دسته کاهو وجود دارد : ۱–کاهوی پرورشی و اهلی که در سالاد استفاده می شود که کاهوی گرد Head Lettuce و کاهوی ایرانی Romano Lettuce از انواع مهم آن است . ۲– کاهوی وحشی یا کاهوی خودروکاهوی ایرانی از نظر مواد غذایی از کاهوی گرد بهتر است . کاهوی گرد ارزش غذایی چندانی ندارد زیرا دارای مقدار زیادی الیاف است که تولید گاز و نفخ در معده می کند . – ترکیبات شیمیایی:در صد گرم کاهوی ایرانی مواد زیر موجود است :آب ۹۴ گرم انرژی ۱۸ کالریپروتئین ۱/۲ گرمموادنشاسته ای ۰/۱ گرمکلسیم۶۵ میلی گرم فسفر ۲۵ میلی گرم آهن ۱/۵ میلی گرم چربی۰/۲ گرم کلسیم ۱۸ میلی گرم سدیم ۱۰ میلی گرم پتاسیم ۲۵۰ میلی گرم ویتامین آ ۵۰۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۸ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۴ میلی گرم ویتامین ث ۱۰ میلی گرم ارسنیک۰/۰۲ میلی گرم اسید اگزالیک۰/۰۰۳

میلی گرم کاهو ضـمنا دارای مواد معدنی مانند نیکل ، کبالت ، سولفور و مس می باشد مواد شیمیایی کاهو عبارتند از : لاکتوکاروم Lactucarum (که ماده ای است مخدر) موم ، رزین ، مالیک اسـید و سوکسی نیک اسید ، لاکتوم کاروم خواب آور و مسکن است . از لاکتوم کاروم بعنوان داروی خواب آور و مسـکن و نیز در چشم پزشکی برای گشاد کردن مردمک چشم استفاده میشود . از کـاهو همچنین ماده ای بنام تریـداس Thridace گرفته می شود که مسکن و ضـد درد است . برای تهیه تریـداس سـاقه کـاهو رسیده را تکه تکه کرده وشیره آنرا بـا فشار خارج می سازنـد . این شیره را سـپس حرارت داده تا در اثر حرارت مواد آلومینی آن منعقـد می شود در نتیجه مـایعی صـاف بـدست می آیـد . این مـایع را تحت درجه حرارت کم و در خلاء حرارت داده که تریـداس بـدست می آیـد . این مـایع را می توان خشـک کرد و بصورت پودر درآورد . - خواص داروئی:- خواص گیـاه کـاهو کاهو از نظر طب قـدیم ایران سـرد و مرطوب اسـت۱)کـاهو تمیز کننـده خون است ۲)کـاهو بعلت داشـتن آهن خونسـاز است ۳)ضد تورم اسـت ۴)کاهو خواب آور و آرام بخش است ۵)کاهو برای ضعف اعصاب مفید است۶) کاهو ملین و ادرار آور است ۷)خوردن کاهو برای مالیخولیا مفید است ۸)کاهو زخم های مجاری ادرار و مثانه را درمان می کنـد ۹)اگر کاهو را با سـکنجبین و یا سرکه بخورند اشتها آور است ۱۰)کاهو اثر ضد تشنج دارد ۱۱)درد معده را تسکین می دهد ۱۲)کاهو قوای جنسی را تقویت می کند ۱۳)برای برطرف کردن درد سینه کاهو را بپزید و بخورید ۱۴)زنان شیـدره اگر می خواهند که شـیرشان زیاد شود باید کاهوی پخته بخورند ۱۵)ورم غـدد لنفاوی را برطرف می کنـد- خواص تخم کاهو تخم کاهو از نظر طب قـدیم ایران سـرد و خشک است ۱-تخم کاهو مخرب و خواب آور است ۲-خوردن تخم کاهو زکام را برطرف می کند ۳-تخم کاهو برای درد سینه مفید است ۴-خوردن تخم کاهو برای دسـتگاه ادراری نافع است و آنهائیکه قطره قطره ادرار می کننـد بایـد تخم کاهو بخورنـد (در حدود ۱۰ گرم روزانه) تـا این مرض برطرف شود . - مضـرات :اگر در خوردن کـاهو افراط نکنـد این گیاه بهیچوجه مضـر نیست زیاده روی در خوردن کاهو باعث کم شـدن قـدرت جنسـی ، فراموشـی و کم شدن حافظه ، ضـعف دید چشم و نفخ شـکم می شود . برای برطرف کردن این عوارض می توان کاهو را با نعناع ، کرفس و زیره میل کرد .

شیرین بیان Liquorice

نـام علمی : Glycyrrhiza globra- کلیـات گیـاه شناسـی شـیرین بیـان گیاه بومی ناطق مـدیترانه است و در ایران در اکثر نقاط کشور می رویـد . شیرین بیان گیاهی است چند ساله و دارای ساقه ای بطول یک متر که در نواحی معتدل تا ارتفاع دو متر می رسد . برگهای آن مرکب از تعدادی برگچه های فدر و سبزرنگ می باشد . گلهای آن برنگ بنفش ، سفید . زرد است میوه آن مانند نیام و محتوی ۵ تا ۶ دانه می باشد . ریشه شـیرین بیان بطور خیلی عمیق در زمین فرو می رود . پوست ریشه قهوه ای سیر وس یاه است . مغز ریشه زرد رنـگ بوده و طعم آن بسـته بانواع مختلف تغییر می کنـد . مثلا شـیرین بیان اسپانیا طعم ملایم درد در حالیکه شـیرین بیان یونان دارای طعم تلخ است .- ترکیبات شـیمیایی:ریشه شیرین بیان دارای گلوکز ساکاروز ، آسپاراژین ، مواد آلبومیدی رزین و کمی اسانس میباشد . ماده اصـلی که باعث شـیرینی این گیاه است گلیسیرین خوانده می شود . در شیرین بیان ماده ای بنام لکوریتی جننی چالکون وجود دارد که خاصیت دفع اسپاسم عضلات را دراست . - خواص داروئی:شیرین بیان از مظر طب قدیم ایران معتدل است . شـیرین بیـان را بصورت قطعـات کوچک به قطر ۰/۵ سـانتیمتر و طول ۱/۵ سانتیمتر بفروش می رساننـد . ۱)مهمترین خاصیت شرین بیان که جدیدا کشف شده است و در آلمان و اروپا و آمریکا ساتفاده می شود درمان کننده زخم معده و سـرطان معده اسـت برای این منظور شـربت شـیرین بیان را تهیه کرده و هر روز بمقدر یک قاشق غذا خوری قبل از غذا به مریض بدهید و اگر این عمل را تـا ۴ ماه تکرار کنیـد شـخص معالجه خواهـد شـد . ۲)برای تقویت عمومی بـدن مفید اسـت۳)خـوردن آن از پیری جلـوگیری می کند۴)برای نرم کردن سینه موثر است ۵)زخم ها و تاول های پوست را با چای شـیرین بیان شسـتشو دهید تا زود خوب شود .۶)ملین

است و معمولاـ آنرا با گیاهان دیگر مخلوط می کننـد که انقباضات را کم می کنـد ۷)مـدر و عرق آور است ۸)برای برطرف کردن زخم و التهـاب دهان ریشه شـیرین بیان را بمکیـد . ۹)سرفه را برطرف می کند ۱۰)ورم معـده را برطرف می کند۱۱)تنگی نفس را تسکین می دهد۱۲)برای درمان سوء هاضمه مفید است ۱۳)برای از بین بردن نفخ شکم مفید است ۱۴)چشم را تقویت کرده و رفع سردرد می کنـد برای این منظو از فرمول زیراسـتفاده کنید : ۲ گرم ریشه شـیرین بیـان را پودر کرده و با یک گرم شـکر و یک گرم رازیانه مخلوط کنیـد سـپس آنرا در آب خیس کرده و هر روز بخوریـد. ۱۵)برای درمان موخوره چای شـیرین بیان را به سـر بمالید .۱۶)برای رفع بوی بـد زیر بغـل و پا از برگ های شـیرین بیان پماد درست کرده و در این قسـمت ها بگذاریـد . - طرز اسـتفاده: دم کرده شـیرین بیان : مقدر ۵۰گرم ریشه بـدون پوست شـیرین بیان را آسـیاب کرده و در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید مدت ۱۰ دقیقه دم بکشـد . جوشانده شـیرین بیان : ۲۰ گرم ریشه شـیرین بیان بـدون پوست را آسیاب کرده و در ۱۰۰ گرم آب ریختـه و آنقـدر بجوشانید که دو سوم آن باقی بماند .شـربت شـیرین بیان : ریشه شـیرین بیان بدونپ وست را آسـیاب کرده و با آب مخلوط کرده و آنقـدر بجوشانیـد تـا غلیـظ شود تکه های شـیرین بیان : ماننـد آب نبات می توانیـد در دهان گذاشـته و بمکیـد . - مضـرات :استفاده زیاد از شیرین بیان برای طحال مضر است و اگر می خواهید از شیرین بیان برای برطرف کردن بیماری و برای مدت طولانی استفاده کنید بهتر است آنرا با کتیرا بخورید .

روناس

نام علمی : Rubia Tinctorum - کلیات گیاه شناسـی گیاهی است که به حالت خودرو در مناطق مدیترانه ، در شـمال آفریقا و بعضـی منـاطق آسـیا می رویـد . سـاقه این گیاه پوشـیده از خارهای ریز می باشـد و ارتفاع آن تا حـدود دو متر می رسـد . روناس با استفاده از خارهـای ریزی که درد به دیوار و درختـان می چسبد و بالاـ می رود . برگهای آن بیضـی ، نوک تیز و دراز وبـده که به صورت گروهی و به شـکل چتر از کنار ساقه بیرون می آیـد . گلهای روناس کوچک و به رنگ زرد مایل ه سبز می باشد . میوه آن گشوتی و به رنـگ تیره است . ریشه آن به نـام روناس معروف است به رنگ قرمز تیره و به صورت دراز ، باریک و استوانه ای می باشد . دارای طعمی تلخ و گس بوده و قسمت مهم این گیاه از نظر طبی محسوب می شود . از ریشه روناس در قدیم برای رنگرزی پـارچه و نـخ اسـتفاده می شـده اسـت .- ترکیبـات شـیمیایی:ریشـه رونـاس دارای مـاده ای رنگی به نـام آلیزارین می باشـد که برای رنگرزی بکـار می رفت ولی بعـد از اینکه توانسـتند این مـاده را به طریقه شـیمیایی تهیه کننـد کشت آن برای تهیه آلیزارین متـوقف گردیـد . - خواص داروئی:رونـاس از نظر طب قـدیم ایران گرم و خشـک است . ۱)باز کننـده گرفتگی ها در بدن است ۲)درا آور است و حبس البول را درمان می کنـد .۳)برای معالجه بیماری فلـج آنرا با عسل مخلوط کرده و به بیمار بدهید .۴)ترشح شیر راز یاد می کنـد. ۵)درد سـیاتیک را رفع می کنـد. ۶)یبوست هـای سـخت را معـالجه می کنـد . ۷)اشـتها آور است. ۸)قاعـده آرو است . ۹)خارش پوست را برطرف می کند بدین منظور میتوان از ضـماد اسـتفاده کرد و یا اینکه جوشانده آنرا در وان حمام بریزید و مدتی در آن استراحت کنید . ۱۰)اوره خون را پائین می آورد .۱۱)جوش خوردن استخوان شکسته را تسریع می کند . ۱۲)تورم را در بدن از بین می برد . ۱۳ از کمپرس جوشانده روناس برای رفع بیماریهای پوستی اسـتفاده کنید . - طرز استفاده: دم کرده : یک قاشق مربا خوری ریشه خرد شـده روناس را در یک لیوان آب جوش ریخته . بگذاریـد به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد . مقدر مصـرف آن نصف فنجـان سه بـار در روز است . جوشانـده رونـاس : ۱۰ گرم ریشه رونـاس را د یـک لیـتر آب ریخته و بگذاریـد برای مـدت ده دقیقه بجوشـد . این جوشـیده را در وان حمام بریزیـد و برای رفع بیماریهای پوستی در آن استراحت کنیـد . - مضـرات :همانطور که گفته شـد روناس ترشـح ادرار را زیاد می کند و فشار آنرا بالا می برد بنابرین ممکن است در اثر اسـتفاده زیاد ایجاد خون در ادرار کند و در یانصورت بهتر است که روناس با کتیرا خورده شود .

انبه

نام علمی : Mangifera indica - کلیات گیاه شناسی انبه درختی است زیبا که ارتفاع آن تا ۱۰ متر می رسد . منشا انبه هند و مالزی و برمه می باشد ولی هم اکنون در تمام مناق استوایی و حاره کشت می شود . انبه از ۴۰۰۰ سال پیش وجود داشته است . برگهای این درخت نیزه ای شکل ، گلهای آن زرد یا قرمز رنگ و بصورت خوشه ای وجود دارد . میوه آن که انبه یا منگو نامیده می شود بیضوی شکل و دارای طعمی مطبوع وشیرین بوده و دارای هسته ای نسبتا بزرگ است . انبه در اوائل ماه می می رسد و تا اوائل سپتامبر موجود است .- ترکیبات شیمیایی:انبه دارای موادی مانند اسید بنزوئیک Benzoic Acid اسید سیتریک Citric Acid و پیوری یلو دری Puri yellow Dye که ماده زرد رنگی است می باشد . انبه در حدود۱۵٪ تانن دارد . هسته انبه دارای چربی زیاد و نشاسته و اسید گالیک Gallic Acid است . در صد گرم انبه مواد زیر موجود است :انرژی ۴۵ کالری آب ۸۰ گرمنشاسته ۱۲ گرمپروتئین۰/۵ گرمچربی ۰/۱۵ گرم کلسیم۶ گرم فسفر ۹ میلی گرم آهن ۰/۱۵ میلی گرم ویتامین آ ۳۵۰۰ واحد ویتامین ب ۱۰/۴ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۳۵ میلی گرمویتامین ب ۳۰/۶ میلی گرم ویتامین ث ۲۵ میلی گرم - خواص داروئی:- خواص میوه انبه انبه رسیده از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک و نارس آن سرد و خشک است . انبه نارس تولید کننده بلغم و سودا در بدن می باشد . ۱)انبه بسیار مقوی بوده و تقویت کننده بدن است .۲)انبه تقویت کننده قوای جنسی است . ۳)رنگ صورت را درخشان می کند . ۴)دهان را خوشبو می کند .۵)ادرار آور است . ۶)یبوست را برطرف می کند . ۷)انبه دارای مقدر زیادی اسید گالیک است. بنبراین سیستم هضم را ضد عفونی و تمیز می کند. ۸)انبه تمیز کننده خون می باشد .۹)خوردن انبه بوی بد بدن را از بین می برد . ۱۰)انبه حرارت بدن را کاهش می دهد و تب را پائین می آرود . ۱۱)برای رفع اسهال مفید است . ۱۲)خوردن انبه ، سردرد ، تنگی نفس و سرفه را از بین می برد .۱۳)برای درمان بواسیر مفید است . ۱۴)عطش را برطرف می کند. ۱۵)انبه چون گرم است برای گرم مزاجان مناسب نیست و این اشخاص باید آنرا با سکنجبین بخورند . - خواص مغز هسته انبه انبه دارای هسته بزرگی است که در وسط آن مغز آن قرار درد که بجای مغز بادام می توان از آن در شیرینی جات استفاده کرد . مغز هسته انبه از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است . ۱- خوردن مغز هسته اسهال را برطرف می کند . ۲- برای معالجه سرمخوردگی مصرف می شود .۳- سرفه های سخت را درمان می کند . ۴- درمان کننده بواسیر خونی است . ۵-خانم هائیکه دچر خونریزی از رحم می باشند و یا بین دو عادت ماهیانه خونریزی دارند برای رفع آن باید از مغز انبه استفاده کنند . ۶- مغز هسته انبه کرم کش و ضد اسهال است . ۷- برای تسکین آسم و تنگی نفس مفید است .۸- ضد استفراغ است .- دیگر خواص درخت انبه ۱. گل انبه سرد و خشک است و اسهال را رفع می کند .۲. اگر شکوفه درخت انبه را خشک کرده و هر روز حدود ۳ گرم آنرا با ۱۰ گرم شکر بخورند سرعت انزال را معالجه می کند . ۳.صمغ درخت انبه را با روغن و آبلیمو مخلوط کنید برای ناراحتی های پوست مفید است . ۴.برای برطرف کردن ریزش مو ، آب برگهای درخت انبه را روی سر بمالید . ۵.برای تقویت دندان و لثه دم کرده برگ درخت انبه را مضمضه کنید .- مضرات :هضم انبه برای بعضی از افراد سخت است و ممکن است ایجاد خارش و دمل نمائید . اگر خون انبه ایجاد نفخ بکند باید آنرا با زنجبیل خورد .

ختمی

نام علمی : Althaea officinalis- کلیات گیاه شناسی ختمی گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است .گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می رسد ساقه آن از کرکهای ریز که به رنگ خاکستری می باشد پوشیده شده است .برگهای ختمی دندانه دار ، پهن و مانند قلب می باشد . گلهای آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی است که بصورت دسته

های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود . ختمی به علت داتشن گلهای زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه ها کاشته می شود . تمام قسمتهای این گیاه استفاده طبی دارد . – ترکیبات شیمیایی:ختمی دارای لعاب و موسیلاژزیادی است .این گیاه دارای مواد نشاسته ای ، چربی ، اسانس آنتوسیانین Anthocyanin آل تئین Altheine ، دای اکسی بنزوئیک اسید DIoxybenzoic Acid و سیانیدین Cyanidin می باشد .– خواص داروئی:ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و بطور کلی روی تمام اعضای بدن مخصوصا روده ها ، ریه ها ، معده ، کلیه ها و مثانه موثر است . – خواص گل ختمی ۱)ملین و برطرف کننده یبوست است .۲)بیماریهای تنفسی را برطرف می کند. ۳)سرفه های خشک را از بین می برد . ۴)برای رفع گلو درد جوشانده گل ختمی را غرغره کنید . ۵)عادت ماهیانه را منظم می کند .– خواص ریشه ختمی ۱)ناراحتی های پوستی را برطرف می کند و پوست را نرم می سازد . ۲)سرفه های خشک را از بین می برد. ۳)تب راپائین می آورد . ۴)اسهال خونی را شفا می بخشد . ۵)ادرار را زیاد می کند. ۶)کمی ترشحات عادت ماهیانه را برطرف می کند. ۷)تورم را رفع می کند. ۸)ناراحتی های دستگاه ادراری را برطرف می کند. ۹)قند خون را تنظیم می کند. – خواص برگ ختمی۱–ضماد برگ ختمی در برطرف کردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است . ۲–برای التیام شکستگی ها ، برگ ختمی را بصورت ضماد درآورده و روی محل شکستگی بگذارید. ۳–ضماد برگ ختمی در برطرف کردن درد سیاتیک مفید است .۴–رعشه را برطرف می کند. ۵–ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمی درمان کنید. – طرز استفاده: ۱– خیسانده ریشه ختمی : ۱۰ گرم ریشه ختمی را پوست کنده و خرد کرده و در یک لیتر آب سرد خیس کنید و پس از ۸ ساعت آنرا صاف کرده و نگهدری کنید این مایع در رفع اسهال خونی بسیار موثر است . ۲–دم کرده ختیم : در حدود ۲۰ گرم ریشه ختمی را تمیز کرده و خرد کنید و آنرا در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنرا صاف کرده و با عسل مخلوط کنید .۳–دم کرده گل ختمی : ۲۰ گرم گل خشک شده ختمی را در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنرا با قند یا عسل شیرین بکنید . ۴–محلول شست وشوی چشم : نیم گرم گل خشک ختمی را در ۱۵۰ گرم آب ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنرا سرد کنید و ۵ قطره الکل کامفه در آن بریزید. – مضرات :ختمی گیاه مفید و بی ضرری است فقط زنان باردار و مادرانش یدره باید از زیاد خوردن آن پرهیز کنند .کسانیکه سرد مزاج هستند باید ختمی را با عسل بخورند .

گزنه

نام علمی : Urtica dioica – کلیات گیاه شناسی گزنه گیاهی است که از دوران ماقبل تاریخ نیز وجود داشته و مردم آن زمان از آن برای تغذیه استفاده می کردند و از خواص درمانی آن اطلاع داشته اند . جالینوس حکیم که در قرن دوم میلادی زندگی می کرده آنرا برای رفع سرماخوردگی و بیمایر دستگاه تنفسی بکار می برده است .گزنه گیاهی است علفی و چند ساله که ساقه آن چهار گوش بوده و بطور قائم تا ارتفاع یک متر بالا می رو د. این گیاه در خرابه ها باغها و نقاط مرطوب که چهارپایان از آن عبور می کنند بحالت خودرو می روی ریشه این گیاه خزنده بوده و در ناحیه ای که سبز می شود کم کم تمام منطقه را فرا می گیرد . ساقه این گیاه را پرزها و تارهای مخروطی شکل پوشانده که در صورت لمس کردن ساقه بدست می چسبد و پوست را می گزد که تولید خارش و سوزش می کند و شاید بهمین دلیل آنرا گزنه نامیده اند . تخم آن نرم ، ریز و تیره رنگ و مانند تخم کتان است قسمت مورد استفاده این گیاه برگهای تازه ، ریشه ف شیره و دانه آن است . – ترکیبات شیمیایی:گزنه دارای تانن ، لسیتین اسید فورمیک ، نیترات پتاسیم و کلسیم ، ترکیبات آهن درد ، ویتامین C و نوعی گلوکوزید است که پوست را قرمز می کند از سرشاخه های این گیاه ماده قرمز رنگی بنام اورتی سین استخراج می شود . – خواص داروئی:گزنه از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است ۱) گزنه مو را تقویت کرده و از ریزش موی سر جلوگیری می کند ، حتی در بعضی از مورد موی سر دوباره می روید . برای

استفاده از این خاصیت ۶ گرم سر شاخه ها و برگها و ریشه گزنه را بتنهایی و یا با ۳۰ گرم چای کوهی در یک لیتر آبجوش ریخته و آنقدر بجوشانید تا حجم مایع به نصف برسد . شبها مقدری از این مایع را به سر بمالید و صبح بشوئید . ۲)برای برق شدن و جلا دادن به موها بعد از شستشوی سر موها را با چای گزنه ماساژ دهید . بدین منظور یک قاشق چایخوریر بگ گزنه خشک را در یک لیوان آب جوش ریخته و مدت نیمساعت بگذارید بماند . ماساژ دادن با این چای ، شوره سر را برطرف می کند. ۳)دستگاه هاضمه را تقویت می کند ۴)ادرار را زیاد می کند۵)برای درمان بیماری قند مفید است بدین منظور یک فنجان چای گزنه را سه بار در روز میل کنید ۶)ترشح شیر را در زنان شیدره زیاد می کند ۷)اخلاط خونی را برطرف می کند ۸)بیماریهای پوستی را برطرف می کند۹)برای باز کردن عادت ماهیانه از دانه گزنه استفاده کنید ۱۰)در درمان کم خونی موثر است و تعداد گلبولهای قرمز را زیاد می کند ۱۱)اگر در ادرار خون وجود داشته باشد گزنه آنرا برطرف می کند ۱۲)گزنه عرق آور است ۱۳)پاک کننده اخلاط سینه ، ریه و معده است ۱۴)نیروی جنسی را تقویت می کند ۱۵)گرفتیگ های کبدی را رفع می کند۱۶)برای از بین بردن زگیل ، ضماد برگهای تازه آنرا روی زگیل بمالید .۱۷)برای پاک کردن مثانه ، رفع عفونت مثانه و دفع سنگ از مثانه برگ گزنه را همراه با ریشه شیرین بیان دم کنید و بنوشید ۱۸)برای التیام زخم ها و زخم های سرطانی از ضماد تخم گزنه مخلوط با عسل استفاده کنید ۱۹)برای برطرف کردن کهیر از جوشانده گزنه بمقدر سر فنجام در روز بنوشید ۲۰)درد نقرس را کاهش می دهد ۲۱)برای برطرف کردن ناراحتی های زنانه قبل از عادت ماهیانه از چای گزنه استفاده کنید ۲۲)ناراحتی های کلیه را برطرف می کند ۲۳)ضماد آن درد عضلانی را برطرف می کند ۲۴)کرم معده و روده را می کشد ۲۵)درمان کننده بواسیر است ۲۶)برای برطرف کردن درد رماتیسم ، برگهای تازه آنرا روی پوست بمالید . – طرز استفاده: ۱– دم کرده گزنه : مقدار ۴۰ گرم برگ گزنه را در یک لیتر آبجوش ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه دم کنید . مقدر مصرف آن سه فنجان در روز بعد از غذاست . ۲– جوشانده گزنه : مقدار ۳۰ گرم گزنه را در یک لیتر آب ریخته و بمدت ۱۰ دقیقه آنرا بجوشانید . این جوشانده برای تصفیه خون مفید است . مقدر مصرف آن یک فنجان بین غذاها در روز است . ۳–تنطور گزنه یک قسمت برگ گزنه را با پنج قسمت الکل ۵۰ درجه طبی مخلوط کرده و در داخل شیشه در بسته بریزید و بمدت ۱۵ روز هر روز آنرا تکان دهید بعد از اینمدت آنرا صاف کرده و در شیشه دربسته نگاهدری کنید . مقدر مصرف آن ۱۵–۱۰ قطره سه بار در روز می باشد .– مضرات :گزنه اگر بیش از حد استفاده شود ممکن است برای روده ها و کلیه ها مضر باشد بنابراین بهتر است با صمغ عربی و کتیرا خورده شود . مقدر مصرف بیش از ۱۰ گرم در روز ممکن است باعث بند آمدن ادرار شود . زنان باردار و کودکان باید از مصرف آن خورددی کنند .

بلوط – گز علفی (شیره بلوط)

نام علمی : Quercus – کلیات گیاه شناسی بلوط درخت بومی در مناطق معتدله است و در ایران در جنگهای کردستان لرستان و کهکلویه می روید . ارتفاع این درخت در بعضی نواحی تا ۵۰ متر و قطر تنه آن به ۳ متر نیز می رسد . برگهای درخت بلوط پنجه ای و مانند انگشتان دست می باشد . میوه درخت بلوط که به نام بلوط معروف است مانند فندق بوده و در پیاله ای جای می گیرد . – ترکیبات شیمیایی:پوست و برگ درخت بلوط دارای تانن ، قند ، اسید گالیک ، اسید مالیک ، کوئرسین Quercine ، موسیلاژ ، پکتین رزین و روغن است . – خواص داروئی:بلوط از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است – خواص میوه بلوط میوه بلوط از قدیم الایام مورد مصرف بوده و از آن به عنوان غذا استفاده می کرده اند . حتی اگر آنرا خشک و در کرده و با در گندم مخلوط می کنند و از آن نان تهیه می نمایند . می توان بلوط را بوداده و سپس آنرا در کرده و از آن چائی تهیه کرد . مقدر مصرف آن یک قاشق چایخوری در یک لیوان آب جوش می باشد . این دم کرده را می توان برای مورد زیر بکار برد . ۱– بواسیر را برطرف می کند . ۲–اسهال ساده و اسهال خونی را رفع می کند . ۳–درد معده و گاز معده را برطرف می کند . ۴–برای رفع کم خونی موثر

است . ۵-نرمی استخوان را درمان می کند . ۶- برای تقویت عمومی بدن موثر است . ۷-برای معالجه اسهال اطفال ، در بلوط را با کاکائو مخلوط کرده و دم کرده آنرا به اطفال میدهند. - خواص درخت بلوط برای استفاده از پوست درخت بلوط یم توان آنرا در کرده و با عسل مخلوط کنید و یا اینکه یک قاشق در آنرا در یک لیوان آبجوش ریخته و به مدت ۱۰ دقیقه دم کنید . ۱- خونریزیها را متوقف می سازد . ۲-درمان کننده بواسیر خونی است . ۳-خاصیت ضد عفونی دارد . ۴-ادرار را زیاد می کند . ۵-ترشحات زنانه را از بین می برد .- مصارف خارجی پوست درخت بلوط برای استفاده خارجی از جوشانده پوست درخت استفاده می شود . بدین منظور باید ۱۵ گرم پوست درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید به آرامی بجوشد تا حجم آن به دو سوم تقلیل یابد . از این جوشانده می توان بعنوان کمپرس استفاده کرد و یا آنرا در وان حمام ریخته ودر آن استراحت نمود . ۱)خون مردگی را درمان می کند . ۲)اگزما را از بین می برد. ۳)برای درمان بیماریهای پوستی در وان حمام که در آن جوشانده پوست درخت بلوط را ریخته اید به مدت یکربع ساعت استراحت کنید .۴)اگر واریس درید این قسمتها را با جوشانده پوست بلوط کمپرس کنید . - گز علفی در اثر نیش زدن حشره ای مخصوص به برگ و یا شاخه های درخت بلوط ماده ای به بیرون تراوش می کند که در اثر مجاورت با هوا سفت شده و به صورت دانه هایی به قطر ۲ سانتیمتر بر روی ساقه و یا برگ ظاهر می شود . برای استفاده از گز شاخه های درخت را تکان می دهند تا دانه های گز به زمین بریزد . البته این دانه ها مخلوط با برگ و پوسته درخت است که باید تمیز شود . گز علفی از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . برای استفاده طبی از گز علفی می توان آنرا با عسل مخلوط کرد و یا جوشانده آنرا تهیه نمود .(۵۰ گرم در یک لیتر آب جوش) - خواص گز علفی ۱)قابض است . ۲) خونریزیها را متوقف می سازد .۳)مقوی معده است .۴)تقویت کننده دستگاه تنفسی است . ۵)سینه را نرم و صدا را صاف می کند . ۶)سرفه ها را برطرف می کند .۷)تنگی نفس را درمان می کند. ۸)برای معالجه بواسیر گز علفی را با عسل مخلوط کرده و بر روی بواسیر بگذارید . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

جو دوسر (یولاف)

نام علمی : Avena sativa- کلیات گیاه شناسی جو دوسر از قدیم الایام توسط مردم ژرمن و اسلاو کشت میشده است . گیاهی است یکساله که ارتفاع آن تا یک متر می رسد میوه آن خوشه ای و دراز و دارای غلافی دو سر می باشد . جو دو سر دو نوع می باشد که بنام بهاره و پایئزه نامیده می شود این گیاه علوفه خوبی برای حیوانات مخصوصا اسب است . - ترکیبات شیمیایی: جو دو سر دارای حدود ۷٪ مواد چرب ، ۱۴٪ مواد ازته و ۶۰٪ مواد شناسته ای می باشد . بعلاوه ارسنیک ف اسید اگزالیک و ید نیز در آن وجود دارد . - خواص داروئی: جو دو سر از نظر طب قدیم ایرا معتدل یعنی نه سرد است و نه گرم . البته عده ای عقیده دارند که این گیاه کمی خشک است . ۱)جو دو سر طبق تحقیقاتی که جدیدا انجام گرفته در کاهش کلسترول خون اثر معجزه آسایی دارد . ۲)مقوی اعصاب است . ۳)ضد عفونی کننده بدن می باشد. ۴)تقویت کننده بدن می باشد .۵)ادرار آور و ملین است و یوست رابرطرف می کند. ۶)مقوی قلب و خون است . ۷)تسکین دهنده درد است . ۸)جوشانده جو دو سر در برطرف کردن بیماریهای پوستی و اخلاط خونی نیز موثر است . ۹)برای لاغر شدن هر روز جو دو سر بخورد . ۱۰)اگزما را درمان می کند .۱۱)برای درمان زخ هایی که یدر خوب می شوند جو دو سر را در کرده و با شراب سفید مخلوط کنید و روی این قبیل زخم ها بگذارید . ۱۲)و بالاخره این گیاه اثر ضد سرطان دارد . استفاده مدام این گیاه از سرطان جلوگیری می کند. - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

زیتون

نـام علمی : Olea europaea– کلیـات گیـاه شناسـی زیتون درختچه ای است به ارتفاع تقریبا سه متر ولی هنگامیکه در شـرایط مساعـد پرورش می یابـد ارتفاع آن حدود ۱۲متر و قطر تنه اش به ۳ متر میرسـد . چوب درخت زیتون بسیار سـخت و مقاوم است . رنگ آن زرد است که خطوطی قهوه ای رنگ در آن وجود دارد . از چوب زیتون برای تهیه اشـیاء چوبی ظریف اسـتفاده می شود . برگهای آن سبز رنگ ، بیضوی و دراز و بوضع متقابل منشاء درخت زیتون احتمالا منطقه مـدیترانه بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است .زیتون معمولا در اوائل تابسـتان شـروع به گل دادن می کند و میوه آن کم کم ظاهر می شود . در اواخر تابستان میوه آن به ثمر می رسـد . در این هنگام زیتون سبز است و بتدریـج تبـدیل به بنفش و قهوه ای و سـپس سـیاه می شود بطوریکه در اواخر پائیز که موقع برداشت میوه است رنگ آن بکلی تیره است . – ترکیبات شیمیایی:زیتون رسیده در حدود ۳۰ درصد روغن درد . این روغن مخلوطی از اولیئک اسـید Oleic acid ، لینولئیک اسید Linolenic acid و پال میتیک اسید Palmitic acid می باشد .روغن زیتون مـایعی است زلاـل برنـگ زرد روشن مایـل به سبز یـا زرد طلایی برای اسـتخراج روغن زیتون میوه ها را له کرده و در داخل کیسه ای می ریزنـد و سـپس کیسه را تحت فشار قرار داده تا روغن آن خارج شود. البته از باقیمانده تفاله زیتون که روغن آن گرفته شـده تحت اثر آب جوش حرارات و فشـار روغن زیتون معمولی را اسـتخراج می کننـد که ارزش روغن فشـار اول را نـدارد . زیتون دارای سدیم ، ویتامین A و E و آهن می باشـد . – خواص داروئی:زیتون رسـیده از نظر طب قدیم ایران گرم و قابض است و میوه نـارس زیتون سـرد و خشک است و روغن زیتون گرم و خشک است . برگ درخت زیتون نیز گرم و خشک می باشـد . ۱)دم کرده برگ زیتون داروی خوبی برای پائین آوردن فشار خون می باشـد . بـدین منظور باید ۲۰ عدد برگ زیتون را داخل ۳۰۰ گرم آب ریخته و آنرا بمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید . سپس کمی قند بآن اضافه کرده و بمقدر یک فنجان دوبار در روز از آن بنوشید . بعد از دو هفته بایـد بمدت ۸ روز نوشـیدن این دم کرده را قطع کنیـد و سـپس ادامه دهیـد . ۲)روغن زیتون نرم کننده و صـفرا بر اسـت .۳)روغن زیتون دفع کننده سنگ کیسه صفرا است برای این منظور باید آنرا با آبلیمو مصرف کرد .۴)روغن زیتون کرم کش است . ۵)روغن زیتون برای رفع سـرفه های خشک مفیـد است . ۶)برای رفع خارش گزیدگی حشـرات ، روغن زیتون را به محل گزیدگی بمالید . ۷)بـدن بچه هایی را که مبتلا به نرمی اسـتخوان و کم خونی هسـتند با روغن زیتون ماساژ دهیـد اثر مفیدی دارد ۸)برای رفع پیـوره لثه ، روغن زیتون را بر روی لثه بمالیـد .۹)برای برطرف کردن خراش و ترک پوست ، گلیسـیرین و روغن زیتون را به مقـدار مساوی با هم مخلوط کرده و روی پوست بمالید . ۱۰)دم کرده برگ درخت زیتون تب بر است . ۱۱)جوشانده برگ درخت زیتون برطرف کننده نقرس و رماتیسم است . ۱۲)برای سرباز کردن جوشها و کورک ها زیتون را له کرده و روی جوش یا کورک بمالید . ۱۳)دم کرده و جوشانـده پوست درخت زیتون تب بر و درمان کننـده مالاریا است . ۱۴)پماد میوه نارس زیتون برای سوختگی مفید است ۱۵)جویـدن برگ زیتون برای از بین بردن زخم های دهان مفیـد است ۱۶)برای رفع سـستی فلج و لقوه و تقویت نیروی جنسی باید ۸۰ گرم روغن زیتون را بـا ۱۴ گرم کندر و ۱۶ گرم سـیاه دانه مخلوط کرده و بمـدت سه روز از آن بخورید ۱۷)مصرف رون زیتون از امراض قلبی وس رطان جلوگیری می کنـد . ۱۸)و بالاخره روغن زیتون بهترین روغن برای پخت و پز می باشـد زیرا در اثر حرارات خراب نمی شود. – مضـرات :روغن زیتون برای هیچ کس مضـر نیست و همه افراد می توانند از آن اسـتفاده کنند فقط میوه تازه و یاقوتی آن معده راسست می کند و ممکن است تولید استفراغ کنند .

پیاز

نام علمی : Allium cepa – کلیات گیاه شناسـیپیاز گیاهی است دو ساله دارای برگهای توخالی و اسـتوانه ای شکل . ساقه پیاز تا ارتفـاع یـک متر هم می رسـد که آنهم اسـتوانه ای و توخـالی است . گلهای پیاز برنـگ سـفید یا بنفش بصورت چتر در انتهای ساقه دیـده می شود . پیـاز انواع مختلف درد ماننـد پیاز سـفید پیاز بنفش ، پیاز قرمز و یا مخلوطی از قرمز و بنفش .پیاز در حال حاضـر در

تمام مناطق دنیا کشت می شود ولی گفته می شود که منشاء آن از ایران و افغانستان بوده است و از آنجا به دیگر نقاط دنیا راه یافته است . پیاز از زمانهای ماقبل تاریخ وجود داشته است . مردم مصر و کلده از آن در غذاهایشان استفاده می کرده اند .مخصوصا در مصر پیاز در مراسم مذهبی بکار می رفته و احترام خاصی داشته است . یونانیان و رومیان نیز آنرا می شناخته و مصرف می کرده اند – ترکیبات شیمیایی: پیاز دارای ترکیبات گوگردی ، قند ، کلسیم ، املاح سدیم و پتاسیم ، ید ، سیلیس ، آهن ، فسفر و یوتامینهای A.B.C می باشد . پیاز دارای اسانس مخصوصی می باشد که در اثر پختن از بین می رود . پیاز خام فعالیت معده را زیاد می کند و در نتیجه ترشح اسید کلریدریک را تشدید می کند . بنابراین کسانیکه ناراحتی معده دارند ممکن است سوزش و درد در معده خود حس کنند . اینگونه اشخص باید پیاز پخته مصرف کنند که ترشحات دشتکاه هاضمه را منظم کرده اشتها رازیاد و دل درد و نفخ معده را درمان می کند . – خواص داروئی: پیاز از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و دارای خواص بسیاری است که در یک مقاله نمی توان گنجانید . ۱–پیاز ادرار آوری قوی است و خام و پخته آن هر دو این اثر را دارند . ۲–برای رفع گاز معده از تنتور پیاز می توان ساتفاده کرد . مقدر مصرف آن ۱۰تا ۱۵قطره است که باید در آٌ حل کرده و مصرف نمود .۳–برای رفع دردهای عصبی شربت پیاز بهترین دارو است شربت پیاز به این صورت تهیه میشود : ۱۰۰ گرم پیاز خام را با ۴۰۰ گرم آب مخلوط کرده و بپزید تا له شود سپس ۴۰۰ گرم قند روی آن بریزید و بگذارید که جوش بزند تا قند حل شود سپس آنرا صاف کنید و در یخچال قرار دهید . ۴– همانوطر که گفته شد پیاز دارای انسولین گیاهی است و استفاده از آنق ند خون را پائین می آورد . بیماران مبتلا به مرض قند باید حتما هر روزه از آن استفاده کنید . ۵– اگر پیاز را له کنید و در زیر شکم شخصی که مبتلا به احتباس ادراری است قرار دهدی ادرار را باز می کند .۶–پیاز نیم پز برای سوختگی ها نیز موثر است . ۷–پیاز خام محرک قلب است . ۸–پیاز باکتری کش است . ۹–پیاز تقویت کننده و نرم کننده سینه است .برای این منظور پیاز را آب پز کرده و بخورید .۱۰–پیاز سنگ کلیه را خرد می کند . ۱۱– پیاز پخته ملین است . ۱۲–برای رفع خارش چشم چند قطره آب پیاز را در چشم بچکانید . ۱۳–برای درمان سنگینی گشو آب پیاز را در گوش بچکانید .۱۴–ماسک پیاز روی صورت خون را بطرف صورت می کشاند و رنگ صورت را درخشان می کند . ۱۵–پیاز چون گرم است برای کسانیکه طبع گرم دارند مضر است و اسراف در خوردن آن موجب فراموشی و سردرد می شود .۱۶–پیاز لثه ها را محکم می کند . ۱۷–پیاز کلسیم درد دندانها و استخوانها را تقویت می کند و از نرمی استخوان جلوگیری می کند ۱۸–پیاز معالج عفونتهای مجاری تنفسی از قبیل ورم گلو ، برنشیت ، گریپ و آسم می باشد . ۱۹–برای رفع سموم بدن پیاز توصیه می شود . ۲۰– برای آنکه پیاز زود هضم شود و آنهایی که معده حساس دارند بتوانند آنرا بخورند و از خواص آن ساتفاده کنند باید موقع پختن پیاز مقدایر شکر روی آن بریزید و این عمل هضم پیاز را آسان تر خواهد کرد .۲۱– برای درمان اسهال از پوست پیاز استفاده کنید بدین صورت که پوست پیاز را بشوئید و در مقدری آب به مدت ده دقیقه بجوشانید ، سپس آنرا در داخل دستمالی ریخته و فشار دهید تا شیره آن گرفته شود . بعدا این شیره را با شکر شیرین کنید و روز ی چند فنجان از آن را بشوئید تا اسهال کاملا از بین برود . ۲۲– اگر پشه یا زنبور شما را گزید فورا یک پیاز را بریده و روی محل گزیدگی بگذارید درد و خارش فورا ساکت می شود .۲۳– پیاز ترشی را برای از بین بردن یرقان و تقویت معده و روده و زیاد شدن استها مصرف می کنند . ۲۴–اگر از بوی پیاز ناراحت می شوید می توانید بعد از خوردن پیاز برای رفع بوی آن باقلا پخته و یا گردوی پخته و یا نان سوخته بخورید . ۲۵–تخم پیاز گرم و خشک است و برای ازدیاد نیروی جنسی مصرف می شود . ۳۶–اگز از تخم پیاز پمادی درست کنید و روی سر ببندید از ریختن مو جلوگیری می کند . ۳۷–حتما شنیده اید که در قدیم برای اینکه کسی از اسرار علمی سر درنیآورد آنها را با مرکب نامرئی می نوشتند و مرکب نامرئی چیزی غیر ازآب پیاز نیست . ۳۸–در خاتمه برای اینکه بوی پیاز شما را ناراحت نکند و اشک از چشمان شما جاری نشود می توانید پیاز را زیر آب شیر پوست بگیرید یا اینکه پیاز را در داخل ظرف بزرگ آب قرار دهید و درآب آنرا پوست بکنید . – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

پرتقال

نام علمی : Citrus sinensis- کلیات گیاه شناسیپرتقال درخت کوچکی است دارای برگهای سبز و گلهای سفید پوست پرتقال نارنجی رنگ ، کمی ناصاف و یموه آن بسته بانواع مختلف شیرین و ترش ، زرد رنگ و یا قرمز می باشد .پرتقال یکی از قدیمی ترین میوه هایی است که بشر از آن استفاده می کرده است و در حدود ۵۰۰ سال قبل از میلاد مسیح کنفوسیوس از آن نام برده است . در حال حاضر بیشتر از ۲۰۰ نوع پرتقال در آمریکا کشت می شود و آمریکا نصف کل محصول پرتقال دنیا را تولید می کند . پرتقال اولیه ، کوچک ، تلخ و پر از هسته بوده است که در اثر تربیت مهندسی ژنتیکی و همچنین انتخاب نوع بهتر و کود کافی درشت تر و شیرین تر شده است . پرتقال ابتدا از چین به هندوستان برده شده و سپس از آنجا به نقاط دیگردنیا راه یافت . - ترکیبات شیمیایی: پرتقال یکی از غنی ترین منابع ویتامین C می باشد . البته باید دقت کرد که ویتامین C در اثر سرما و رگمای زیاد از بین می رود . اسانسی که از گلهای پرتقال گرفته می شود بنام روغن نرولی Neroli Oil معروف است که دارای بوئی بسیار مطبوع بوده و خیلی گران است و در عطر سازی از آن استفاده می شود . در ۱۰۰ گرم پرتقال پوست کنده مواد زیر موجود است : آب ۸۶ گرم پروتئین۱ گرم نشاسته ۰/۲ گرم کلسیم۱۲ گرم فسفر ۴۰ میلی گرم آهن ۲۰ میلی گرمسدیم ۰/۴ میلی گرم پتاسیم۱ میلی گرم ویتامین آ ۲۰۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۲۰۰ واحد ویتامین ب ۲ ۰/۱ واحد ویتامین ب ۳ ۰/۰۴ میلی گرم ویتامین ث ۵۰ میلی گرمدر صد گرم پوست پرتقال مواد زیر موجود است : آب ۷۰ میلی گرم پروتئن ۱/۵ میلی گرم مواد چربی۰/۲ میلی گرم مواد نشاسته ای۲۵ میلی گرم کلسیم۱۶۰ میلی گرم فسفر ۲۰ میلی گرمآهن۰/۸ میلی گرمسدیم ۳ میلی گرم پتاسیم۲۱۰ میلی گرم ویتامین آ ۴۲۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۱۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱ میلی گرمویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۱۳۵ میلی گرم - خواص داروئی: موسسه مبارزه با بیماری سرطان آمریکا چندین سال پیش در اثر مطالعات زیاد دریافت که علت اینکه سرطان معده در آمریکا کمتر از نقاط دیگر است این است که مردم آمریکا در تمام مدت سال پرتقال مصرف می کنند . البته شاید علت آن وجود ویتامین C در پرتقال است . ۱)دانشمندان سوئدی کشف کرده اند که خوردن پرتقال از سرطان لوزالمعده جلوگیری می کند . ۲)خوردن پرتقال کلسترول را پائین می آورد . ۳)پوست سفید پرتقال و ورقه های نازک بین قسمت های داخل پرتقال بهترین دارو برای کاهش کلسترول خون است .۴)اسانس پرتقال ضد عفونت های میکربی است . ۵)پرتقال مقوی معده و ضد گاز معده است . ۶)پرتقال ضد سم ، ادرار آور و نرم کننده سینه و ضد استفراغ است . ۷)جوشانده برگهای پرتقال برای شست وشوی ورم ها و کاهش درد مفید است . ۸)خوردن پرتقال ضد اسپاسم و آرام بخش است . ۹)اسانس پرتقال را برای ضد عفونی کردن بکار می برند . ۱۰)پرتقال خون را تمیز می کند . ۱۱)برای برطرف کرده چین و چروک صورت وشادابی آن قسمت خوراکی پرتقال را روی صورت بمالید و بعد از ۱۵ دقیقه با آب بشوئید . ۱۲)از پرتقال برای کم کردن وزن می توانید استفاده کنید . طرز استفاده بدین صورت است که یک عدد پرتقال و ۳ عدد لیموترش را پوست کنده و به قطعات کوچک تقسیم کنید بعد آنرا داخل دیگی ریخته و بان نیم لیتر آب اضافه کنید و بمدت ۱۰ دقیقه بجوشانید . سپس سه قاشق عسل بان اضافه کرده و مجددا بمدت ۵ دقیقه بجوشانید و آنرا صاف کنید . از این شربت ۳فنجان در روز بنوشید . تا زون شما بمقدر ایده آل داراید . ۱۳)پرتقال گرچه اسیدی است ولی خاصی قلیایی به بدن می دهد و برای کسانیکه گوشت زیاد مصرف می کنند و بدنشان اسیدی شده است مفید است .۱۴)برای استفاده بیشتر از مواد غذای پرتقال بهتر است که پوست زردرنگ آنرا بگیرید و با پوست سفید و پره های داخل آن بخورید زیرا در پوست سفید آن مواد معدنی زیادی وجود دارد که اثر اسید موجود در پرتقال را خنثی می کند . ۱۵)خواص گفته شده فقط منحصربه پرتقال رسیده می باشد وآب پرتقال موجود در فروشگاهها و سوپر مارکت ها این خواص را ندارند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

جعفری

نام علمی : Petroselinum sativum - کلیات گیاه شناسیجعفری گیاهی است علفی ، دوساله و معطر که ارتفاع آن تا ۷۰ سانتیمتر می رسد . برگهای آن برنگ سبز تیره و دارای بریدگیهای لوزی یا مثلث شکل با تقسیمات رفعی است .گلهای جعفری کوچک برنگ مایل به سبز و به صورت چتر می باشد میوه آن کوچک به در ازای ۲ میلیمتر و به قطر یک میلیمتر و دارای بوئی معطر است - ترکیبات شیمیایی: از برگ و تخم جعفری بوسیله تقطیر با بخار اسانسی گرفته می شود که سبیار معطر است و در غذاها بکار می رود . اسانس برگ جعفری چون به مقدر بسیار کم بدست می آید گران است . اسانس تخم جعفری کمی بوی تلخ درد که زیاد مرغوب نیست . از ۱۰۰ کیلوگرم تخم جعفری حدود ۲ کیلوگرم اسانس بست می آید که از آن در صنعت عطر سازی و کنسروسازی استفاده بعمل میآید .ریشه جعفری معطر طعم آن تقریبا مانند برگ آن است . در صد گرم برگ جعفری مواد زیر موجود است : آب ۸۵ گرمپروتئین ۳/۵ گرم مواد چرب ۰/۶ گرم مواد نشاسته ای ۷ گرم کلسیم ۲۰۰ میلی گرم فسفر ۶۵ میلی گرمآهن ۶/۲ میلی گرم سدیم ۲۵ میلی گرمپتاسیم ۷۲۵ میلی گرم ویتامین آ ۸۵۰۰ واحد بین المللی ویتامین ب ۱ ۰/۱۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲۵ میلی گرمویتامین ب ۳ ۱/۲میلی گرم ویتامین ث ۱۷۰ میلی گرم - خواص داروئی: - خواص تخم جعفری تخم جعفری از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . ۱)ضد نفخ شکم است . ۲)شریان ها و رگ ها راتمیز می کند .۳)ادرار آور و قاعده آور است . ۴)برای درمان تب نوبه بکارمی رود .۵)در قدیم الایم برای سقط جنین شیاف تخم جعفری را در داخل مهبل قرار می دادند. - خواص ریشه جعفری۱)ریشه جعفری اشتها آور است . ۲)ادرار آور و قاعده آور است . ۳)سنگ کلیه را دفع می کند . ۴)برای درمان اسهال باید ۲۰ گرم ریشه جعفری را در یک لیتر آب دم کرده و تنقیه کنید . ۵)دم کرده ریشه جعفری برای درمان تنگی نفس بکار می رود. ۶)برای درمان سرخک مفید است . - خواص برگ و ساقه جعفری ۱- برای رفع لکه ها و جوش های صورت دم کرده جعفری را روی پوست صورت بمالید . ۲-برای روشن شدن رنگ پوست مقدری جعفری را در نیم لیتر آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و صبح وشب صورت خود را با آن بشوئید بعد از یک هفته پوست صورت شما روشن می شود. ۳-دم کرده جعفری ضد تب است . ۴-دم کرده برگ جعفری برای بواسیر و سنگ کلیه مفید است . ۵-خوردن چای جعفری به هضم غذا کمک می کند .۶-بعد از خوردن سیر برای برطرف کردن بوی دهان جعفری بجوید.۷-جعفزی نفس را خوشبو می کند.۸-برای درمان ضرب خوردگی و خون مدرگی له شده برگ و ساقه جعفری را روی عضو ضرب دیده بگذارید . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

هلو

نام علمی : Amygdalus persica - کلیات گیاه شناسیدرخت هلو از قدیم الایام در چین وجود داشته و از آنجا به نقاط دیگر جهان راه یافته است . در قرون وسطی از آن بصورت یک داروی گیاهی استفاده می شده است . برگ درخت هلو را برای بیماری صرع و سنگینی گوش ، پوست درخت هلو را برای رفع بوی بد دهان و مغز هسته آنرا برای رفع سردرد و اختلالات دستگاه هضم قرس و رفع بیماریهای ادراری بکار می رود . درخت هلو درختی است زیبا به بلندی تقریبا ۵ متر که دارای شاخه های زیادی می باشدبرگهای آن بیضی شکل و دراز ودارای کناره های اره ای است . گلهای هلو زودرس هستند و قبل از باز شدن برگها ظاهر شده و منظره زیبایی به درخت می دهد . گلهای هلو برنگ صورتی ، قرمز یا سفید می باشد . یموه هلو گرد و برنگ طلایی و سرخ که روی آنرا کرکهای زیادی پوشانده است می باشد . هسته هلو بسیار سخت است و دارون آن مغز هسته قرار درد که تلخ است . - ترکیبات شیمیایی:گل و مغز هسته هلو دارای امیگدالین می باشد . برگها و شاخه های هلو دارای امیگدونیتریل و فلاوونول

گلیکوسید است . مغز هسته سمی است و مصرف مدام آن موجب مسمومیت می شود از این جهت برای معالجه امراض فقط مقدر کمی هسته هلو مصرف می شود و آنهم باید تحت نظر پزشک باشد. در هر صد گرم هلو مواد زیر موجود است آب ۸۸ گرمانرژی ۳۵ کالری مواد نشاسته ای۹ گرم کلسیم۸ میلی گرم پتاسیم۲۰۰ میلی گرم فسفر ۱۷ میلی گرم آهن۰/۵ میلی گرمویتامین آ ۱۴۰۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۰۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۵میلی گرمویتامین ب ۳ ۱ میلی گرمویتامین ث ۷ میلی گرم ضمنا هلو دارای منیزیوم و برومیوم نیز می باشد . - خواص داروئی:هلو از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و دارای خواص زیر می باشد : ۱)هلو ملین است و باعث تسکین تشنگی می شود ۲)برای رفع بوی بد دهان هلو بخورید ۳)هلو در افرادیکه گرم مزاج هستند باعث تقویت نیروی جنسی می شود ۴)روغن مغز هسته هلو برای درد گوش و گرفتگی مجرای گوش مفید است ۵)روغن مغز هسته هلو را به محل درد بواسیر بمالید اثر خوبی دارد ۶)برای برطرف کردن زخم هایی که در بدن اطفال و پشت گوش آنها می زند هسته هلو را در آتش بیاندازید تا بسوزد سپس مغز هسته را در آورده و له کنید و بر محل زخم بمالید. ۷)خانمهای حامله اگر می خواهند بچه زیبایی داشته باشند باید هلو بخورند ۸)مغز هسته هلو مسهل است و خون را تصفیه می کند ۹)مغز هسته هلو برای رماتیسم مفید است ۱۰)جوشانده برگهای درخت هلو برای بیماریهای پوست مفی است پوست را با این دم کرده بنوشید ۱۱)برای بیماریهای مجاری ادرار ، سنگ کلیه و ورم مثانه جوشانده برگهای درخت هلو را تهیه کرده و یک فنجان در روز بخورید .۱۲)دم کرده برگ یا گل هلو برای رفع سیاه سرفه استفاده می شود ۱۳)هلو را له کنید و بصورت ضماد برای رفع دل پیچه بچه ها و دفع کرم روده روی شکم آنها قرار دهید ۱۴)برگ هلو و جعفری را با روغن زیتون مخلوط کرده و روی سوختگی و محل ضرب دیدگی بگذارید ۱۵)بهترین ماسک زیبایی را می توانید از هلو تهیه کنید برای طراوت و جوان کردن پوست هلو را پوست کنده وله کنید و روی پوست قرار داده و بگذارید مدت ۲۰ دقیقه بماند و پس از آن صورت را با اب معدنی بشوئید ۱۶)برای برطرف کردن بواسیر مغز هسته هلو را بصورت پماد درآورده و به مقعد بمالید۱۷)جوشانده پوست درخت هلو اثر تب بر و ضد کرم دارد ۱۸)خوردن هلو سموم را از بدن خارج می کند ۱۹)برای وزن کم کردن هلو بخورید ۲۰)کسانیکه زخم معده دارند و یا مبتلایان به ورم معده و یا روده باید با شکم خالی هلو بخورند ۲۱)هلو میوه خوبی برای اشخاص مسن است مشروط براین که با شکم خالی بخورند که زود هضم شود . - مضرات :هلو برای اشخاص سرد مزاج مضر است آنها باید هلو را با عسل و یا زنجبیل بخورند هضم هلو برای بعضی از اشخاص سخت است و نفخ ایجادمی کند . همیشه برای اینکه نفخ ایجاد نکند باید آنرا اقلا نیم ساعت قبل از غذا خورد .

بادام زمینی

نام علمی : Arachid - کلیات گیاه شناسیبادام زمینی گیاه بومی برزیل بوده و از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است .آب و هوای گرم برای کشت این گیاه مناسب می باشد . بادام زمینی گیاهی است یکساله دارای ساقه ای راست که ارتفاع آن در حدود ۳۰ سانتیمتر می باشد . برگهای آن مرکب از دو زوج برگچه است گلهای آن دو نوع متفاوت برنگ زرد می باشد که پس از تلقیح ، دم گل خم شده و به سطح خاک می رسد و سپس بتدریج در خاک فرو رفته و میوه در داخل خاک تشکیل می شود . میوه بادام زمینی بطول تقریبی ۴ سانتیمتر است و دریا پوسته شکننده برنگ خاکستری مایل به زرد می باشد . بر روی پوسته یک تا سه برجستگی مشاهده می شود که هر یک محل دانه ها را نشان می دهد .دانه بادام زمینی تقریبا مانند فندق برنگ سفید مایل به زرد بوده ولی تخم مرغی شکل است .پوسته نازکی دانه را پوشانده که برنگ قرمز قهوه ای است .- ترکیبات شیمیایی: بادام زمینی دارای موادی مانند آراشین Arachin ، کوناراشین Conarachin ، چربی ، پروتئین و ویتامین های مختلف است . در صد گرم بادام زمینی بدون پوست مواد زیر موجود است : آب۶ گرمپروتئین ۲۶ گرم چربی۴۸ گرم مواد نشاسته ای ۱۶ گرم کلسیم ۶۰۰ میلی گرم فسفر ۴۰۰ میلی گرم آهن ۲ میلی گرم سدیم ۵ میلی گرم پتاسیم ۶۷۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۱ میلی گرم ویتامین ب۲ ۰/۱۵

میلی گرمویتامین ب ۳ ۱۶ میلی گرم بادام زمینی بسته به محل کشت آن بین ۴۰ تا ۵۰ درصد روغن درد که بنام روغن آراشید معروف است . این روغن از اسیدهای چرب اشباع شده مانند اسید استئاریک ، اسید پالمتیک و اسید های چرب اشباع نشده مانند اسید لینوئکی تشکیل شده است . مقدر چربیهای اشباع شده در روغن آراشید تقریبا ۳۰ درصد می باشد . برای تهیه روغن آراشید ابتدا پوسته آن را شکسته و دانه ها را جدا می کنند . سپس پوسته نازک قرمز رنگ را نیز خارج کرده و دانه ها را در ماشین های مخصوصی خرد کرده و بصورت خمیری در می آورند و بعد آنرا در دستگاه فشار ریخته و بدون استفاده از حرارت روغن آنرا با فشار خارج می کنند که بنام روغن فشار اول معروف است . برای بدست آوردن روغن فشار دوم ، باقیمانده خمیر فشار اول را ابتدا با آب مخلوط کرده و میگذارند مدتی بماند و سپس در دستگاه فشار قرار داده و روغن فشار دوم را از آن تهیه می کنند . از باقیمانده فشار دوم تحت اثر گرما روغنی بدست می آید که بنام روغن فشار سوم معروف است و فقط به مصرف صابون سازی می رسد . روغن آراشید دارای بو و طعمی ملایم و برنگ زرد روشن می باشد . - خواص داروئی: بادام زمینی از نظر طب قدیم ایران متعادل است . چون بادام زمینی دری پروتئین می باشد بنابراین از نظر غذایی بسیار مهم است .۱-برای تقویت ریه و طحال مفید است . ۲-کلسترول خوب خون را بالاـ می برد .۳-درد معده را از بین می برد . ۴-نرم کننده سینه است .۵-سرفه خشک را برطرف می کند . ۶-شیر را در مادران شیر ده زیاد می کند.۷-ملین است .۸-بسیار مقو ی است . ۹-برای تقویت قوای دماغی مفید است . ۱۰-به هضم غذا کمک می کند . - طرز استفاده: طرز تهیه کره بادام زمینی Peanut butter ۵۰۰ گرم بادام زمینی پوست کنده رابا مقدری آب مخلوط کرده و بجوشانید تا کمی پخته شود (ولی له نشود) سپس ۴۰۰ گرم روغن نارگیل را بان اضافه کرده و در داخل مخلوط کن برقی ریخته تا کاملا بصورت کره در آید . سپس کمی نمک به آن اضافه کنید .کره بادام زمینی را میتوان بدون استفاده از روغن نارگیل هم تهیه کرد . کافی است که بجای روغن نارگیل آب اضافه کنید . - مضرات : بادام زمینی با اینکه غذای بسیار مقوی و خوبی است بعلت اینکه دارای روغن های اشباع شده می باشد کلسترول خون را بالا برده و باعث تصلب شرائین می شود . بنبراین آنهائیکه دارای بیماری قلبی بوده و یا کلسترول خونشان بالا است بایـد از خوردن آن خورددی کننـد . اگر کره بادام زمینی میخرید دقت کنید که تازه و از کارخانه مطمئن باشد زیرا در بعضی مواد بادام زمینی و یا کره آن در اثر عدم دقت در تولید ، آلوده به قارچ سمی افلاتوکسین Aflatoxin می شود که سرطان زا بوده و باعث سرطان کبد می شود .

گلابی

نام علمی : Pirus communis - کلیات گیاه شناسیگلابی درختی است که بلندی آن به حدود ۱۰ متر می رسد و بیشتر در مناطق سردسیر و کوهستانی می ریود . این درخت بومی مناطق جنوبی دریای خزر می باشد . ریشه گلابی عمیق است برگهای آن صاف و دندانه دارمی باشدگلهای گلابی سفید رنگ مایل به صورتی و بصورت خوشه ای است . میوه درخت گلابی مخروطی شکل ، گوشتدار ، شیرین و یا ترش و شیرین و برد است از تمام قسمتهای گلابی مانند برگهای جوان پوست وس اقه میوه آن استفاده طبی بعمل می آید . - ترکیبات شیمیایی: برگهای جوان درخت گلابی دارای موادی مانند تانن ، گلوکزید و هیداروکسنون می باشد . برگهای خشک درخت گلابی دارای اسید اورسولیک است دانه گلابی دارای ماده ای بنام آمیگدالین و مقدری روغن می باشد .در یک صد گرم گلابی مواد زیر موجود است انرژی ۵۵ کالری آب ۸۳ گرم مواد نشاسته ای ۱۲ گرمپروتئین۰/۶گرم کلسیم ۱۰ میلی گرم فسفر ۱۲ میلی گرم آهن ۰/۳ میلی گرم ویتامین آ ۲۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۲ میلی گرمویتامین ب ۲ ۰/۴ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۱ میلی گرمویتامین ث ۰/۳ میلی گرم - خواص داروئی: - خواص میوه گلابی گلابی از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است ۱)گلابی سنگ مجاری ادرار را دفع می کند ۲)آرام بخش و تب بر است ۳)در رفع عفونت مجرای ادرار موثر است ۴)مقوی بدن است ۵)تشنگی را برطرف می کند۶)سوزش مثانه و مجرای ادرار را رفع می کند۷)چون قند گلابی (لوز) است

بنبراین آنهایی که مبتلا به مرض قند هستند می توانند از آن استفاده کنند و برای آنها مضر نیست ۸)برای دفع سموم بدن بسیار موثر است ۹)برای پائین آوردن فشار خون باید مدت چند روز فقط گلابی مصرف کنید و غذای دیگر نخورید . البته این رژیم باید تحت نظر دکتر انجام گیرد و با اجازه پزشک متخصص باشد - خواص دیگر قسمت های درخت گلابی برگ وشکوفه درخت گلابی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است ۱-شکوفه درخت گلابی مقوی معده است و خونریزی و اسهال را بند می آورد۲-در مورد ورم چشم از ضماد شکوفه گلابی استفاده کنید ۳-تخم گلابی ضد کرم معده و روده است ۴-دم کرده برگ گلابی برای رفع اسهال مفید است ۵-برای دفع سنگ کلیه ۵۰ گرم برگ گلابی را با ۵۰ گرم پوست سیب در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت ۲۰ دقیقه دم کنید و آنرا بتدریج بنوشید ۶-برای شستشوی زخم ها ۵۰ رگم پوست ساقه درخت گلابی را در یک لیتر آب ریخته و بگذاری چند دقیقه بجوشد و سپس آنرا کم کم بنوشید- مضرات : اسراف در خوردن گلابی برای سرد مزاجان و اشخاصی که معده ضعیف دارند موجب نفخ معده می شود و اینگونه اشخاص باید آنرا با مربای زنجبیل بخورند .

نعناع

نام علمی : Mentha Piperita - کلیات گیاه شناسینعناع گیاهی است علفی و چند ساله که علاوه بر ساقه زیر زمینی که گیاه را در خاک مستقر می سازد دارای ساقه هوایی نیز هست . تز محل گره های ساقه که در تماس با زمین است ریشه های خارج شده که ساقه جدید را درست می کند بنابراین اگر شما فقط یک ساقه نعناع در باغچه خود بکارید بزودی تمام باغچه شما پر از نعناع می شود . برگهای نعناع بیضی شکل ، نوک تیز و دندانه دار می باشند . گلهای آن بسته به نوع نعناع ممکن است قرمز ارغوانی یا سفید باشد . نعناع در مناطق معتدل و آفتاب گیر بخوبی رشد می کند . نعناع از قدیم الایام بعنوان یک گیاه معطر و اشتها آور و برای ناراحتی های دستگاه گوارش بکار رفته است بقراط پدر علم طب از نعناع در نوشته های خود یاد کرده است در قرون وسطی از نعناع در معالجه بیماریها و برای التیام زخم ها و درمان درد گزیدگی زنبور و سگ هار استفاده می شود .- ترکیبات شیمیایی: نعناع دارای ماده ای بنام منتول می باشد که ایجاد احساس خنکی در دهان می کند . مقدر منتول در نعناع بسته به نوع آن از ۳۵٪ تا ۵۵٪ تغییر می کند که البته اگر نعناع دیر کنده شود مقدر منتول آن تا حدود ۳۰٪ پائین می آید .- خواص داروئی: نعناع از نظر طب قدیم ایران نسبتا گرم و خشک است و از نظر خواص دارویی از پونه قویتر است . از نعناع اسانس ، روغن و تنتور تهیه می کنند که مصارف طبی مختلفی دارد .۱)نعناع باد شکن است و گاز معده و روده را از بین می برد ۲)نعناع تقویت کننده معده وبدن است۳)نعناع ضد تشنج و ضد سرفه است ۴)یک فنجان چای گرم نعناع سینه را آرام می کند ۵)نعناع مسکن آرام بخش و قاعده آور است۶)استفاده از نعناع درد شکم را برطرف می کند ۷)نعناع درمان سرماخوردگی و آنفوانزا می باشد ۸)نعناع ناراحتی های عصبی را برطرف می کند۹)برای تسکین درد دندان نعناع را دردهان گذاشته و بجوید ۱۰)آشامیدن چای نعناع و یا عصارع نعناع خونریزی سینه را قطع می کند ۱۱)کمپرس نعناع درد سینه و پهلو را از بین می برد۱۲)نعناع کرم های روده و معده را می کشد ۱۳)برای از بین بردن سکسکه و دل بهم خوردگی و استفراغ نعناع را با آ انار ترش بخورید ۱۴)نعناع ادرار را زیاد می کند ۱۵)برای رفع قولنج و دردهای روده معده و هضم نشدن غذا چای نعناع بنوشید ۱۶)برای از بین بردن گلو درد چای نعناع غرغره کنید ۱۷)نعناع معرق است بنابراین تب را پائین می آورد ۱۸)در هنگام سرماخوردگی بینی را با چای نعناع بشوئید۱۹)یکی از فرآورده های نعناع اسانس نعناع است که از تقطیر برگ و سرشاخه های گلدار نعناع تحت اثر بخار آب تهیه می شود و دارای ۵۰٪ تا ۷۰٪ منتول می باشد . اسانس نعناع که در کشور انگلستان تهیه می شود شهرت خاصی درد . این اسانس بعنوان تقویت کننده معده بادشکن ، ضد عفونی کننده رفع دل پیچه بچه ها و اسهال بکار می رود برای استفاده از اسانس نعناع کافی است که مقدر یک تا سه قطره آنرا با یک لیوان آب و یا نوشابه مخلوط کده و بنوشید .۲۰)اسانس نعناع را نباید بمقدر زیاد برای کودکان و نوزادان

استفاده کرد زیرا روی حرکات تنفسی و قلب اثر گذاشته و ممکن است که خطرناک باشد۲۱)اگر اسانس نعناع به مقدر زیاد مصرف شود فشار خون را بالا ـ برده و موجب حالت تهوع ، استفراغ و درد معده و حرکات دری را از بین می برد . ۲۲)برای رفع سردردهای میگرنی می توان پمادی بصورت زیر تهیه کرد و در نقطه ای که درد می کند بمالید اسانس نعناع ۳ گرم روغن زیتون۲ گرم لانولین ۵ گرم ۲۳)برای ضد عفونی کردن بینی محلولی بصورت زیر تهیه کرده و بمقدر پنج قطره در هر سوراخ بینی بچکانیداسانس نعناع ۱ گرم روغن بادام شیرین۴۰ گرم ۲۴)اگر بدن شما خارش درد مقدر ۲ گرم اسانس نعناع را در ۵۰ گرم وازلین ریخته ، خوب با هم مخلوط کرده و در محل خارش بمالید اگر از بیماری رماتیسم و آرتروز رنج می برید از روغن نعناع استفاده کنید طرز استفاده از آن به این صورت است که ۲ قطره روغن نعناع را با یک قاشق سوپخوری روغن بادام مخلوط کرده و محل های دردناک را با آن ماساژ دهید .۲۵)برای رفع سردرد از کمپرس نعناع استفاده کنید بدین ترتیب که ۱۰قطره روغن نعناع را با یک لیوان آب سرد مخلوط کرده و در یک کاسه بریزید سپس یک پارچه که باندازه پیشانی باشد در آن فرو برده آب اضافی آنرا بگیرید و روی پیشانی و شقیقه ها بگذارید تا سردرد برطرف شود. ۲۶)نعناع بهترین دوست کبد است . کبد را تمیز کرده وص فرا را رقیق می کند و کلسترول خون را پائین می آورد .برای این مورد چای نعناع را قبل از غذا بنوشید ۲۷)نعناع با تمام خواصی که گفته شد اگر زیادمصرف شود سیستم گوارشی را تحریک می کند اگر شما دو تا سه فنجام چای نعناع در روز بنوشید بهتر است که بعد از دو هفته چند روزی آنرا قطع کرده و دوباره شروع کنید – طرز استفاده : در قسمت بالا توضیح داده شد – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

پسته

نام علمی : Pistaca – کلیات گیاه شناسیپسته درخت دوپایه ای است که ارتفاع آن به حدود پنج متر می رسد و بحالت خودرو در ایران و افغانستان می روید . برگهای درخت پسته متناوب و مرکب از ۲ یا ۳ برگچه نوک تیز با یک برگچه انتهایی است وبرنگ سبز روشن می باشد . گلهای آن خوشه ای است گل نر آن فاقد گلبرگ است .– ترکیبات شیمیایی: پسته دارای مواد غذایی فراوانی است و بنابراین برای تقویت بیماران و اشخاص ضعیف مناسب است . در صد گرم مغز پسته مواد زیر موجود است : آب ۵/۲ گرم پروتئین ۲۰ گرممواد چرب ۵۴ گرممواد نشاسته ای ۱۵ گرم کلسیم ۱۳۰ میلی گرم فسفر ۵۰۰ میلی گرم آهن ۷/۵ میلی گرم پتاسیم ۹۵۰ میلی گرم ویتامین آ ۲۳۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۷ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱/۵ میلی گرم – خواص داروئی: – خواص مغز پستهمغز پسته از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است . ۱)مغز پسته بعلت داشتن آهن خون ساز است و آنهائیکه مبتلا به کم خونی هستند باید حتما روزانه مقداری پسته بخورند .۲)خوردن پسته نیروی جنسی را تقویت می کند . ۳)مغز و ذهن را تقویت می کند . ۴)برای آرامش قلب و آرام کردن اعصاب مفید است . ۵)برای باز کردن مجاری کبد مصرف پسته توصیه می شود . ۶)پسته معده را تقویت می کند . ۷)برای تسکین سرفه مفید است . ۸)اسهال معمولی و اسهال خونی را درمان می کند .۹)جوشانده پوست درخت پسته برای برطرف کردن خارش اعضای تناسلی زنان مفید است . ۱۰)جوشانده پوست و برگ درخت پسته برای رفع درد و خارش مقعد مفید است – خواص پوست سبز پستهپوست سبز پسته تازه از نظر طب قدیم ایران سرد وخشک است و دارای خواص زیر می باشد : ۱–برای رنگرزی بکار می رود. ۲–بهترین دارو رای رفع بوی بد دهان است . ۳–جویدن آن باعث التیام زخم های داخل دهان می شود. ۴–برای استحکام لثه آنرا روی لثه بمالید و یا بجوید . ۵–دم کرده پوست سبز پسته حالت دل بهم خوردگی و استفراغ را از بین می برد. ۶–دم کرده آن برای رفع اسهال مفید است . ۷–برای رفع سکسکه پوست سبز پسته را دم کنید و یک فنجان از آنرا بنوشید . – خواص پوست سفید پسته پوست سفید پسته برای بواسیر و بیرون زدن مقعد مفید است . برای درمان این بیماری باید پوست سفید پسته را در آب بجوشانید و آنرا داخل لگنی بریزید و شخصی را که این بیماری را درد برای چند دقیقه در

آن بنشیند . باعث تسکین درد و تخفیف بیماری می شود .- مضرات : مغز پسته چربی زیادی درد و بنابراین برای معده مناسب نیست و کسانیکه معده ضعیف دارند باید آنرا با زردآلو بخورند . ضمنا مغز پسته گرم و خشک است خوردن زیاد آن باعث گرمی بدن و کهیر و دانه های قرمز رنگ در پوست می شود .برای رفع گرمی و خشکی باید سرکه ، انار ترش و یا برگه زردآلوی ترش مصرف نمود .

انار

نام علمی : Punica – کلیات گیاه شناسی انار یکی از میوه هایی است که از قدیم وجود داشته است حتی در کتب مقدس چندین بار نام آن ذکر شده است . هومر شاعر معروف یونان در کتاب خود (اودیسه) از آن نام برده است . معروف ایت که حضرت سلیمان باغ بزری پر از درخت های انار داشته که به ان عشق می ورزیده است .درخت انار بومی ایران و مناطق مجاور آن است . کلمه انگلیسی Pomegranate از زبان یونانی مشتق شده که به معنی (سیب با هسته های زیاد) می باشد .انار درخت کوچکی است که ارتفاع آن تا ۶ متر می رسد و در مناطق نیمه گرمسیری می روید . شاخه های آن کمی تیغدر و برگهای آن متقابل ، شفاف و ساده است . گلهای انار درشت برنگ قرمز اناری ولی بی بو می باشد . میوه آن کروی با اندازه های مختلف دارای پوستی قرمز رنگ و یا زرد رنگ می باشد . روی هم رفته در حدود بیست نوع مختلف انار در دنیا موجود است . – ترکیبات شیمیایی:قسمت های مختلف درخت انار مخصوصا پوست ریشه و ساقه انار دارای مقدری در حدود ۲۰ درصد تانن و اسید پونی کوتانیک Punicotaniv acid می باشد. پوست درخت انار دارای الکالوئیدی بنام پله تیه رتین Pelletierin است . در صد گرم دانه انار واد زیر موجود است . انرژی ۳۸ کالری آب ۸۲ گرمپروتئین۰/۴ گرمچربی ۰/۳ گرمواد نشاسته ای ۱۰ گرم کلسیم ۴ گرم سدیم۳ میلی گرمپتاسیم ۲۶۰ میلی گرمآهن ۰/۵ میلی گرم ویتامین ب ۱۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۳۰/۰۲ میلی گرمویتامین ث ۴ میلی گرم– خواص داروئی:– خواص میوه انار از نظر طب قدیم ایران میوه انار سرد ف تر و قابض است . آب انار سرد و تر و پوست انار سرد و خشک و بسیار قابض می باشد . پوست ریشه درخت انار از بقیه قسمت های این درخت قابض تر است . کلیه قسمت های درخت انار دارای تان می باشد که بسیار قابض است . برای مصارف دارویی از گل ، برگ ، پوست درخت ، پوست ریشه و دانه انار استفاده می شود . ۱)انار شیرین ادرار آور است . ۲)ملین مزاج است . ۳) آب انار شیرین برای بیماریهای مجاری ادرار مفید است . ۴)ترشح صفرا را زیاد می کند. ۵)آب انار اسهال را برطرف می کند. ۶)اگر آ انار را با عسل مخلوط کرده و هر روز چند قطره در بینی بچکانید از رشد پولیپ در بینی جلوگیری می کنید .۷) خون ساز است . ۸)خون را تصفیه می کند . ۱۰)برای سالمندان بهترین دارو برای تقویت کلیه است . ۱۱)آب انار خنک کننده است . ۱۲)رنگ صورت را شاداب می کند .۱۳)صدا را باز کرده و گرفتگی صدا را برطرف می کند . ۱۴)برای وزن اضافه کردن انار بخورید . ۱۵)آب انار مقوی قلب و معده است . – خواص دیگر قسمت های درخت انار ۱. جوشانده پوست ریشه درخت انار کرم معده و روده را از بیـــن می برد . ۲. جوشانده پوست درخت انار نیز اثر ضد کرم دارد .۳. برای برطرف کردن گلـو درد و زخـم گلو از جوشانده پوست انار و یا جوشانده برگهای انار استفاده کنند . ۴.خانم هائیکه عادت ماهیانه شان منظم نیست می توانند از جوشانده برگهای انار استفاده کنند. ۵.برگهای له شده انار را اگر روی پوست بگذارید خارش را از بین می برد . ۶.برای برطرف کردن سوختگی پوست ، گلهای انار را له کرده و با روغن کنجد مخلوط کنید و این پماد را روی قسمت سوختگی بمالید .۷. جوشانده پوست درخت و پوست ریشه درخت انار کرم کش است . ۸.دم کرده گل انار اسهال مزمن را برطرف می کند . ۹.دم کرده گلهای انار را بصورت غرغره برای از بین بردن زخمهای دهان بکار ببرید . ۱۰.برای برطرف کردن دندان درد ، دم کرده ریشه درخت انار را در دهان مضمضه کنید . ۱۱.انار ترش و شیرین (میخوش)ادرار را زیاد می کند .۱۲. برای برطرف کردن بواسیر باید معقد را با

جوشانده پوست انار شستشو داد .– مضرات :کسانیکه سرد مزاج هستند نباید در خوردن انار افراط کنند . زیرا معده را سست کرده و ایجاد نفخ می کند . اینگونه افراد باید انار را با زنجبیل بخورند . جوشانده پوست درخت و پوست ریشه آن که برای رفع کرم بکار می رود ممکن است ایجاد سرگیجه و استفراغ کند . بهر حال در خوردن جوشانده آن باید احتیاط کرد و این کار باید تحت نظر متخصص انجام گیرد .

سیب زمینی

نام علمی : Solanum tuberosum– کلیات گیاه شناسی سیب زمینی گیاه بومی آمریکای جنوبی است و هنوز هم بصورت وحشی در شیلی و آرژانتین یم روید . در قرن شانزدهم بوسیله اسپانیولی ها به اروپا برده شد و اکنون در اروپا و آمریکا از نظر مصرف اولین سبزی است . سیب زمینی درتمام طول سال وجود دارد . سیب زمینی بدلیل داشتن مقدر ویتامین C ضد بیمایر اسکوربیت است و کشورهائیکه از این گیاه استفاده می کردند هیچگاه مردم آنجا به این بیماری دچار نمی شدند . ساقه هوایی سیب زمینی دارای بریدگیهایی مرکب از ۷ تا ۱۲ برگچه اصلی است و در فواصل این برگچه نیز برگچه هایی کوچکتر وجود دارد . انواع مختلف سیب زمینی بر حسب رنگ گل و پوست غده های زیر زمینی آن تقسیم بندی می شود .در روی پوست سیب زمینی سوراخهای کوچکی وجود دارد که دارای جوانه است و این جوانه ها ست که منشاء گیاه تازه است . – ترکیبات شیمیایی:سیب زمینی دارای اسیدهای آلی مانند اسید سولانئیک ، اسید نیتوتانیک و ساید فولیک می باشد . در صد گرم سیب زمنی خام مواد زیر موجود است :آب ۷۵ گرم انرژی ۶۰ کالری پروتئین ۱/۸ گرم چربی ۰/۱ گرم مواد نشاسته ای ۱۸ گرم سلولز ۱/۵ میلی گرم کلسیم ۶ میلی گرم فسفر ۵۰ میلی گرمپتاسیم ۵۰۰ میلی گرم آهن ۰/۶ میلی گرم سدیم ۴ میلی گرم ویتامین آ ۱۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۱ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۳۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۱۵ میلی گرمسیب زمینی نارس و همچنین برگ ، گل و میوه سیب زمینی دارای کمی آلکالوئید سمی بنام سولانین است بنابراین باید از مصرف سیب زمینی نارس و ینز برگ و گل و میوه سیب زمینی خورددی کرد . – خواص داروئی:۱) برگ و میوه سیب زمینی بعلت داتشم سولانین مخدر و آرام بخش است ولی بعلت سمی نبودن نباید مورد مصرف داخلی قرار گیرد و باید فقط بعنوان ضماد و استعمال خارجی استفاده شود . ۲)سیب زمینی بعلت داشتن ویتامین C زیاد برای مقابله با بیماری اسکوربیت بکار می رود . ۳) برای تسکین سوختگی ها ، سیب زمینی خام را رنده کرده وبه عنوان ضماد روی قسمت سوختگی بگذارید و هر چند دقیقه آنرا عوض کنید و ضماد تازه روی آن قرار دهید . ۴)سیب زمینی دارای آنزیم مهار کننده می باشد بنابراین ضد سرطان وضد ویروس است مخصوصا سیب زمینی در این مورد از شیر یا سویا قوی تر است .۵)پوست سیب زمینی مانند پوست میوه ها وسبزیجات دارای ماده آنتی اکسیدان است بنبراین از پیر شدن سلولها و نیز از بوجود آمدن سلولهای سرطانی جلوگیری می کند . ۶)سیب زمینی بهترین دارو برای آنهایی است که بدنشان اسیدی است و اینگونه اشخاص بایدس یب زمینی را با پوست و با بخار پخته و بخورند زیرا سیب زمینی آب پز وس رخ شده برعکس سیب زمینی با بخار پخته شده تولید اسید در بدن می کند . ۷)سیب زمینی داروی خوبی برای از بین بردن تورم است . برای این منظور سیب زمینی را طبقه طبقه کرده و در سوپ بیاندازید و بگذارید تقریبا نیم پز شده و سپس آنرابخورید . ۸)سیب زمینی بعلت درا بودن پتاسیم زیاد تمیز کننده کبد نیز می باشد . ۹)سیب زمینی بدن را جوان می کند .۱۰)سیب زمینی داروی بیماریهای قلب نیز می باشد . ۱۱)سیب زمینی قرمز درمان کننده بواسیر خونی و دردناک می باشد . برای این منظور سیب زمنی راب طور باریک بریده و بصورت شیاف داروید و روی آن کمی روغن ویتامین E و یا وازلین مالیده و پس از قضای حاجت بداخل معقد بگذارید . این عمل را اگر چند روز ادامه دهید بواسیر برطرف می شود . ۱۲)برای درمان اسهال سوپ سیب زمینی را با شیر بپزید و آنرا میل کنید . اسهال سریع متوقف می شود . – طرز استفاده: برای استفاده از سیب زمینی اگر آنرا تکه می کنید باید فورا از آن استفاده کنید زیرا

خیلی زود اکسیده می شود و خواص خود را از دست می دهد . سیب زمینی ررا همشه بایـد با بخار و یا در ف بپزید و یا خام آنرا میل کنید زیرا خواص آن سدت نخورده باقی می ماند . سیب زمینی سرخ شده غیر از اینکه خاصیتی ندارد بلکه برای بدن مضر هم است زیرا سرخ کردن سیب زمینی بار وغن آنرا ثقیل الهضم می سازد و باعث بیماریهای مختلفه می شود . - مضرات :سیب زمینی برای اشخاصـی که مبتلا به قند هستند مضر است زیرا بعلت داتشن نشاسته قند خون را بالا می برد و اینگونه اشخاص اگر بخواهند از فوائد سیب زمینی استفاده کنند باید آنرا تحت نظر پزشک یا متخصص تغذیه مصرف کنند ویا از مصرف آن خورددی کنند .

ترب و تربچه

نام علمی : Raphanus sativus- کلیات گیاه شناسی ترب گیاهی است یکساله که ارتفاع ساقه آن تا یک متر می رسد . برگهای آن پهن ، ناصاف ، کرک دردو با بریدگیهای نامنظم می باشد . گلهای آن برنگ سفید ، زرد روشن ، آبی روشن و بنفش است که درانتهای شاخه ظاهر می شود . بطور کلی دو نوع ترب وجود دارد : ۱- ترب سیاه که معمولا در پائیز برداشت می شود . ۲-تربچه که به رنگهای مختلف قرمز و وصورتی و بصورت های دراز و گرد وجود دارد . - ترکیبات شیمیایی: طعم تند ترب مربوط به ماده ای است بنام سنوول Senovol و رنگ قرمز بنفش آن در اثر وجود ماده ای بنام کلرایـد Malvin Chloride است . در صد گرم ترب خام مواد زیر موجود است : آب۹۰ گرم پروتئین۱ گرم چربی ۰/۱ گرمmواد نشاسته ای ۳/۵ گرمکلسیم ۳۰ میلی گرم فسفر۳۰ میلی گرم پتاسیم ۳۳۰ میلی گرمآهن ۱ میلی گرمسدیم۱۸ میلی گرم ویتامین آ ۱۰ واحد ویتامین ب ۱۰/۰۳ میلی گرمویتامین ب ۲۰/۰۳ میلی گرمویتامین ب ۳۰/۰۳ میلی گرمویتامین ث ۲۵ میلی گرم - خواص داروئی:ترب از نظر طب قدیم ایران گرم و خشک است و از زمانهای بسیار قدیم برای درمان بسیاری از بیماریها بکار می رفته است . ۱)ترب برای دفع سنگهای صفراوی مفید است .۲)ترب در بعضی از اشخاص تولید گاز و آروغ می کند و تخم آن گاز و نفخ را از بین می برد . ۳)ترب برای درمان قنرس و رماتیسم مفید است . ۴)برگ ترب اگر با غذا خورده شود به هضم غذا کمک می کند . ۵)آب برگ ترب برای تقویت چشم مفید است . ۶)ترب برای درمان یرقان مفید است . ۷)تخم ترب درد را تسکین می دهد . ۸)در صورت مسمومیت غذایی مقدری تخم ترب را همراه با سکنجبین به بیمار بدهید باعث استفراغ می شود و معده را پاک می کند . ۹)برای مداوای زخم های بدن از ترب و عسل ضماد تهیه کرده و روی زخم بگذارید .۱۰) دم کرده ترب ادرار آور است و برای درمان حبس البول بکار می رود . ۱۱)تخم ترب ادرار آور و قاعـده آور است . ۱۲)اگر دست یا پای شما سرما زده است ترب را در آب بجوشانید و بگذارید تا کمی سرد شود بطوریکه دست را نسوزاند سپس عضو سرما زده را چند بار در روز در این جوشانده قرار دهید . ۱۳)دم کرده ریشه ترب تقویت کننده بدن است .۱۴)برای دفع سنگ کیسه صفرا و سرفه های تشنج آور از ترب بصورت زیر استفاده کنید : در یک ترب بزرگ حفره ی ایجاد کرده و همچنین در ته آنهم سوراخ ریزی بوجود آوریـد بطوریکه آب قطره قطره از آن خارج شود . سپس مقداير شکر در حفره ریخته و آنرا با آب پر کنید و ترب را در دهانه شیشه یا استکانی قرار دهید که آب آن قطره قطره از سوراخ ریز ته ترب خارج شده و در داخل شیشه یا استکان پر شود . این آب را چند بار در روز بنوشید .۱۵)خوردن تخم ترب ترشح شیر را زیاد می کند .۱۶)ودرن ترب رنگ چهره را باز می کند. ۱۷)جوشانده ترب برای درمان اسهال خونی مفید است .۱۸)تخم ترب اشتهاآور است. ۱۹)برای از بین بردن تب تخم ترب را دم کرده و به بیمار بدهید . ۲۰) تخم ترب بصورت ضماد برای ورم پستان در مادران شیدره استفاده می شود . - مضرات : اسراف در خوردن ترب موجب دل پیچه شده و برای دندان و گلو مضر است.

شبدر قرمز

نـام علمی : Trifolium Pratenes - کلیات گیاه شناسـی شـبدر قرمز گیاهی است علفی و چنـد ساله که در مناطق معتـدله کره زمین می روید . در شـرایط مساعد این گیاه هفت ساله است ولی در آب و هوای گرم فقط دو سال عمر می کند .ارتفاع شـبدر قرمز بسیار کم است و بیشتر از ۱۵ سانتیمتر نمی شود . برگهای آن بیضـی شـکل و دراز و دارای سه برگچه است و بهمین علت در قرون وسـطی مورد احترام مسـیحیان بوده زیرا آنرا سـمبل خداوند ، مسیح و روح المقدس می دانستند . این گیاه از نظر داشتن مواد مغذی برای علوفه حیوانـات بکـار می رود . - ترکیبـات شـیمیایی: گـل شـبدر دارای مواد شـیمیایی ماننـد تریفولین ایزوتریفولین و اسـانس روغنی می باشـد . این گیاه دریای املاح معـدنی ماننـد سـلیس آهن ، فسـفر گوگرد ، پتاسـیم ، منیزیوم منگنز ، روی مس ، سـرب ، نیکل و کوبالت می باشد .- خواص داروئی:شـبدر قرمز از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است . ۱)مهمترین خاصیت شبدر قرمز ضد سرطان بودن آن است . ۲) تمیز کننده خون و بدن است۳)سرفه را برطرف می کند ۴)دردهای عضلانی را برطرف می کند ۵)تورم پوستی را از بین می برد۶)شـبدر تازه بعنوان مسهل بکار می رود ۷)درمان کننده آسم است ۸)برای درمان آب آوردگی بدن مفید است۹)دل پیچه را برطرف می کنـد ۱۰)برای درمان آرتروز ، رماتسیم و ورم بیضه باید برگ شـبدر را در روغن زیتون جوشانیده و روی قسمت های دردناک بمالید .۱۱)برای طول عمر و جلوگیری از بیماریهای قلبی شبدر قرمز بخورید . ۱۲)تشنج را علاج می کند ۱۳)برای التیـام زخم ها ، ضـماد شـبدر قرمز را روی زخم ها بگـذارید۱۴)برای از بین بردن خـارش شـبدر را له کرده وروی پوسـت بمالیـد - طرز اسـتفاده: دم کرده : مقـدر ۳۰ گرم گیـاه خشـک را در یـک لیـتر آبجوش ریخته و به مـدت ۵ دقیقه دم کنیـد . مقـدر مصرف آن یک فنجان سه بار در روز است . جوشانده شبدر : مقدر ۵۰ گرم سرشاخه های گلدار شبدر قرمز را در مقدری شیر یا آ ب ریخته و بگذارید مدتی بجوشد و پس از سـردشدن بصورت ضماد روی پوست و یا قسمتهای دردناک بدن بگذارید . - مضرات :مقدر مصرف زیاد شبدر خطرناک است زیرا دارای اسید سیانیدریک می باشد ولی استفاده متعادل از آن هیچگونه خطری نداشته و بسیار مفید است .

برنج

نام علمی : Oryza - کلیات گیاه شناسـی برنج گیاهی است یکسـله که ارتفاع آن تا ۱/۵ متر میرسـد ودر مناطق گرم و مرطوب و پرآب می روید . ساقه آن راست و برگهای آن بزرگ و نوک تیز است . هر سـنبلک برنج دارای دنباله کوتاه و یک گل درد . میوه آن بشـکل خوشه ای متشـکل از سـنبلک ها درانتهای ساقه قرار درد و یک دانه برنج در آن است شـلتوک می نامند . برنج از غلات مهم است و تقریبا غـذای اصـلی نصف مردم کره زمین می باشـد و منشا برنج از آسـیا است و در حـدود ۳۰۰۰ سـال قبل از میلاد در هنـد و چین زراعت می شـده است . برنـج بعـدا از آسـیا به ژاپن ، سـیلان و دیگر نقاط اسـتوایی کره زمین راه یافت و در قرت هفتم میلادی مصـریان نیز شـروع به کشت آن کردنـد .برنج انواع مختلف درد و این انواع را تا حدود ۱۵۰ نوع مختلف تخمین می زننـد . نمونه های مرغوب آن در شـمال و جنوب ایران و نواحی گرمسـیر فارس و اصـفهان کاشـته می شود . بطور کلی دو نوع برنج وجود دارد : نوعی که دانه آن دراز و کشـیده و باریک است که بنام برنج صدری معروف است و دیگری که دانه آن ریز و گرد می باشد و بنام برنج چینی یا ژاپنی شـهرت دارد . آن نوع برنجی که ایرانیان و مردم بیشتر کشورها مصرف می کنند برنجی است که شلتوک و پوسـته خارجی آن گرفته شده است . رنگ اصلی برنج وقتیکه در پوسته است قهوه ای است و بنام برنج قهوه ای Brown Rice نامیـده می شود . برای بـدست آوردن برنـج سـفید دانه های برنج را در دسـتگاههای مخصوصـی می ریزند و این دسـتگاهها پوسـته خارجی برنـج را از آن جـدا کرده و سـپس با اصـطکاک دادم برنـج بدون پوسـته با یکدیگر غشای خارجی آن نیز از بین می رود و برنج برنگ سـفید و شفاف بدست می آید که عاری از ویتامین ب ۱ است و اشخاصـی که منحصرا از برنج تغذیه می کنند و غذای دیگری مصـرف نمی کنند به بیماری بری بری Beri-Beri دچار می شوند .بنابراین برای اسـتفاده از تمام ویتامین ها و موادمعدنی

برنج بهتر است که از برنج قهو های که غشاء خارجی آن گرفته نشده است استفاده کرد ولی البته باید توجه داشت که هضم برنج قهو های کمی مشکل تر از هضم برنج سفید می باشد . یک دیگر از انواع برنج نوع وحشی از آن است که سیاه رنگ و باریک تر و دراز تر از برنج صدری است . این نوع برنج هم دارای مواد معدنی و ویتامین های بیشمار است ولی البته هضم آن کمی مشکل است وبهتر است که مخلوط با برنج سفید بکار برده شود . – ترکیبات شیمیایی:در برنج ماده ای بنام اوریدین Oridine وجود دارد که خاصیت ضد التهاب عصبی را دراست . برنج از لحاظ موا غذایی بسیار غنی است . البته همانطور که گفته شد هنگانیکه پوسته قهوه ای آنرا می گیرند مقدری از ویتامین های خود را از دست می دهد . در جدول زیر واد موجود در صد گرم برنج قهو ه ای و برنج سفید با هم مقایسه شده است. مواد در صد گرم برنج قهوه هایدر صد گرم برنج سفید انرژی ۳۶۰ کالری۳۶۲ کالری آب ۱۲ گرم۱۲ گرم پروتئین ۷/۵ گرم ۶/۶ گرم نشاسته ۷۶ گرم ۸۰ گرمکلسیم۳۲ میلی گرم۲۵ میلی گرم فسفر ۲۲۰ میلی گرم ۹۵ میلی گرمآهن ۱/۶ میلی گرم۰/۸ میلی گرم سدیم ۱۰ میلی گرم ۵ میلی گرم پتاسیم ۲۱۵ میلی گرم ۹۰ میلی گرم ویتامین ب ۱۰/۳۵ میلی گرم ۰/۰۶ میلی گرم ویتامین ب ۲۰/۰۵ میلی گرم ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۳۴/۸ میلی گرم۱/۵ میلی گرمهمانطور که دیده می شود مقدر ویتامنی B۱ در برنج سفید شده یک ششم و ویتامین B۲ نصف و ویتامین B۳ بمقدر یک سوم برنج قهو ه ای یم باشد و مواد معدنی آن بمقدر بسیار زیادی کاهش می یابد .پوست و یا شلتوک برنج که در مراحل کوبیدن از آن جدا می شود سبوس برنج Rice Bran نامیده می شود که آنهم منبع ویتامین ها و مواد معدنی است . در صد گرم سبوس برنج مواد زیر وجود دارد : انرژی۲۷۵ کالری آب ۹/۷ گرم پروتئین ۱۳/۵ گرمچربی ۱۵/۵ گرمنشاسته ۵۰ گرمکلسیم ۷۵ گرمفسفر ۱۴۰۰ میلی گرم آهن ۲۰ میلی گرم پتاسیم ۱۵۰۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۲/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۲۵ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۳۰ میلی گرم غشای قهو ه ای رنگ برنج نیز که در اثر بهم سائیدن در دستگاههای مخصوص و یا در موقع شستن زیاد از برنج جدا می شود سرشار از ویتامین ها و مواد معدنی و پروتئین است . جدول زیر مقدر مواد موجود در صد گرم این غشای قهو ه ای رنگ را نشان می دهد .کالری ۲۶۵ آب ۹/۸ گرمپروتئین ۱۲ گرم چربی ۱۲/۸ گرم نشاسته ۶۰ گرم کلسیم ۷۰ میلی گرم فسفر ۱۱۰۰ میلی گرم آهن۱۶ میلی گرم پتاسیم۷۱۵ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۱/۸۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۱۸ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۲۸ میلی گرم – خواص داروئی:برنج از نظر طب ایرانی معتدل و خشک است البه بستگی درد آنرا چگونه درست کنید برنج آبکش شده سرد است و آب آن گرم در حالیکه برنج کته شده گرم است .برنج دارای ماده ای بنام Amidon می باشد ولی از نظر اینکه ماده گلوتن آن کم است یعنی کاملا ـ بهم نمی چسبد نان درس کردن از آن کمی مشل است . در خاور دور از برنج نوعی الکل درست می کنند که بنام ساکه معروف است که سمیت آن از الکل معمولی کمتر است و بمصرف دارویی می رسد . برنج غیر از اینکه یک غذای سهل الهضم است بسیار مقوی است و ضمنا خواص درمانی بسیاری را دراست که به تعدای از آن اشاره می شود . ۱)برنج قهو ه ای خاصیت ضد التهاب عصبی را دارد . ۲)خوردن برنج تحریکات معده و روده را کم می کند . ۳)از جوانه برنج نوعی مالت تهیه می شود که بعنوان مقوی معده بکار می رود . ۴)اگر برنج را در آب بپزید آب درمان کننده اسهال و اسهال خونی است .آب برنج را می توان به اطفال شیرخوار نیز داد . ۵)برای شست و شوی زخم ها از آب برنج استفاده کنید . ۶)آب برنج را می توان برای درمان ورم های روده ای و استفراغهای خونی بکار برد . ۷)دم کرده ریشه و ساقه های زیر زمینی برنج برای زیاد شدن ترشحات ادرار مصرف می شود . ۸)برای درمان تب ، بدن و سر را با در برنج کمپرس کنید . ۹)برنج خواب آور است . ۱۰) برنج تشنگی را برطرف می کند . ۱۱)زیاده روی در خوردن برنج موجب ازدیاد وزن می شود . ۱۲)خوردن برنج تولید اسپرم می کند .۱۳) برنج را اگر با شیر و شکر مخلوط کنید و بخورید بسیار مقوی است و نیروی جنسی را تقویت می کند . ۱۴)برای برطرف کردن دل بهم خوردگی و استفراغ برنج را با دوغ تازه بخورید . ۱۵) اگر برنج سفید را در آب خیس کنید آب آن برای درمان اسهال و قطع قاعدگی مفید است . ۱۶)آب جوشانده برنج را که آبکس می کنید دور نریزید با این آب جواهرات خود را بشوئید که آنها را جلا

می دهد ۱۷)برای رفع التهاب پوست ، در برنج را با نشاسته یا پودر تالک مخلوط کرده و به پوست بمالید . ۱۸)دانشمندان ثابت کرده اند که خوردن برنج برای درمان فشار خون بسیار مفید است . ۱۹)خوردن برنج ، قند خون را در حالت تعادل نگاه می دارد . ۲۰)یکی از اطباء آمریکایی رژیم برنج را برای درمان فشار خون توصیه می کند او به بیماران تائید می کند که برنج بدون نمک همراه با میوه های مختلف بخورند . البته هنوز دانشمندان نمی دانند که در برنج چه ماده ای وجود دارد که باعث پائین رفتن فشار خون می شود . ۲۱)رژیم برنج برای اختلالات کلیوی مفید است . ۲۲)رژیم برنج برای مبتلایان به بیماری سورای سیس Psorasis نیز بسیار مفید است .– طرز استفاده: در قسمت بالا توضیح داده شده است – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

زعفران

نام علمی : Crocus sativus– کلیات گیاه شناسی زعفران گیاهی است پایا با ارتفاع تقریبا ۳۰ سانتیمتر که دارای برگهای دراز و سبز مانند تره است . ساقه زیر زمینی آن از دو پیاز تشکیل یم شود . این پیازها سخت و مدور و گوشتدار و پوشدهاز غشاء های نازک قهو های رنگ می باشد . گلهای زعفران ارغوانی ، منظم و شامل لوله ای دراز است که به سه گلبرگ و کاسبرگ منتهی می شود . زعفران خیلی مرغوب قسمت کلاله گل یعنی قسمت انتهایی خامه است و میله خامه ، زعفران درجه دو و نامرغوب را تشکیل می دهد . برداشت زعفران بدین ترتیب است که قسمت کلاله هر گل را بر میدارند و بین کاغذ قرار می دهند تا خشک شود و سپس بستهب ندی می کنند . استندارد زعفران که در فرانسه صورت گرفته است اعلام یم درد که باید ۵۰ عدد از الیاف زعفران بیشتر از۰/۲۷۷ گرم وزن داشته باشد و در صد رطوبت آن ۱۳ درصد باشد . همچنین هر میلی گرم آن باید بتواند ۷۰۰ سانتیمتر مکعب آب را بطور محسوس رنگی کند . – ترکیبات شیمیایی:زعفران دارای مواد چرب ، املا معدنی ف موسیلاژو اسانس های فراوان می باشد .رنگ زعفران مربوط به ماده ای بنام کروسین است که در آن وجود دارد پیاز زعفران سمی است و مصرف یبش از حد آن برای حیوانات کشنده است .– خواص داروئی: زعفران از نظر طبقدیم ایران گرم و خشک است . مهمترین خاصیت زعفران که از قدیم الایام از آن استفاده یم شده است درمان افسردگی می باشد . این خاصیت مهم حتی در شعر شاعران ینز انعکاس یافته است . شاهد آن شعر خاقانی است که می گوید : گر کسی را زعفران شاید فزاید گو فزایچون تو با غم خو گرفتی زعفران کس مخور زعفران دارای بویی قوی و طعم تلخ می باشد :۱)خوردن چای زعفران باعث هضم غذا می شود۲)اثر مسکن درد دارد۳) قاعده آور است . ۴)باعث تحریک اعصاب می شود ۵)زعفران خون سازاست و گردش خون را آسان می سازد ۶)مصرف زعفران خونریزیهای بعد از زایمان را از بین می برد . ۷)قوای جنسی را تقویت می کند ۸)کبد را تصفیه وقوی می سازد۹)سرفه را رفع و اثر مفید روی درمان برونشیت دارد۱۰)کلیه و مثانه را پاک می کند ۱۱)آرام بخش و خواب آرو است۱۲)زعفران ضد تشنج است ۱۳)گاز معده را برطرف می کند ۱۴)ادرار آور است ۱۵)و اگر بالاخره می خواهید همیشه شاد و خندان باشید زعفران بخورید ۱۶)فرمول قدیمی زعفران برای تنظیم عادت ماهیانه خانم ها و بازکردن قاعدگی سال هاست که بکار می رود و اثر بسیار مفیدی دارد تارتارات آهن و پتاسیم ۰/۵ گرم گرد زعفران ۰/۵ گرمپودر درچین۲ گرم از این مخلوط چهار بار در روز استفاده کنید . – طرز استفاده: از زعفران می توان به شکل های مختلف استفاده کرد . – دم کرده زعفران یا چای زعفران ۲ گرم زعفران را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت نیمساعت روی آتش بسیارملایم بگذارید تا دم بکشد . – تنطور زعفران یک گرم زعفران را سائیده و با ۱۰ گرم الکل سفید ۸۰ درجه مخلوط کزده و در شیشه ریخته و در آنرا ببندید . این شیشه رادر جای تاریکی گذاشته و هر روزه آنرا تکان دهید پس از دو هفته آنرا صاف کرده و از آن استفاده کنید . – گرد زعفران زعفران را در فر با حرارت ۲۵ درجه سانتیگرد خشک کرده و سپس آسیاب کنید و از الک خیلی ریز در کنید تا گرد نرمی بدست آید . – مضرات :چون زعفران بر روی سیستم تولید مثل اثر درد بنابراین زنان حامله باید از خوردن آن احتراز کنند زیرا ممکن است باعث سقط

جنین می شود . خوردن زیاد زعفران برای کلیه ها مضـر است . اشـتها را کم می کند و ایجاد سردرد می کند و باعث اختلال حواس می شود . زعفران را باید در شیشه های دربسته و دور از نور نگهدری کرد زیرا عطر و رنگ خود را در اثر نور از دست می دهد .

کنجد

نـام علمی : Sesamus indicum – کلیـات گیاه شناسـیکنجد گیاهی است یکساله با ارتفاع حـدود یک متر که قسـمت انتهایی ساقه آن پوشیده از کرک است . برگهای آن بیضی ، باریک و نوک تیز است . گلهای آن برنگ سفید و یا قرمز بطور تک تک در کناره برگ های قسـمت انتهایی ساقه ظاهر می شود . میوه این گیاه بصورت کپسول و محتوی دانه های کوچک و مسطح و بیضوی است که دانه کنجد نامیده می شود و قسـمت مورد اسـتفاده این گیاه است . وطن اصـلی کنجد هندوسـتان است که از آنجا به نقاط دیگر دنیا راه یافته است . در حال حاضـر چین بزرگترین تولید کننده کنجد در دنیا می باشد . هندوستان و حبشه از نظر تولید بعد از چین قرار دارنـد . در ایران نیز مقـدری کنجـد تولیـد می شـود که بیشـتر آن به مصـرف تهیه روغن و حلوا دره می رسـد– ترکیبـات شیمیـایی: کنجـد دارای پروتئین ، ویتـامین های B,D,E,F و لسـیتین Lecithin می باشـد . مقـدر روغـن آن در حـدود ۵۰٪ است روغن کنجـد مرکب از حدود ۷۰٪ اسـیدهای جرب اشـباع نشده مانند لینولئیک اسـید اولئیک اسید و مقدری اسیدهای چرب اشباع شـده ماننـد اسـید پالمتیک و آراشـیدیک اسـید می باشد . روغن کنجد یکی از روغن های شاباع نشده و مفید برای بدن است و در آمریکای شـمالی و کانادا بمقدر زیاد مصرف می شود و دلیل آن اسن که این روغن نه فقط کلسترول بدن را بالا نمی برد بلکه آنرا کاهش می دهد . برای تهیه روغن کنجد معمولا دانه ها را می شویند تا رنگ روی آن از بین برود سـپس دانه ها را آسیاب کرده و در آب می ریزند تا پوست آن که سـبک روی آب بیاید که آنرا می گیرند . بعد دانه ها را خشک کرده و در آب جوش می ریزند و خمیر می کننـد . این خمیر را تحت فشـار قرار داده تا روغن آن جـداشود . این روغن را روغن سـرد فشار اول می نامنـد و از تفاله باقیمانـده تحت اثر فشـار و گرما روغنی بـدست می آیـد که بنام روغن گرم یا فشار دوم معروف است که البته ارزش غـذایی روغن سرد را نـدارد .تفـاله باقیمانـده از این مرحله را معمولاـ برای علـوفه دام هـا بکـار می برنـد . مخصوصـا این تفـاله از نظر داشـتن مواد پروتئینی غذای خوبی برای گاوهای شیـدره است . اگر می خواهید از روغن کنجد استفاده کنید دقت کنید که روغن سرد فشار اول باشد که بنام First cold pressed معروف است زیرا در اثر حرارت دادن روغن کنجـد خواص خود را از دست می دهنـد . – خواص داروئی: از نظر طب قـدیم ایران کنجـد گرم و تر است . کنجـد بسـیار مغذی است و در اکثر کشورهای فقیر بعنوان جانشـین گوشت بکـار می رود . ۱)برای چاق شـدن و تقویت نیروی جنسـی موثر است ۲)برای رفع قولنج کنجد را آسـیاب کرده و با سـرکه مخلوط کنیـد و بمقـدر نصف وزن کنجـد ، مغز بادام پوست کنده را بآن اضافه کنید آنها را پودر کنید و هر روز بمقدر یک قاشـق سوپخوری از آن بخورید . ۳) کنجد گرفتگی صدا را از بین می برد . ۴)نرم کننده معده و روده است ۵)کره کنجد که در کانادا بنام تـاهیتی معروف است و شبیه دره می باشـد غـذای خوبی برای رشـد بچه هـاست .۶)برگ کنجـد را اگر به سـر بمالیـد باعث رشد و سیـاهی موی سـر می شود۷)دره نرم کننـده معـده و روده هـاست ۸)کنجـد فشـار خون را کـاهش می دهـد ۹)کنجد ضد رماتیسـم است۱۰)برای رفع ناراحتی کیسه صـفرا مفید است ۱۱)دم کرده برگ کنجد اسـهال خونی را برطرف می کند ۱۲)روغن کنجد برای رفع تنگی نفس و سرفه خشک و زخم ریه مفید است۱۳)روغن کنجد سوز ش ادرار را رفع می کند۱۴)از روغن کنجد بجای روغن زیتون در سالاد استفاده کنید ۱۵)کنجد با همه خواصی که درد برای معده ای ضعیف مناسب نیست زیرا ثقیل الهضم است . اینگونه اشخاص باید آنرا با عسل وسرکه بخورند . – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

لوبیای سویا

نام علمی : Soja hispida Moench – کلیات گیاه شناسیسویا قرنهاست که غذای مردم آسیا مخصوصا چین بوده است و چینی آن را همراه با برنج بعنوان غذای اصلی خود مصرف می کنند . ایالات متحده آمریکا بزرگترین تولید کننده سویا می باشد و تقریبا دو سوم محصول کل دنیا را تولید می کند . سویا در ایران بنام (لوبیا روغنی) (لوبیا چینی) سوژا و دانه سویا معروف است . سویا گیاهی است یکساله دارای ساقه پرشاخه ، برگهای آن بیضی ، نوک تیز و سبز رنگ می باشد . میوه آن شبیه لوبیا سات که در هر غلاف آن سه تا پنج دانه جدا از یکدیگر وجود دارد . رنگ دانه سویا بر حسب انواع مختلف متفاوت است و برنگهای زرد ، سفید سیاه ، خاکستری و خالدر دیده می شود .دانه سویا به بزرگی یک نخود کمی مسطح و گرد است . دانه سیاه سویا بشتر در طب گیاهی مصرف درد ولی از دانه زرد رنگ آن بیشتر برای روغن گیری استفاده می کنند . سویا بعلت داتشن پروتئین و مواد مغذی در تغذیه انسان بکار می رود . سویا از چین به نقاط دیگر دنیا راه یافته است و بطور وحشی در آن کشور وجود دارد . سویا در حدود ۳۵۰۰ نوع مختلف درد که هر کدام آب و هوای مخصوصی را می خواهد . – ترکیبات شیمیایی: سویا از نظر ویتامین های گروه B بسیار غنی است و دارای مقدری ویتامین های C,D,E,K و کمی کاروتن می باشد . سویا همچنین دریا کلروفیل و آنتی بیوتیکی بنام کاناوالین نیز هست . دانشمندان موفق شده اند که از لوبیای سویا یک نوع آنتی بیوتیک ارزان قیمت تهیه کنند که مورومیکس نامیده می شود و باکتریهای مضر روده را از بین می برد . جدول زیر مواد موجود در صد گرم دانه خشک و رسیده جوانه سویا ، شیر سویا و سبوس سویا را نشان می دهد دانه خشکجوانه سویاشیر سویاسوس سویاآب ۱۰ گرم ۸۶ گرم ۹۲/۵ گرم ۶۲/۸ گرم پروتئین۳۴ گرم ۶ گرم۳/۴ گرم۵/۶ گرم چربی ۱۷/۷ گرم ۱/۴ گرم ۱/۵ گرم۱/۳ گرممواد نشاسته ای۲۹ گرم۴/۷ گرم ۲/۲ گرم۹/۵ گرمکلسیم۲۲۶ میلیگرم ۴۸ میلیگرم ۲۰ میلیگرم۸۲ میلیگرمفسفر ۵۵۰ میلیگرم ۶۷ میلیگرم ۴۸ میلیگرم ۱۰۴ میلیگرم آهن ۸/۴ میلیگرم ۱ میلیگرم ۰/۸ میلیگرم ۴/۸ میلیگرم ویتامین آ ۸۰ واحد ۸۰ واحد ۴۰ واحد ۷۳۲۰ واحد ویتامین ب ۱ ۱/۱ میلیگرم ۰/۲۵ میلیگرم۰/۸ میلیگرم ۰/۰۲ میلیگرم ویتامین ب ۲ ۰/۳ میلیگرم ۰/۲ میلیگرم ۰/۰۳ میلیگرم ۰/۲۵ میلیگرم ویتامین ب ۳ ۲/۲ میلیگرم ۰/۸ میلیگرم ۰/۲ میلیگرم ۰/۴ میلیگرم همانطور که گفته شد سویا از نظر مواد پروتئینی بسیار قوی است و در کشورهای فقیر از آن بعنوان جانشین گوشت استفاده می کنند . در جدول زیر سویا با گوشت مقایسه شده استسویا گوشت گاو آب ۹/۸۷٪ ۷۴٪ پروتئین ۳۶/۶۷٪ ۲۳/۷۴٪ چربی ۱۷٪ ۲/۳٪ پتاسیم ۳/۱٪ ۵۴٪ اسید فسفریک ۱/۴۷٪ ۶۶٪ بنابر این همانطور که در جدول بالا دیده می شود مقدر پروتئین سویا ۱/۵ بربر گشوت گاو می باشد و منبعی غنی از پروتئین است . برای درست کردن شیر سویا ، دانه سویا را له کرده و بمدت ۲۴ ساعت تحت تاثیر آب قرار می دهند سپس آنرا صاف می کنند و بدین ترتیب نوشابه ای مانند شیر بدست می آید که منبع غذایی خوبی است که می توان بجای شیر گاو مصرف کرد . روغن سویا که از فشدرن دانه های له شده وسیا بدست می آید رنگ زرد مایل به قرمز دارد و دارای بوی مخصوصی شبیه بوی لوبیا است و در حرارت ۱۵ در جه منجمد می شود ولی درجه حرارت معمولی حالت روان دارد. – خواص داروئی: ۱) سویا مقوی و باد شکن است ۲)دانه سویا ، مدر ، تب بر و ضد سم است ۳)در چین دانه سویا را بعنوان ضد سم مصرف می کنند۴)شیر سویا غذای مفیدی برای کودکان است ۵)نان سویا برای مبتلایان به بیماری قند بسیار مناسب است زیرا اولا ارزش غذایی زیادی درد ثانیا مواد نشاسته ای که تبدیل به قند می شود در آن کم است ۶)دانه های سبز سویا را له کرده و بصورت ضماد در آورید این ضماد برای زخم های آبله و سایر زخم ها مفید است همچنین برای رفع التهاب و قرمزی پای بچه ها که در اثر ادرار بوجود آمده مفید است .۷)سویا برای مبتلایان به نقرس و رماتیسم و اشخاص ضعیف البنیه بسیار مفید است ۸)سوس سویا برای تحریک اشتها بکار می رود ۹)سوس سویا را برای از بین بردن بوی گوشت بکار می برند ۱۰)سوس سویا را به غذاهایی که تدرید درید سالم باشد بزنید سم آنرا خنثی می کند۱۱)سوس سویا ملین ، خنک کننده و ضد سم است ۱۲)اگر زن حامله در معرض خطر سقط جنین باشد به او سس سویا بدهید ۱۳)اگر ادرار کسی بخون آلوده است سوس سویا درمان آن است ۱۴)سس سویا برای سوختگی پوست مفید است ۱۵)فرآورده های سویا برای پیشگیری

سرطان مفید است۱۶)سویـا به فعـالیت روده ها و دفع منظم سـموم کمک می کنـد ۱۷)سویا مقـدر تری گلیسـیدر خون را پائین می آورد۱۸)برای تمیز کردن شریانها از فرآورده های سویا استفاده کنید حتی مبتلا به شرائین و در معرض خطر قلبی هستند اگر از سویا اسـتفاده کننـد و گوشت را از برنامه غذایی خود حذف کنند بزودی شـریانهای آنها تمیز و جوان خواهد بود . ۱۹)سویا سنگ کیسه صفرا را شکسـته و خارج می سازد و اگر از فرآورده های سویا اسـتفاده کنید در بدن شـما سـنگ کیسه صفرا تولید نخواهد شد اگر سنگ کیسه صـفرا دریـد رژیم خود رابه سویا تغییر دهیـد ۲۰)سویا برای سـلامت روده بزرگ و تنظیم تخلیه و دفع مواد زائـد بسـیار مفید است ۲۱)سویا موثر برای درمان سـرطان کولون است ۲۲)سویا از سـرطان سینه جلوگیری می کند ۲۳)سویا منبع غنی هورمون استروژن است بنابراین می توان جانشین هورمونهای مصنوعی در دوران یائسگی باشد . پس خانم ها در دوران یائسگی بهتر است از فرآورده های سویا اسـتفاده کنند .- طرز اسـتفاده:فرآورده های سویا زیاد است و بسته به نوع سـلیقه می توانید از آنها اسـتفاده کنید مانند شـیز سویا ، شـیر بریده سویا ، در سویا بلغور سویا ، سویای بو داده پروتیئن سویا ، سس سویا ، سویای تخمیر شده جوانه سویا و غیره – مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

اسفناج

نام علمی : Spinacia oleracea – کلیات گیاه شناسیاسـفناج گیاه بومی ایران است و از اوائل قرن اول میلادی کم کم به نقاط دیگر دنیا راه یافت . بطوریکه در تاریخ مسـطور است اسفناج در قرن هفتم در چین و در قرن دوازدهم در اسپانیا کشت میشده است . کشت اسفناج در سال ۱۸۰۶ در آمریکا شروع شد . اسفناج گیاهی است یکساله درای ساقه ای راست به ارتفاع نیم متر که برگهای آن پخن و نرم مثلثی شـکل برنگ سبز می باشد . اسـفناج نسبت به سـرمای زمستان مقاوم است . دو نوع اسفناج وجود دارد که بنام پائیزه و بهاره نامیده می شود . اسـفناج بهاره در فصل بهار کاشـته می شود و به اسـفناج انگلیسی معروف است . نوع پائیزه آن که به خاک بسیار غنی احتیاج درد در پائیز کاشته می شود . گلهای اسفناج برنگ سبز کمرنگ می باشد . اسفناج چون درای مواد غذایی فراوانی است کشت آن امروز در تمـام نقـاط دنیـا معمول است . – ترکیبات شـیمیایی: اسـفناج از نظر داشـتن ویتامین B۳ بسیار غنی است و بنـابراین داروی مهمی برای برطرف کردن بیمـاری پلاـگر است .(پلاگر یک نوع بیماری است که بعلت کمبود ویتامین B۳ در بدن تولید می شود و نشانه های ضـعف بدن ، تشنج ، اختلال در دستگاه هاضمه و بوجود آمدن لکه های قرمز روی بدن است .) ضمنا در اسـفناج مقـدر زیادی آهن ، یـد ، لسـیتین ، کلروفیل ، کاروتن ، اسید اگزالیک و اسـید ارسـنیک وجود دارد در صد گرم اسـفناج خام مورد زیر موجود است : انرژی۲۰ کالریآب۹۰ گرم پروتئین ۳ گرمچربی۰/۳ گرم مواد نشاسـته ای ۳/۵ گرم کلسیم ۹۰ میلی گرم فسفر ۵۰ میلی گرمآهن ۳/۲ میلی گرم سدیم ۷۰ میلی گرم پتاسیم ۴۷۰ میلی گرم ویتامین آ۶۰۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۱ میلی گرمویتامین ب ۲ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۶ میلی گرم ویتامین ث ۴۰ میلی گرم – خواص داروئی: برگ اسـفناج از نظر طب قدیم ایران کمی سـرد و تر است و برخی عقیده دارند که متعادل است یعنی نه سرد است و نه گرم . ۱) برگ اسفناج منبع غنی ویتامین C ، B۳ ، A و آهن و پتاسیم می باشـد . ۲) بـدن را قلیایی می کند . ۳) خنـک کننـده است و برای پائین آوردن تب مفید است . ۴) ورم روده کوچک را رفع می کند . ۵)برای ورم ریه مفید است .۶)ملین است و یبوست را برطرف می کند . ۷)برای لاغر شـدن و وزن کم کردن مفیـد است . ۸) اسـفناج بـدلیل داشـتن ماده ای بنام اسپیناسـین هضم غذا را تسـریع می کند . این ماده باعث تحریک معده و ازدیاد ترشـحات آن می شود . ۹) خوردن اسفناج در رفع تشنگی موثر است . ۱۰)برای از بین بردن ورم و درد گلو مفید است . ۱۱) برای رفع سـرفه های خشک برگ اسـفناج را با حو پوست کنده و روغن بادام بپزید و بخورید . ۱۲)آش اسفناج با گشـنیز برای سـردردهایی که ناشـی از سوء هاضمه و اختلال دستگاه گوارشی است مفید می باشد . ۱۳)اگر آش اسـفناج را ب آب لیمو و سـماق و یـا آب غوره بخوریـد سـردردهای ناشـی از اختلال کیسه صـفرا را برطرف می کنـد .۱۴) خوردن اسـفناج از سطان

جلوگیری می کنـد مخصوصـا در افرادی که به مصـرف الکـل و سـیگار دست دارنـد .۱۵)حقیقـات دانشـمندان نشان داده است که اسـفناج در پیشگیری سرطان روده بزرگ ، معده ، پروستات حنجره و رحم موثر است . ۱۶)اسفناج کلسترول خون را پائین می آورد .۱۷)بهـترین دارو برای کسـانی است کـه مبتلاـ بـه کـم خـونی هسـتند . ۱۸) اسـفناج ماننـد جـارو روده بزرگ را تمیز می کند .۱۹)ترشـحات لوزالمعـده را افزایش می دهد .۲۰)اسـفناح سبزی مفیـد برای تقویت اعصاب است .۲۱)اسـفناج پته برای رفع بیماری آسم و گرفتگی صدا بسیار موثر است . ۲۲)رماتیسم و نقرس را درمان می کنـد . ۲۳)برای زیاد کردن شـیر در مادران شیر ده موثر است . ۲۴) سابقا نوعی شربت از اسـفناج تهیه شد که در معالجه خونریزیها و کم خونی از آن استفاده می کردند . ۲۵) تخم اسفناج ملین و خنک کننده است . ۲۶)تخم اسفناج برای برطرف کردن ورم کبد و یرقان مفید است .۲۷)اسفناج تعداد گلبولهای قرمز خون را افزایش می دهـد . ۲۸) اسـفناج چون دارای کلروفیل است عضـلات روده را تحریک کرده و تخلیه مدفوع را آسان می کند .۲۹) اگر کسـی مبتلا به حبس البول یعنی بند آمدن ادرار است می تواند با مخلوط نصف فنجان آب اسفناج این ناراحتی را درمان کند . با همان مقـدر روغن بادام یا روغن زیتون مخلوط کرده و باو بدهیـد . ۳۰)اسـفناج را در سالاد خود بریزید و میل کنید .- مضرات : اسـفناج بعلت داشـتن اگزالاـت برای بیمـاران مبتلاـ به ورم مفاصل و سـنگهای کلیه و مثانه مناسب نیست ضـمنا آنهائیکه سـرد مزاج هستند باید اسفناج را با ادویه گرم نظیر زنجبیل و هل میل نمایند .

کدو

نام علمی : Lagenaria vulgaris- کلیات گیاه شناسیکدو گیاهی است یکساله و خزنده که برگهای آن بشـکل قلب و پهن و پوشـیده از کرک ریز می باشـد . گلهای زرد رنگ است و گل نر و گل ماده آن روی یک پایه قرار درد . ریشه آن بایرک و بلند ، کمی شـیرین و خوردن جوشانـده آن مستی آور است . کـدو انواع مختلف درد ماننـد کـدوی حلوایی ، کـدوی تنبل یا کـدوی زرد ،کدوی خورشی یا کدوی سبز . نوعی از کدوی حلوایی در کانادا و آمریکا و بعضی نقاط دنیا می روید که بسیار بزرگ می شود و گاهی وزن آن مرباتا ۶۰ کیلوگرم نیز می رسـد . در آمریکا و کانادا این کدوها را برای شب هالوین بکار میئبرند و با آن ر و کیک درست می کننـد . - ترکیبات شـیمیایی: در یکصـد گرم کدو مواد زیرا را می توان یافت : کدو حلوائی کدو سبز کالری ۱۸ ۱۸آب ۹۱ گرم۹۴ گرم پروتئین ۱ گرم ۱/۱ گرم چربی ۰/۱ گرم ۰/۱ گرم نشاسته ۵/۴ گرم ۳/۶ گرم کلسیم۲۱ میلی گرم ۲۸ میلی گرمفسفر ۴۵ میلی گرم۰ ۳ میلی گرم آهن۰/۸ میلی گرم ۰/۵ میلی گرم پتاسـیم۲۴ میلی گرم۲/۲ میلی گرم ویتـامین آ ۱۶۰۰ واحد۴۰۰ واحدویتامین ب ۱ ۰/۵ میلی گرم۰/۰۵ میلی گرم ویتـامین ب ۲ ۰/۱۱ میلی گرم ۰/۰۹ میلی گرمویتامین ب۳ ۰/۶ میلی گرم ۱ میلی گرم ویتامین ث۹ میلی گرم۲۰ میلی گرم در صـد گرم تخم کـدو مـواد زیر موجود است : آب۹۴ گرم پروتئین ۱/۱ گرم چربی۰/۱ گرمنشاسته۳/۶ گرم کلسیم ۲۸ میلی گرم فسفر۳۰ میلی گرم آهن ۰/۴ میلی گرم پتاسیم ۲/۲ میلی گرم ویتامین آ ۴۰۰ واحد ویتامین ب ۱ ۰/۰۵ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۹ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتامین ث ۲۲ میلی گرم - خواص داروئی: - خواص کـدو و تخم کـدو : کـدو از لحاظ طب قـدیم ایران سـرد و تر یعنی خنک کننـده و مرطوب کننده است و از لحاظ شـیمیایی بدن را قلیایی می کنـد . کـدو هم ماننـد بادمجان چون دارای کالری است بنابراین مهمترین غذا برای کسانی است که می خواهند وزن کم کنند . ۱)تخم کدوی خام اثر دفع کرم روده درد و چون سـمی نیست اطفال نیز می توانند از آن اسـتفاده کنند . برای این منظور باید مقدر ۵۰ گرم تخم کـدو را پودر کرده و با عسل مخلوط نموده و مصـرف کنیـد و باید بعد از چهار ساعت یک مسـهل مانند روغن کرچک بخورید که کرمها را دفع کند .۲)کدو اثر ملین ، مدر و رفع یبوست و رفع سوء هاضمه را دارد۳)به اشخاصی که تب دارند کـدو می دهنـد تب را پائین می آورد ۴)کدو برای اشـخاص گرم مزاج و صـفراوی غذای خوبی است ۵)کدو خونساز است و برای اسـتفاده از این خاصـیت کدو باید آنرا همراه با آب غوره و یا سـرکه در روغن زیتون پخت و مصـرف نمود ۶)برای رفع دندان درد

آب کدو قرقره کنید ۷)برای درمان گوش درد چند قطره آب کدو در گوش بچکانید ۸)برای برطرف کردن التهاب معده ، کبد و کلیه کدوی پخته را روی این اعضاء بگذارید ۹)پوست کدو را خشک کنید خوردن آن درمان بواسیر و خونریزی معده و روده است ۱۰)تخم کدو درمان کننده سرفه و برطرف کننده اخلاط خون است ۱۱)برای زخم روده ها و مثانه و سوزش مجرای ادرار تخم کدو مصرف کنید ۱۲)روغن تخم کدو برای رفع تب و دل پیچه مفید است۱۳)کدو و تخم کدو هر دو برای پیشگیری سرطان مفید می باشند ۱۴)تخم کدو علاج کننده سرطان پروستات و برطرف کننده ورم پروستات می باشد در مادران بالاتر از سن چهل معمولا غده پروستات شروع به بزرگ شدن می کند و بنابراین این اشخاص باید چند روز در هفته کدو حلوایی یا تخم کدو بخورند . ۱۵)کدو و تخم کدو در پیشگیری سرطان ریه بسیار موثر است و اشخاص سیگاری و حتی آنهائیکه با این اشخاص زندگی می کنند و باصطلاح سیگاری دست دوم هستند برای اینکه مریض نشوند باید از کدو استفاده کنند . - مضرات : همانطور که گفته شد کدو سرد است و در خوردن کدو در مناطق حاره و گرم سیر بسیار مفید است و بدن را سالم نگاه می دارد . کدو برای کسانیکه طبع سرد دارند و یا در مناطق سردسیر زندگی می کنند خوب نیست زیرا ایجاد نفخ وسنگینی و درد معده می کنند .و بنابراین اشخاص اگر بخواهند کدو بخورند حتما باید آنرا با ادویه های گرم مانند خردل و سیر و فلفل و نعناع بخورند.

چای کوهی

نام علمی : Hypericum perfratum - کلیات گیاه شناسیچای کوهی بمقدر زیاد در آمریکا و اروپا پرورش می یابد و معمولا- بصورت خودرو در میان مزارع گندم و ذرت یافت می شود . چای کوهی در اروپاو آمریکا بنام سنت جونز شهرت درد و مدتی است که بسیار معروف شده و تقریبا برای هر بیماری بکار میرود . جالب است بدانید که روغن چای کوهی برای مدت سه قرن در انگلستان تنها داروی زخم ها بوده است . چای کوهی در ایران در دامنه کوههای البرز کرج چالوس و مازندران و نقاط غرب ایران به حد زیاد می روید .در اروپا نانوائیها این گیاه را خوب می شناسند زیرا کمی از آنرا به در اضافه می کنند که نان را بهتر و خوش طعم تر می کند . گلهای چای کوهی برنگ سفید یا زرد می باشند که در بالای ساقه بصورت مجتمع بچشم می خورد . این گلها کمی معطر و دارای بوی مخصوصی می باشد . میوه چای کوهی بشکل کپسول است .- ترکیبات شیمیایی: مهمترین ماده شیمیایی چای کوهی هایپرین Hyperin و همچنین ماده قرمز رنگی بنام هایپریسین Hypericin است چای کوهی دارای تانن و اسید نیکوتی نیک نیز می باشد. - خواص داروئی: از نظر طب قدیم ایران این گیاه گرم و خشک است . ماده قرمز رنگی که در برگهای چای کوهی وجود دارد وب ا فشار دادن برگها از آن استخراج می شود برای التیام زخم ها و درمان سوختگی ها بکار می رود . برای تهیه جوشانده و یا دم کرده این گیاه باید حدود یک قاشق چایخوری برگ و گل خشک گیاه را در دو فنجان آب جوش ریخته و آنرا آنقدر بجوشانید تا یک فنجان باقی بماند سپس آنرا مصرف کنید . بطور خلاصه می توان به مورد زیر اشاره کرد : ۱)ضد کرم معده و روده می باشد.۲)ادرار آور وقاعده آور است . ۳)گرفتگی صدا را باز می کند و خلط آور است. ۴)برای درمان مرض کزاز بکار می رود.۵)اگر برگ آنرا بصورت پودر دارورید و روی زخم های عمیق و متعفن بپاشید این نوع زخم ها را خوب می کند. ۶)درمان کننده اسهال و اسهال خونی است . ۷)برای درد دنبالچه بهترین دارو است .۸)اگر مشکوک به خونریزی مغزی هستید و یا احتمال خونریزی مغزی وجود دارد حتما از این دارو استفاده کنید . ۹)ضعف جنسی را درمان می کند.۱۰)درمان کننده بیماری منژیت است . ۱۱)برای درمان فلج بکار می رود . ۱۲)سیاه سرفه را از بین می برد. ۱۳)درد پشت و گردن و خشکی گردن را درمان می کند . ۱۴)برای کم خونی مفید است .۱۵)چای کوهی اشتها را باز می کند بنابراین می توان آنرا به بچه ها و افراد مسن که اشتها ندارند داد.۱۶)ضد افسردگی می باشد . ۱۷)درمان کننده بیخوابی است . ۱۸)در درمان سرمخوردگی معجزه می کند . ۱۹)برای درمان تب و اثر نیش سمی حشرات بکار میرود. و بالاخره با تحقیقات جدیدی که دانشمندان روی این گیاه

معجزه آسا انجام داده انـد و دریافته انـد دریافته انـد که چای کوهی می توانـد ویروسـها را از بین ببرد و حتی روی ویروس بیماری AIDS نیز اثر درد .مـدتی است که بیمـاران مبتلاـ به ایـدز ازاین گیـاه اسـتفاده میکننـد که سیسـتم دفاعی بـدن آنها را تقویت کرده وبیماری را تخفیف می دهد .دانشمندان مدتی است که روی اثر چای کوهی بر ریو سرطان خون تحقیقات دامنه دری راشروع کرده انـد و به نتایـج درخشانی دست یافته انـد . همانطوریکه قبل گفته شد این دارو اثر بسیار خوبی بر روی افسردگی درد البته اگر سه متوالی از این دارو اسـتفاده شود حالاـت افسـردگی را از بین برده بیخوابی را مـداوا می کنـد و بیمـاران اعتماد بنفس خود را باز می یابنـد . - مضـرات : کسانیکه از قرص ضـد بارداری ، داروهای آسم و ضد سـرمخوردگی و حساسیت اسـتفاده می کنند نمی توانند چای کوهی مصرف کنند .

تمبر هندی

نام علمی : Tamarindus indica - کلیات گیاه شناسیتمبر هندی که از Tamaria Hindi مشتق شده و به معنای میوه هندی می باشـد . تمبر هنـدی درختی است بلنـد که منشا آن از هند و آفریقای شـمالی بوده است ولی امروزه در بیشتر مناطق گرمسیر دنیا پرورش می یابـد . برگهای آن متناوب و مرکب شامل ۱۰ تا ۲۰ جفت برگچه فشـرده و نزدیک بهم است . گلهای آن به رنگ زرد مایـل به قرمز و به شـکل خوشه در انتهای ساقه ظاهر می شود . میوه آن شبیه باقلا به شـکل غلاف و نیام و با کمی خمیدگی است . این غلاف به طول ۱۰ سانتیمتر می باشد که در آن بین ۳ تا ۱۰ دانه قرار دارد . برای تهیه تمبر هندی ها میوه ها را شـکافته و قسمت گوشـتدار آنها را با هسته بیرون آورده و خشک می کنند . خشک کردن تمبر هندی طرق مختلفی درد و در هر منطقه فرق می کند . مثلا در جزایر آنتیل قسمت گوشتدار آنرا در ظرف بزرگی که دارای شربت غلیظی در حال جوش است وارد می کنند تا شربت در منافذ میوه نفوذ کرده و آنرا حل کند . ترکیبات شـیمیایی:قسـمت گوشتدار میوه دارای کمی قند و پکتین و همچنین اسید سیتریک ، اسـید مالیک ، تارتارات و اسید پتاسیم می باشد . در پوست درخت تمبر هندی مقدری تانن وجود دارد . سرشاخه های جوان و سبز این درخت دارای مقـدر زیادی ویتامین های گروه B می باشد. - خواص داروئی:تمبر هندی از نظر طب قدیم ایران سـرد و خشـک است . ۱)خوردن تمب هنـدی بـاعث پائین آمـدن تب می شود . ۲) به هضم غـذا کمک می کنـد .۳)تمبر هنـدی خنک کننده بدن است . ۴)برای رفع تشـنگی مفید است . ۵)دل بهم خـوردگی و تهوع را برطرف می کنـد . ۶)پوست تمبر هنـدی قابض و رفع کننده اسهال است .۷)بهترین طریقه استفاده از تمبر هنـدی این است که این ماده را درآب خیس کنید و سپس آنرا صاف کرده و با نبات بخورید . ۸)دم کرده تمبر هنـدی نیز اثر ملین درد . برای تهیه دم کرده یـک قـاشق غـذا خوری تمبر هنـدی را بـا نیم لیتر آب جوش مخلوط کرده و به مـدت یک ساعت بگذاریـد بمانـد سپس این دم کرده را در طول روز مصـرف کنید . ۱۰)تمبر هنـدی را بپزید و ضماد از آن درست کنیـد . این ضـماد را روی ورم و قسـمتهای دردناک بـدن بگذاریـد . - مضـرات : تمبر هندی برای ریه و طحال خوب نیست و در اشخاصـی که ریه و طحـال ضـعیف دارنـد ممکن است تولیـد اشکال کنـد . اینگونه اشـخاص بهـتر است که تمبر هندی را با کتیرا و یا خشخاش بخورند .

گوجه فرنگی

نـام علمی : Lycopersicum esculentum- کلیـات گیاه شناسـی گوجه فرنگی از هزاران سال پیش وجود داشـته است ولی البته بانـدازه یـک گیلاـس بوده است و کم کم در اثر پرورش درشت تر شـده است . وطن اصـلی این گیـاه آمریکای جنوبی است . درقرن شانزدهم در کشور پرو به مقدر زیاد کشت می شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگی به انگلستان و هلند راه یافت و چون بسـیار گران بود فقط مردم ثروتمند می توانستند از آن استفاده کنند و بنام سیب عشق معروف شد . گوجه فرنگی در حال حاضر در

تمام مناطق دنیا کشت می شود و تقریبا در تمام فصول سال وجود دارد گوجه فرنگی انواع مختلف درد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش می رسد . یک نوع آن گوجه فرنگی سفید است که دارای اسید نمی باشد گوجه فرنگی را باید هنگامیکه کاملا رسیده استداز بوته چید و مصرف کرد زیرا گوجه فرنگی نارس و سبز است و برای بدن مخصوصا کلیه ها مضر است البته در کشورهای صنعتی گوجه فرنگی را کال می چینند تا هنگامیکه به مقصد می رسد و یا در انبار می رسد و قرمز می شود . اگر گوجه فرنگی کاملا قرمز باشد ولی هنگامیکه آنرا باز می کنند تخم آن سبز باشد نشانه این است که گوجه فرنگی را کال چیده اند و بعدا رسیده است . گوجه فرنگی گیاهی است یکساله دارای شاخه های زیاد که ارتفاع آن تا حدود یک متر می رسد گلهای آن زرد رنگ است که از کنار شاخه ها و یا ساقه آن بیرون می آید . مویه آن گرد و یا تخم مرغی و برنگ زرد و یا قرمز دیده می شود . - ترکیبات شیمیایی:گوجه فرنگی از هزاران سال پیش وجود داشته است ولی البته باندازه یک گیلاس بوده است و کم کم در اثر پرورش درشت تر شده است . وطن اصلی این گیاه آمریکای جنوبی است . درقرن شانزدهم در کشور پرو به مقدر زیاد کشت می شده است . در قرن هفدهم گوجه فرنگی به انگلستان و هلند راه یافت و چون بسیار گران بود فقط مردم ثروتمند می توانستند از آن استفاده کنند و بنام سیب عشق معروف شد . گوجه فرنگی در حال حاضر در تمام مناطق دنیا کشت می شود و تقریبا در تمام فصول سال وجود دارد گوجه فرنگی انواع مختلف درد و در حدود شانزده نوع آن در بازار بفروش می رسد . یک نوع آن گوجه فرنگی سفید است که دارای اسید نمی باشد گوجه فرنگی را باید هنگامیکه کاملا رسیده استداز بوته چید و مصرف کرد زیرا گوجه فرنگی نارس و سبز است و برای بدن مخصوصا کلیه ها مضر است البته در کشورهای صنعتی گوجه فرنگی را کال می چینند تا هنگامیکه به مقصد می رسد و یا در انبار می رسد و قرمز می شود . اگر گوجه فرنگی کاملا قرمز باشد ولی هنگامیکه آنرا باز می کنند تخم آن سبز باشد نشانه این است که گوجه فرنگی را کال چیده اند و بعدا رسیده است . گوجه فرنگی گیاهی است یکساله دارای شاخه های زیاد که ارتفاع آن تا حدود یک متر می رسد گلهای آن زرد رنگ است که از کنار شاخه ها و یا ساقه آن بیرون می آید . مویه آن گرد و یا تخم مرغی و برنگ زرد و یا قرمز دیده می شود . - خواص داروئی:گوجه فرنگی گر چه دارای اسید سیتریک است اما بدن را قلیایی می کند ۱)گوجه فرنگی درجه قلیایی بودن خون را بالا برده و به دفع مواد سمی خون کمک می کند بطور کلی تصفیه کننده خون است ۲)به دفع ساید اوریک کمک می کند ۳)گوجه فرنگی ملین است ۴)برای درمان ورم ملتحمه چشم مفید است ۵)سنگ کلیه را دفع می کند ۶)آقایان با خوردن مرتب گوجه فرنگی می توانند خود را در مقابل سرطان پروستات بیمه کنند ۷)گوجه فرنگی از ورم آپاندیس جلوگیری می کند ۸)برای رفع دندان درد ، ریشه و شاخه برگهای گوجه فرنگی را با آب بجوشانید و این جوشانده را مضمضه کنید . ۹)از جوشانده برگ گوجه فرنگی برای دفع شته و حشرات می توانید استفاده کنید . بدین منظور باید یک کیلو گرم برگ تازه گوجه فرنگی را در یک لیتر سرکه خیس کرده و در داخل ظرفی که ۲ لیتر آب جوش درد بریزید و ظرف را روی چراغ قرار داده وبمدت ۱۵ دقیقه بجوشانید ظرف را از روی چراغ برداشته بگذارید تا مدت دو روز بماند و گاهگاهی آنرا هم بزندی سپس آنرا با فشار صاف کنید ۱۰)گوجه فرنگی برای مبتلایان به نقرس و رماتیسم مفید است ۱۱)گوجه فرنگی ورم مفاصل را برطرف می کند ۱۲)از تصلب شرائین جلوگیری می کند و حتی مصرف آن برای این مرض مفید است ۱۳)اوره خون را پائین می آورد ۱۴)ورم مخاط روده را رفع می کند ۱۵)برای تمیز کردن خون باید از آ گوجه فرنگی و کرفس به نسبت مساوی و بمقدر سه فنجان در روز قبل از غذا و بمدت سه هفته استفاده کنید . ۱۶)برای تمیز کردن لکه جوهر بر روی لباس یک تکه پنبه را در داخل آب گوجه فرنگی برده و لکه جوهر را با آن مالش دهید و سپس آنرا بشوئید ۱۷)اگر پوست شما کک و مک درد هر روز آنرا باآ گوجه فرنگی تمیز کنید کم کم کک و مکک ها را از بین می برد- مضرات :در بعضی از اشخاص هضم گوجه فرنگی با اشکال صورت می گیرد آنهائیکه معده حساس دارند نباید درخوردن گوجه فرنگی افراط کنند .بعضی از افراد نسبت به گوجه فرنگی حساسیت دارند اینگونه افراد نیز نباید گوجه فرنگی بخورند

زردچوبه

نام علمی : Curcuma longa - کلیات گیاه شناسی زردچوبه گیاهی است از خانواده زنجبیل به ارتفاع حدود یک متر و نیم که دارای ساقه متورمی است . گلهای زردچوبه بصورت سنبله و برنگ سبز مایل به زرد می باشد . زردچوبه در هندوستان و چین و نقاط حاره زمین می روید . از کنار بگهای غلاف در قاعده ساقه ،شاخه های کوچک و ساتوانه ای شکل ضخیمی خاج می شود که بصورت مورب در زمین فرو رفته و هر یک ایجاد ریشه می کنند و مرتبا پایه های جدیدی بوجود می آروند .قسمت مورد استفاده این گیاه ساقه زیرزمینی آن است که پس از خارج کردن از زمین تمیز کرده و رشه های آنرا جدا می کنند و در آب جوش قرار یم دهند و پس از تیمز کردن بمدت چند روز آنرا خشک می کنند . زردچوبه رنگ زرد یا خاکستری مایل به قهوه ای درد بوی آن معطر و طعم آن تلخ است. - ترکیبات شیمیایی:زردچوبه دارای اسانسی مرکب از اسیدهای والرینیک ، کاپرلیک و فلاندون می باشد و همچنین دارای سابی نین ، سینئول ، بورنئول و الکل تورمرول و ماده کورکومین می باشد که رنگ زرد زردچوبه بعلت خمین ماده کورکومین می باشد. - خواص داروئی:زردچوبه از نظر طب قدیم ایرانی گرم و خشک است و برای استفاده درمانی می توان آنرا مانند چائی دم نمود و استفاده کرد البته جدیدا در بازار کانادا و آمریکا کپسول آن هم به بازار آمده است :زردچوبه دارای خواص درمانی زیر است : ۱)گرفتگی و انسداد صدا را باز می کند و برای تمیز کردن کبد بکار می رود . ۲)مخلوط یک قاشق غذا خوری زردچوبه و یک قاشق انیسون و سرکه برای درمان یرقان مفید است . ۳)برای رفع دندان درد آنرا در دهان انداخته و بجوید . ۴)زردچوبه بهترین داروی ضد تورم است و در اروپا و آمریکا از آن بدین منظور استفاده می کنند که می توان از سه فنجان دم کرده زردچوبه در روز و یا مقدر ۲ کپسول سه بار در روز استفاده کرد. ۵)برای خشک کردن زخم ها و رفع درد آنها می توان گرد خشک زردچوبه را روی آنها ریخت. ۶)زردچوبه بادشکن ، تصفیه کننده خون ، تب بر ، محرک و انرژی زا می باشد .۷)زردچوبه برای رساندن دمل نیز مفید است . ۸)خانم هائیکه عادت ماهیانه آنها نامنظم است برای تنظیم آن باید از زردچوبه استفاده کنند . ۹)از زردچوبه برای درمان کمر درد ، پشت درد و سینه درد نیز استفاده می شود . ۱۰)برای درمان اسهال و اسهال خونی حتما از دم کرده زردچوبه استفاده کنید . ۱۱)زردچوبه در قدیم برای درمان رماتیسم و سل بکار می رفته است . ۱۲)برای درمان التهاب لثه ، زردچوبه را دم کرده و آنرا قرقره کنید . ۱۳)تحقیقات اخیر دانشمندان نشان دادن است که زردچوبه از سرطان جلوگیری می کند بنابراین حتماسعی کنید که در غذاها از زردچوبه استفاده کنید. - مضرات :با تمام مزایای گفته شده باید اشاره کرد که زیاده وری در زردچوبه برای قلب مضر است ولی البته اگر آنرا با لیمو ترش استفاده کنید اثرات مضرآنرا خنثی می سازد .

شلغم

نام علمی : Brassica Napus- کلیات گیاه شناسی شلغم گیاهی است با برگهای ناصاف و بریدگیهای زیاد به رنگ سبز و سفید . ریشه آن غده ای و به شکل های گرد و یا دراز به رنگ سفید با لکه های بنفش می باشد . میوه شلغم مانند غلافی بایرک و دراز است که در آن چند دانه سیاه وجود دارد . شلغم در هوای سرد بسیار خوب رشد می کند و شاید علت آن باشد که برای درمان بیماریهایی که در فصل سرما زیاد است و بیماریهای تنفسی بکار می رود .- ترکیبات شیمیایی:آب ۹۱ گرمپروتئین ۱ گرم مواد چربی۰/۲ گرم مواد نشاسته ای۶/۶ گرم کلسیم۴۰ میلی گرم فسفر ۳۰ میلی گرم آهن ۰/۵ میلی گرم سدیم ۵۰ میلی گرم پتاسیم۲۷۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۰/۰۴ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۰۷ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۶ میلی گرم ویتامنی ث ۴۰ میلی گرم - خواص داروئی:شلغم از نظر طب قدیم ایران گرم و تر است خواص شلغم آنقدر زیاد است که می توان گفت این گیاه برای هر دردی درمان است و اگر مردم می دانستند که این گیاه چقدر فایده درد تمام باغچه های خانه خود را شلغم میکاشتند و هر روزه

از آن استفاده می کردند . ۱)شلغم مقوی است ۲)شلغم اشتها آور است۳)شلغم ضعف جنسی را درمان کرده و اسپرم را زیاد می کند ۴)شلغم سرفه را تسکین می دهد ۵)ترشی شلغم بهترین نوع ترشی است زیرا مقوی معده و روده ها و اشتها آور است ۶)آب شلغم قند خون را پائین می آورد۷)تخم شلغم را اگر سرخ کرده و بخورید برای ضعف جنسی موثر است ۸)اگر گلو درد درید آ ب پخته شلغم را قرقره کنید ۹)خوردن آب شلغم درمان کننده جوش صورت است۱۰)آنهایی که حافظه ضعیف دارند حتما باید شربت بخورند زیرا ثابت شده است که شلغم حافظه را تقویت می کند ۱۱)شلغم شب کوری را درمان می کند ۱۲)شلغم بعلت داشتن ویتامین B۱ علاج کم خونی است۱۳)شلغم برای رشد و نمو استخوانها مفید است بنابراین زنان باردار وش یدره حتما باید از آن استفاده کنند . ۱۴)زن حامله ای که در مدت بارداری شلغم خورده باشد بچه اش زودتر رشد کرده ، زودتر حرف می زند و حتی زودتر راه می افتد و در مقابل امراض مقاومت بیشتری خواهد داشت . ۱۵)آنهایی ک غده تیروئیدشان کم ترشح می کند باید حتما شلغم بخورند زیرا شلغم بعلت داتشن ید فراوان ترشحات غده تیروئید را تنظیم می کند . ۱۶)شلغم مهمترین گیاه ضد سرطان است و حتی گسترش سرطان را متوقف می کند . ۱۷)شلغم درمان بسیاری از بیماریهای پوستی است ۱۸)شلغم پخته بهترین دارو برای برونشیت استو بالاخره سعی کنید که در فصل زمستان برای پیشگیری از سرمخوردگی و بیماریهای تنفسی اقلا چند بار در هفته شلغم بخورید شلغم پخته بهترین پبحانه است . بدن را تمیز کرده و مواد سمی را ازب دن خارج می سازد . البته آب شلغم خام خواص بیشتری از شلغم پخته درد بشرطی که معده شما را ناراحت نکند . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

شاه پسند وحشی

نام علمی : verbena Officinallis - کلیات گیاه شناسی شاه پسند وحشی از گیاهانی است که در روم قدیم مورد پرستش و تقدیس مردم بود و از آن برای تبرک خانه ها و معابه استفاده می کردند . چون دارای خاصیت ضد خونریزی است گفته می شود که آنرا روی زخم های مسیح ریختند و خونریزی قطع شد و روی این اصل در قدیم به آن گیاه صلیب Herb of the Cross می گفتند . این گیاه در نواحی جنوب آسیا ، آفریقا و اروپا در حاشیه جاده ها و دشت ها و مزارع می رویند در ایران در مناطق شمال ایران و اطراف طهران ، فارس ، شیراز و نواحی جنوب می روید . قسمت مورد استفاده این گیاه برگها و سر شاخه های سبز آن است در اثر مالش دادن بوی مطبوعی در تمام قسمت های این گیاه منتشر می شود ولی طعم آن گس و تلخ است- ترکیبات شیمیایی: شاه پسند وحشی دارای مواد شیمیایی مختلفی نظیر تانن موسیلاژ ، ساپونین ، وربی نالین Verbenalin ، بتاکاروتن و ماده ای تلخ می باشد . - خواص داروئی:شاه پسند وحشی از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است ۱) قابض و ضد تشنج است ۲)برای از بین بردن آب آوردگی بدن مفید است و بدین منظور بایدآنرا با ملاس چغندر خورد . ۳)برای تقویت قلب مفید است ۴)خون را تمیز و تصفیه می کند۵)عرق آور است ۶)مقدار شیر را در مادران شیدره زیاد می کند ۷)کر م معده را کشته و از بین می برد ۸)خلط آور است ۹)برای برطرف کردن سرماخوردگی مفید است ۱۰)کمبود ویتامین C را درمان می کند ۱۱)برای درمان ناراحتی های پوستی مفید است ۱۲)بیماری زردی را برطرف می کند ۱۳)برای رفع خونریزی لثه مفید است ۱۴)سنگ کلیه و مثانه را خارج می سازد - استفاده خارجی ۱- برای ورم مخاط دهان و گلو ، جوشانده آنرا غرغره کنید . ۲-کمپرس آنرا روی ضرب دیدگی بگذارید ۳-زخم و بریدگیها را با ضماد آن درمان کنید ۴- برای رفع خستگی پس از کار روزانه از حمام شاه پسند استفاده کنید بدین منظور مقدار ۲۰۰ گرم برگهای گیاه را در دولیتر آب ریخته و حرارت دهید تا بجوش آید سپس آنرا روی چراغ برداشته و بگذارید مدت ۱۵ دم بکشد بعد آنرا صاف کرده و در وان حمام بریزید و برای مدت ۲۰ دقیقه در آن دراز بکشید تا خستگی عضلات برطرف شود . - طرز استفاده: دم کرده : یک قاشق چایخوری برگهای خشک شده این گیاه را در یک فنجان آب جوش ریخته و برای مدت ۱۰ دقیقه دم کنید سپس صاف کرده و به مقدار یک فنجان سه بار در روز بنوشید . جوشانده : مقدار ۴۰-۵۰

گرم برگهای خشک شـده این گیاه را در یک لیتر آب جوش ریخته وب گذاریـد بمـدت ۵ دقیقه بارامی بجوشد سـپس آنرا صاف کنیـد . اسـانس : قوی تر از تنطورهه می باشـد و از مغـازه برخی از داروخـانه ها می توان خریـداری کرد مقـدار مصـرف آن یک تا دوقطره در یک لیوان آب می باشد . – مضـرات :خوردن زیاد این گیاه ضربان قلب را کم می کند و باعث تحریک روده ها و رحم می شود بنابراین کسانیکه ناراحتی قلبی دارند و یا خانم های حامله باید در خوردن آن احتیاط کنند .

گردو

نام علمی : Juglans regia– کلیـات گیـاه شناسـی گردو در ختی است زیبا وسایه افکن که بعنوان درخت زینتی بکار می رود . این درخت در منـاطق معتـدل دنیـا رشـد و پرورش می یابـد . گلهـای نر و مـاده روی یک پایه قرار دارنـد سـنبله گلهای نر بصورت آویخته است ولی گلهـای مـاده آن بوضع قـائم روی شـاخه قرار دارد . میوه گردو ، گرد و در دارون مغز قرار درد و در فاصـله های پـدره های نازکی قرار گرفته است . قشـری که روی مغز گردو است سبز رنگ و کمی گوشتی می باشد درخت گردو هنگامیکه به سن بیست سالگی می رسـد شـروع به میوه دادن می کنـد و بلاترین باروری خود را در سـنین پنجاه سالگی دارد . از تمام قسـمتهای درخت گردو اسـتفاده طبی به عمل می آیـد . – ترکیبات شـیمیایی:مغز گردو دارای چنـد اسـید آلی ، مقدر کمی اسانس ، اگزالات آهـک و ویتامینهای A,B,C,D,E می باشـد . همچنیـن مغز گردو دارای مقـدر کمی (۱۲٪) ارسـنیک است . برگ درخت گردو دارای ۳ درصـد اینوزیت ، اسـید الاژیک ، اسـید گالیک و اسانسـی با بوی مخصوص و مقدری پارافین ، تانن ، مواد چرب و املاح معـدنی مانند کلسـیم ، پتاسـیم ، منیزیوم ، باریوم و همچنین کاروتن است .پوسـته گوشـتدار میوه سبز گردو دارای امولسـیون ، قند و اسیدهای آلی مانند اسید سـیتریک ، اسـید مالیک ، فسفاتها و اگزالات کلسیم است .عصاره برگ درخت گردو خاصیت میکروب کشی و باکتری کشی دارد .در صد گرم مغز گردو خام و خشک مواد زیر موجود است آب۳/۵ گرم پروتئین ۱۴/۸ گرم مواد چربی ۶۵ گرم مواد نشاسـته ای ۱۳ گرم کلسیم ۱۰۰ میلی گرم فسفر ۳۸۰ میلی گرم آهن ۳ میلی گرم سدیم ۲ میلی گرم پتاسیم ۵۰ میلی گرم ویتامین آ ۳۰ واحـد ویتامین ب ۱ ۰/۳۵ میلی گرم ویتـامین ب ۲ ۰/۱۲ میلی گرم ویتـامین ب ۳ ۱ میلی گرم ویتـامین ث ۲ میلی گرم – خواص داروئی:گردو از نظر طب قـدیم ایران گرم و خشک است روغن گردو که از قـدیم برای پختن غـذاها از آن اسـتفاده می شـد است روغنی است به رنگ زرد روشن که دارای طعم مطبوع و ملایم است و باسانی تند (اکسیـده) می شود. ۱)گردو خون ساز و تصفیه کننده خون است ۲)گردو درمان کننده بیماریهای ریوی است۳)گردو مسکن دل پیچه است ۴)اگر از گردو و عسل و مربا درست کنید برای اشـخاص لاغر وتقویت و تحریک نیروی جنسـی مفید است. ۵)مربای گردو ملین بوده و آپانـدیس را تقویت می کند ۶)خوردن گردو از تشـکیل سنگ کلیه و سنگ کیسه صفرا جلوگیری می کند ۷)پوست درخت گردو و پوست سبز گردو قابض است ۸)خوردن گردو برای تقویت جنسـی مفیـد است ۹)گردو را بـا انجیر و مـوز بخوریـد مقـوی حواس و مغز است ۱۰)اگر پوست تاز گردو را به دنـدان و لثه بمالیـد لثه و دنـدان را تقویت می کند ۱۱)دم کرده برگ درخت گردو برای درمان ورم مفاصـل مفید است۱۲) ۵۰ گرم برگ گردو را در یک لیتر آبجوش ریخته و بمـدت چنـد دقیقه بجوشانیـد این جوشانده برای شـست و شوی زخم هـا و التیـام انها بسـیار مفیـد است .۱۳) دم کرده برگ درخـت گردو برای درمـان ترشـحات زنـانه و بیمـاری سـل مفیـد اسـت ۱۴)جوشانده برگ درخت گردو درمان کننده سـر درد ، سرمازدگی و بیماریهای پوستی است ۱۵)شیره قسمت سبز میوه را اگر چند بار روی زگیل بمالید آنرا از بین می برد ۱۶)قسمت سبز و تازه میوه گردو را اگر با آب بجوشانید و موهای خود را با آن رنگ کنید رنـگ قهو ه ای به مو می دهـد . ۱۷)برگ تازه درخت گردو حشـرات موذیماننـد بیـد و ساس را از بین می برد. ۱۸)اگر زن حامله روزی یک عدد گردو بخورد پس از زایمان پوست شـکمش زیبایی خود را حفظ خواهد کرد ۱۹)چون گردو دارای مس می باشد بنابراین به جذب آهن در بدن کمک می کند – طرز اسـتفاده:گردوی تازه برنگ سفید با پوست زرد روشن است . مغز گردو را در

ظرف سربسته در داخل فریزر نگاهدری کنید تا کهنه نشود . – مضرات :گردو با داشتن مواد مغذی زیاد غذای بسیار خوبی است ولی نباید در خوردن آن اصراف کرد زیرا زیاده روی آن باعث ورم لوزه و زخم دهان می شود . مخصوصا گردو برای گرم زماج ها خوب نیست و معمولا۔ بهتر است اینگونه افراد بعد از خوردن گردو دهان خود را بشویند و یا انار ترش و یا کمی سکنجبین یا سرکه بخورند . مغز گردو لطیف است و در اثر ماندن کهنه می شود ور نگ آن زرد یا قهو ه ای و طعمش تند می شود و باعث مسمومیت خواهد شد و نباید از آن استفاده شود .

هندوانه

نام علمی : Citrullus vulgaris – کلیات گیاه شناسی هندوانه گیاهی است یکساله ویک پایه ساقه آن خزنده و پیچک درد و برگهای آن پهن با بریدگیهای عمیق می باشد . گلهای آن کوچک و زردرنگ است . میوه آن رگد یا دراز . پوست آن سبز رنگ و داخل آن قرمز می باشد . تخمه هندوانه بر حسب انواع مختلف آن ممکن است سیاه ، قرمز ، سفید و یا زرد باشد . – ترکیبات شیمیایی:هندوانه دارای اسید آمینه ای بنام سیترولین و موادی بنام کاروتن و لیکوپن و نوعی قند بنام مانیتول می باشد در صد گرم هندوانه مواد زیر موجود است آب ۹۲ گرم پروتئین ۰/۵ گرم مواد چربی ۰/۲ گرم نشاسته ۶ گرم کلسیم۰/۷ میلی گرمفسفر ۱۰ میلی گرم آهن۰/۵ میلی گرمسدیم ۱ گرم پتاسیم ۱۰۰ میلی گرمویتامین آ ۶۰۰ میلی گرم ویتامین ب ۱ ۰/۰۳ میلی گرم ویتامین ب ۲ ۰/۳ میلی گرم ویتامین ب ۳ ۰/۲ میلی گرم ویتامین ث ۸ میلی گرمتخم هندوانه دارای حدود ۳۰ درصد روغن است که از نظر خواص شیمیایی مانند روغن بادام می باشد .

– خواص داروئی:

هندوانه از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است . گرما را برطرف می کند و بهترین میوه تابستان است .

۱)هندوانه مدر است و به پائین آوردن فشار خون کمک می کند

۲)هندوانه معده را تقویت می کند

۳)پوست سفید داخل هندوانه برای زخم گلو و دهان بسیار موثر است

۴)مغز تخمه هندوانه کرم های معده و روده را از بین می برد

۵)هندوانه برای ورم مثانه مفید است

۶)هندوانه بدن را تازه شاداب می کند

۷)هندوانه برای اشخاص گرم مزاج بسیار خوب است

۸)آب هندوانه مخلوط با سکنجبین علاج کننده یرقان و دفع کننده سنگ کلیه است ۹)برای خنک کردن بدن در روزهای گرم تابستان هندوانه را با شکر بخورید

۱۰)برای برطرف کردن تب و اخلاط بدن هندوانه را با شیر خشت بخورید

۱۱)برای رفع خارش بدن هندوانه را با تمبر هندی بخورید

۱۲)هندوانه را باید همیشه بین دو غذا خورد یعنی تقریبا سه ساعت بعد از غذا و یکساعت قبل از غذا . زیرا اگر بلافاصله بعد از غذا خوزده شود در هضم غذا اختلال ایجاد می کند همچنین نباید آنرا با میوه های دیگر مخلوط کرد زیرا تولید نفخ شکم می کند – مضرات :هندوانه برای اشخاص سرد مزاج و آنهائیکه دارای معده سرد می باشند مناسب نیست . اینگونه اشخاص اگر می خواهند هندوانه بخورند باید آنرا با شکر ، ویا عسل و یا گل قند بخورند . همچنین هندوانه در اشخاص سرد مزاج باعث درد مفاصل و ضعف جنسی می شود .

توس (غان)

نام علمی : Betula alba - کلیات گیاه شناسی غان درختی بسیار زیبا است که ارتفاع آن تا ۳۰ متر می رسد . عمر آن دراز و حدود ۱۰۰ سال است . این درخت بومی در قسمت های بالای نیم کره شمالی (اروپا ، آمریکای شمالی) وجود دارد . در ایران این درخت بصورت خودرو در جنگل های چالوس می روید . برگ های درخت توس بشکل لوزی ، نوک تیز و دندانه داراست . میوه آن بصورت شاتوت دراز می باشد که نر آن در پائیز و ماده آن در بهار ظاهر می شود . پوست تنه این درخت سفید رنگ بوده که در سن بیست سالگی بصورت نوارهایی شبیه کاغذ از آن جدا می شود . برگ و پوست تنه و شیره این درخت مصرف طبی دارد . - ترکیبات شیمیایی: پوست و برگ درخت توس دارای یک ماده شیمیایی بنام بتولین Betulin بمقدر حدود ۱۴٪ می باشد .- خواص داروئی:برگ و پوست درخت توس از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است . الف : خواص آب یا شیره درخت توس

۱)بعنوان کمپرس برای از بین بردن لکه های پوستی و بیماریهای پوستی استفاده می شود.

۲)ناراحتی های مثانه و ورم آنرا ازبین می برد.

۳)بهترین داروی نقرس است .

ب : خواص برگ و پوست درخت توس

۱)تصفیه کننده خون است .

۲)تب بر است .

۳)عرق آور می باشد .

۴)داروی مفیدی برای گریپ و سرمخوردگی است .

۵)دستگاه هاضمه را تقویت می کند و برای هضم غذا مفید می باشد.

۶)سرگیجه و سردرد را برطرف می کند.

۷)جوشانده آنرا می توان برای شست و شوی زخم ها بکار برد.

۸)اگزما را برطرف می کند برای این کار جوشانده پوست و یا برگ درخت توس را روی زخم ها بمالید.

۹)دردهای رماتیسم و نقرس رار فع می کند .

۱۰)کسانیکه پایشان عرق می کند باید هر روز پاها را در جوشانده برگ و پوست درخت توس قرار دهند .-

طرز استفاده: شیره یا آب درخت نوغان :

مصرف درمانی زیادی دردو طبق نظر اطبای قدیم برای اکثر امراض مفید است . از شیره درخت غان نوعی شراب نیز تهیه می شود . برای تهیه این شراب به شیره درخت غان مقدایر عسل یا شکر و کمی مخمر اضافه کرده و میگذارند بمدت یک ماه تخمیر شود . این شراب طعمی مطبوع و تر وشیرین دارد . جوشانده برگ درخت توس : مقدر ۲۰۰ گرم برگ و جوانه درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بگذارید آرام بجوشد تا حجم آن به نصف تقلیل یابد . مقدر مصرف این جوشانده یک فنجان و نیم ساعت قبل از هر غذا است دم کرده : مقدر ۵۰ گرم برگ و جوانه درخت را در یک لیتر آب جوش ریخته و بمدت نیم ساعت دم کنید . مقدر مصرف این دم کرده هم مانند جوشانده سه فنجان در روز است . - مضرات : مضرات خاصی برای آن بیان نشده است .

اکیناسه

'از سرماخوردگی جلوگیری می کند'

امحققان آمریکایی می گویند مصرف داروی گیاهی اکیناسه خطر ابتلا به سرماخوردگی را به نصف تقلیل می دهد.

آنها در تحقیقات خود متوجه شده اند که مصرف اکیناسه (Echinacea) احتمال مبتلا شدن به سرماخوردگی را به میزان ۵۸ درصد و دوره این بیماری عمومی را به یک روز و نیم کاهش می دهد.

نتیجه تحقیقات تازه، که در مجله عملی لانست بیماری های واگیردار، The Lancet Infectious Diseases، منتشر شده، با نتیجه تحقیقات قبلی منافات دارد. تحقیقات قبلی نشان داده بود که مصرف این گیاه دارویی تاثیری در جلوگیری یا کاهش علائم سرماخوردگی ندارد.

کارشناسان بر این باورند که اکیناسه، که مجموعه ای از ۹ نوع گیاه هم خانواده و از گیاهان بومی آمریکای شمالی است، احتمالا با تقویت سیستم دفاعی بدن از مبتلا شدن به سرماخوردگی جلوگیری می کند.

"تاثیرات اساسی "

گروهی از محققان آمریکایی، که دکتر" کرگ کلمن "از دانشگاه داروسازی کانکتیکات هدایت آن را بر عهده داشته، پس از در نظر گرفتن نتیجه چهارده مطالعه متفاوت در مورد خواص ضد سرماخوردگی اکیناسه اعلام کرده اند که این گیاه می تواند از سرماخوردگی جلوگیری کند.

یکی از چهارده تحقیقی که مورد بازنگری این گروه قرار گرفت، نشان می داد که مصرف اکیناسه همراه با ویتامین" ث "احتمال ابتلا به سرماخوردگی را به میزان ۸۶ درصد کاهش می دهد.

تحقیقی دیگر نشان داده که مصرف اکیناسه به تنهایی، احتمال ابتلا به سرماخوردگی را فقط ۶۵ درصد کاهش می دهد.

حتی وقتی به داوطلبان ویروس" راینو ("rhinovirus)، رایج ترین عامل انتقال بیماری سرماخوردگی، تزریق شد، مصرف اکیناسه احتمال ظهور این بیماری را به میزان ۳۵ درصد کاهش داد.

گزارش محققان آورده": ۲۰۰ ویروس قادر است باعث سرماخوردگی عمومی شود و در حالی که مصرف اکیناسه می تواند تاثیری نسبی علیه ویروس راینو داشته باشد می تواند تاثیری بزرگتر در مورد ویروس های سرماخوردگی دیگر داشته باشد".

محصولی پرطرفدار

محققان آمریکایی در جریان تحقیقات خود متوجه شده اند که ۸۰۰ محصول حاوی قسمت های مختلف اکیناسه – گل، ساقه، ریشه – در بازار عرضه می شود.

آنها می گویند برای اطمینان از بی ضرر بودن فرمول های مختلفی که در این محصولات استفاده شده باید تحقیقات بیشتری صورت بگیرد.

پرفسور" ران کاتلر، "از دانشگاه" شرق لندن، "می گوید": مزایای واقعی، و مهم تر از آن، این که عناصر تشکیل دهنده اکیناسه چگونه عمل می کنند، هنوز روشن نیست و آزمایشات بالینی بیشتری باید در این زمینه صورت بگیرد.

پرفسور کاتلر گفت": اکیناسه احتمالا دروه سرماخوردگی و شدت سرفه، سردرد و انسداد بینی را کاهش می دهد و مصرف آن در فصل زمستان به افرادی که سیستم دفاعی بدن آنها مختل شده کمک می کند در برابر ابتلا به سرماخوردگی مقاومت بیشتری داشته باشند. اما افراد سالم لازم نیست به مدت طولانی از این گیاه برای پیشگیری از سرماخوردگی مصرف کنند ".

این محقق بریتانیایی در ادامه هشدار می دهد": در گذشته گفته شده که درمان ادامه دار با اکیناسه توصیه نمی شود – مزایای مصرف این گیاه دارویی احتمالا فقط یک تا دو هفته موثر است و پس از آن افراد باید مدتی مصرف آن را متوقف کنند تا سیستم ایمنی بدن فرصت پیدا کند که بدون کمک این ماده فعالیت کند. در همین حال، پرفسور رونالد اکل، مدیر مرکز تحقیقات در مورد سرماخوردگی عمومی در دانشگاه کاردیف ولز، گفته است که نتیجه تحقیقات تازه در آمریکا" گامی چشمگیر در مبارزه با

این بیماری است.

"پرفسور اکـل می گویـد": نتیجه این تحقیق، که از ارزیابی آزمایشات بالینی گذشـته به دست آمـده، نشان می دهـد که اسـتفاده از داروهـای گیـاهی – ماننـد اکینـاسه – برای هـدایت سیسـتم ایمنی بـدن در مقابله با عفونت های عمومی، روشـی معتبر و قابل اعتماد است".

دیژیتال

دیژیتال از سام لاتین دیژیتوس به معنی انگشت و مربوط به شکل انگشتانه ای گلبرگ ها و نروزا از کلمه nervus به معنی رشته و مربوط به شـکل خاص رگبرگ های این گونه است. دیژیتال گیاهی است بدون کرک، با ساقه ای به ارتفاع ۸۰–۳۰سانتی متر، ساقه تا بخش میانی برگ دار و سپس تبدیل به گل آذین خوشه می شود. بر گ ها تخم مرغی ــ سرنیزه ای با حاشیه بدون دندانه، برگ هـای پـایینی دارای دمبرگ و برگ های بالایی بـدون دمبرگ. جام گل پررنگ زرد گرده آلوده، لوله گل کوتاه و به طور ناگهانی در بالاـ پهن می شود، میوه به شـکل کپسول و محتوی دانه هـای کوچـک فراوان به رنگ قهوه ای تیره است. قسـمت مورد اسـتفاده گیـاهی، برگ هـای یـک سـاله و دوسـاله آن اسـت. معمولاًـ کـل گلیکوزیـدهای قلـبی در برگ هـای یـک سـاله بیشـتر اسـت، اما گلیکوزیدهای مهم دارویی همچون لاناتوزید C در گیاهان سال دوم بیشتر است. بهترین زمان جمع آوری برگ ها، زمان گل دهی گیاه و در ماه های خرداد تا شـهریور است. این برگ ها بایـد به سـرعت خشک شوند. این گونه در شـمال ایران پراکندگی وسیعی دارد. جزء گیاهان سـمی است و در مصـرف آن بایستی احتیاط شود. برگ های آن حداقل ۰/۳درصد گلیکوزیدهای قلبی برحسب دیژیتوکسـین دارد. به طـور کلی گلیکوزیـدهای قلبی دیژیتـال در انواع نارسـایی احتقـانی قلب، فیبریلاسـیون دهلیزی، شوک قلبـی، تاکیکاردی حمله ای دهلیزی کاربرد درمانی دارند. تهوع، اسـتفراغ، بی اشـتهایی و اختلالات بینایی اولین علائم مصرف بیش از حد آن است. در بازار دارویی ایران فرآورده دارویی از گونه های این گیاه وجود ندارد.

کیوی

میوه کیوی به سـبب برخورداری از ویتامین های آ، گروه ب، اسـیدفولیک، املاح روی، فسفر، سدیم، پتاسیم، کلر، منیزیم، کلسیم و سولفورات، رقیق کننده خون تشخیص داده شده است.

ضمن اینکه مصرف این میوه برای پیشگیری از چربی بالا و فشارخون، سرماخوردگی و ورم لوزالمعده مؤثر است.

درخت زیتون دارای برگ هـای باریـک دراز و گـل هـای خوشه ای است.میوه ان بیضوی شـکل بوده و هسـته ان در مناطق معتـدل کاشته میشود و سپس چندین سال میوه می دهد .

در خت زیتون در منطقه شـمال ایران نواحی شهرسـتان رودبـار و منجیـل و زنجـان فراوان دیـده میشود و هرگـاه از سـرما و یخبنـدان محفوظ بماند تا دو هزار سال عمر میکند

شـاخه و برگ درخت زیتون در کتب مـذهبی و سـنتی به نـام صـلح و اشتی معروف است و ان را رب النوع عقـل و دانـایی میـدانند همچنین این میوه دارای فسفر پتاس گوگرد منیزی کلسیم اهن و مس منگنز است.و دارای ویتامین های A,bو گلوکز یدی موسوم به اولور ویوزید می باشد.

خوردن ?? مثقال روغن ان با اب گرم و با جوشاندن جو مسهلی عالی است جهت درد عضلات و سیاتیک.

زیتون یـک مـاده بسـیار عـالی است برای تقویت حـافظه. و هرگـاه ?? مثقال روغن زیتون را در یک اسـتکان اب گرم و ماء الشـعیر مخلوط کرده و بخوریدبرای درد اعصاب و درد عصب سیاتیک مفید است.

بعضی از بوی روغن زیتون ناراحت می شوند این دسته اشخاص می توانند روغن را با اب پرتقال و یا لیمو ترش میل نمایند.

آویشن

منبع:روزنامه کیهان

محققان کشورمان برای نخستین بار در کشور موفق شدند. تاثیر گیاه آویشن بر عفونت های قارچی دهان را به اثبات برسانند.

دکتر بیت اللهی مدیر این پروژه که قرار است، جزییات آن در «هفتمین جشنواره دندانپزشکی شهید دکتر احمد هدایت» که ۱۰ اسفندماه در تهران برگزار می شود، ارایه شود، با اعلام این خبر افزود: در پژوهشی که به منظور ارزیابی آثار ضدقارچی داروهای گیاهی بومی ایران (آویشن zataria multiflora) بر قارچ های دهان انجام شد. آثار مثبت این گیاه دارویی در درمان عفونت های قارچی ناشی از دندان مصنوعی مورد تاکید قرار گرفت.

وی خاطر نشان ساخت: براساس یافته های این پژوهش که در مجله phythotherapy research نیز به چاپ رسیده است، محققان دانشکده دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران، آثار ضدقارچی ژل آویشن را در مقایسه با داروی استاندارد miconazole بر عفونت های قارچی ناشی از «دست دندان» (دندان مصنوعی) بررسی کرده اند.

دکتر بیت اللهی با اشاره به اینکه این پژوهش روی ۲۴ بیمار مبتلا به عفونت های قارچی ناشی از دندان مصنوعی انجام گرفته، تصریح کرد: یافته های این پژوهش بیانگر آن است که ژل آویشن التهاب و قرمزی مخاط زیر «دست دندان» را دراین بیماران بسیار بهتر و موثرتر از داروی

miconazole کاهش داده اند.

وی گفت: نتایج حاصل از این بررسی و پژوهش های مشابه می تواند، در جهت تولید داروهای ضدقارچی قابل رقابت با نمونه های مشابه خارجی راهگشا باشند.

این پژوهشگر ادامه می دهد: با توجه به وجود منابع غنی گیاهان دارویی در ایران، امکان تولید انبوه این داروی گیاهی وجود دارد. گفتنی است، «هفتمین جشنواره علمی- پژوهشی دندانپزشکی شهید دکتر احمد هدایت»با هدف تشویق پژوهشگران و گسترش رویکرد تحقیقاتی درحل معضلات دندانپزشکی و ارج نهادن به فعالیت های انجام شده در حوزه دندانپزشکی ۱۰ اسفندماه در تالار علامه امینی دانشگاه تهران برپا می شود

کاهو؛ معجزه سبز

منبع:روزنامه قدس

کلیات گیاه شناسی

کاهو یکی از قدیمی ترین سبزی های دنیاست که منشأ آن در هندوستان و آسیای مرکزی می باشد. کاهو طبق مدارکی که به دست آمده، از شش قرن قبل از میلاد در ایران مصرف می شده است و یک قرن قبل از میلاد به روم راه یافته و غذای مهمی برای رومیان بوده است. کریستف کلمب تخم کاهو را به دنیای جدید برد، به طوری که از اوایل قرن پانزدهم میلادی کاهو در هائیتی و باهاما کشت می شده است.

خواص دارویی گیاه کاهو:

کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و مرطوب است.

۱) کاهو تمیز کننده خون است.

۲) کاهو به علت داشتن آهن خون ساز است.

۳) ضد تورم است.

۴) کاهو خواب آور و آرام بخش است.

۵) کاهو برای ضعف اعصاب مفید است.

۶) کاهو ملین است.

۷) خوردن کاهو برای مالیخولیا مفید است.

۸) کاهو زخمهای مجاری ادرار و مثانه را درمان می کند.

۹) اگر کاهو را با سکنجبین و یا سرکه بخورند، اشتها آور است.

۱۰) کاهو اثر ضد تشنج درد دارد.

۱۱) درد معده را تسکین می دهد.

۱۲) برای برطرف کردن درد سینه، کاهو را بپزید و بخورید.

۱۳) زنان شیرده اگر می خواهند که شیرشان زیاد شود، باید کاهوی پخته بخورند.

۱۴) ورم غدد لنفاوی را برطرف می کند.

خواص تخم کاهو

تخم کاهو از نظر طب قدیم ایران سرد و خشک است.

۱- تخم کاهو خواب آور است

۲- خوردن تخم کاهو زکام را برطرف می کند

۳- تخم کاهو برای درد سینه مفید است

۴- خوردن تخم کاهو برای دستگاه ادراری نافع است و آنهایی که قطره قطره ادرار می کنند، باید تخم کاهو بخورند (در حدود ۱۰ گرم روزانه) تا این مرض برطرف شود.

مضرات:

اگر در خوردن کاهو افراط نکنید، این گیاه به هیچ وجه مضر نیست. زیاده روی در خوردن کاهو باعث، فراموشی و کم شدن حافظه، ضعف دید چشم و نفخ شکم می شود. برای برطرف کردن این عوارض می توان کاهو را با نعناع، کرفس و زیره میل کرد.

خارمریم

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است یک یا دو ساله، بدون کرک، با رنگ سبز مات، دارای ساقه ای ایستا به طول ۱/۵ – ۰/۸متر ضخیم، ساده و کمی منشعب با شاخه های نسبتاً ضخیم که به یک کپه سبز و شیاردار طولی منتهی می شود. برگ ها بزرگ، واجد لکه های سفید در اطراف و گلبرگ ها، چندبخشی شانه ای با قسمت های تخم مرغی- مثلثی، خاردار، ساقه آغوش که لبه دار و دارای گوشوارک هستند. گل ها به رنگ صورتی یا ارغوانی است که در کپه های انتهایی مجتمع شده اند. کپه خاردار بوده، به قطر ۱۲-۸ سانتی متر و به ندرت در حدود۶ سانتی متر است. گریبان ها فشرده، کروی و در قاعده دارای برآمدگی قوسی شکل است که در داخل سرنیزه ای شکل است. میوه به شکل فندقه است. میوه های فندقه ای گیاه، بخش دارویی آن را تشکیل می دهند. فندقه های رسیده به رنگ قهوه ای تیره و یا کرم مایل به قهوه ای به شکل واژ تخم مرغی بوده از عرض فشرده شده، دارای سطحی صاف با ناف قاعده ای و

هاله انتهایی است.

خارمریم در اواخر بهار گل می دهد و در حد فاصل شهریور تا مهرماه محصول برداری از آن صورت می گیرد. این گونه در آسیا خصوصاً منطقه مدیترانه، اروپا و آمریکا منتشر شده است و در نقاط مختلف ایران می روید. ترکیبات موثر اصلی میوه سیلیمارین است. خارمریم در درمان مسمومیت های کبدی ناشی از سموم متابولیک، اختلالات کبدی، نارسایی های مزمن کبدی توام با تخریب سلولی مانند سیروز کبدی مورد مصرف قرار می گیرد. در بیماری های کبدی از ۳ تا ۵گرم پودر میوه به صورت دم کرده استفاده می شود. از فرآورده های موجود در بازار می توان به قرص سیلیمارین اشاره کرد.

بارهنگ

گیاهی است پایا، ظاهراً بی کرک یا کمی کرکپوش با بن و ریشه ای کوتاه است. ساقه آن به طول ۷۰-۱۰ سانتی متر، متعدد ایستاده یا خیزان، فاقد شیار، مساوی یا کمی بلندتر از برگ ها است. برگ های آن تماماً طوقه ای، تخم مرغی پهن با ۹-۳ رگبرگ قوی و برجسته، کامل یا در حاشیه سینوسی، بی کرک یا کرکپوش، دارای دمبرگ نسبتاً بلند. گل ها سبز متمایل به قهوه ای، کوچک مجتمع در خوشه های دراز استوانه ای. موسم گلدهی گیاه اردیبهشت تا شهریورماه است. دانه های این گیاه تیره رنگ، کوچک و تخم مرغی شکل و در میوه ای پوستینه که به صورت کپسول تخم مرغی بوده و دارای ۲ خانه و محتوی ۸-۴ دانه است قرار دارند. دانه ها را از اواسط فصل بهار به بعد جمع آوری می نمایند. گیاه بارهنگ در منطقه وسیعی از دو قاره اروپا و آسیا و همچنین شمال آفریقا و آمریکای شمالی می روید. در ایران تقریباً در تمام نقاط می روید. دانه بارهنگ دارای چربی، صمغ، موسیلاژ، ترکیبات گلوکزیدی است. از بارهنگ در درمان یبوست و به عنوان

ضد التهاب دستگاه گوارش استفاده می شود. در طب گذشته بارهنگ را صفراآور و مدر می دانسته اند. دانه های بارهنگ را باید با مقدار کافی مایع مصرف نمود تا از متراکم شدن آنها در دستگاه معدی ـ روده ای جلوگیری به عمل آید.دانه های بارهنگ را باید دور از نور و رطوبت نگهداری کرد. از فرآورده های موجود در بازار می توان به پلانتاژل اشاره کرد. دانه های خشک شده این گیاه که بخش دارویی آن را تشکیل می دهند حداقل دارای ۹درصد چربی است.

آلاله ایرانی

در درون مرزهای ایران در حدود ۵۵گونه آلاله می روید که نزدیک به ۲۰گونه آن انحصاری ایران است. در بین آلاله ها، آلاله ایرانی که به آن آلاله قرمز نیز می گویند، زیباتر از سایرین بوده و از آن فرم های پرورشی و پربری با رنگ های گوناگون به دست آمده است.آلاله ایرانی دائمی است. غده های پنجه ای اش تا مدت ها زیر خاک دوام می آورد. دارای برگ های ساقه ای و پایه ای است که هر دو دمبرگ های بلندی دارند. گل ها کم گلبرگ یا پرگلبرگ منفرد یا دوتایی اند و در رنگ های قرمز، سفید، صورتی، زرد یا نارنجی در تابستان پدیدار می شوند. حداکثر بلندی آلاله به ۴۵سانتی متر و گستردگی اش به ۱۰سانتی متر می رسد.

خارخاسک

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است علفی، یک ساله، دارای ساقه های خوابیده با انشعابات گسترده بر سطح خاک و پوشیده از تار که برگ و ساقه های جوان آن را تارهای ظریف ابریشمی می پوشاند. برگ های آن متقابل غالباً نامساوی و مرکب از برگچه های کوچک و ریزی است

که به تعداد ۶-۴ زوج در طرفین دمبرگ اصلی جای دارند. گل ها زرد کوچک و منفرد هستند. میوه آن شیزوکارپ ناشکوفا که در موقع رسیدن قسمت های پنجگانه آن از هم جدا و پراکنده می شوند.هر یک از این قسمت های پنج گانه در سطح بیرونی خاردار است. قسمت های مورد استفاده این گیاه، میوه، دانه، برگ، ریشه و گاهی کلیه اعضای گیاه است ولی بیش از همه میوه آن مورد استفاده قرار می گیرد.

رنگ میوه های آن سبز مایل به زرد، بدون بو و با طعم مشخص است. میوه های این گیاه را در اواخر تابستان و اوایل پاییز جمع آوری می نمایند. این گیاه پراکندگی وسیعی در نواحی مختلف کره زمین دارد. به طوری که می توان آن را در غالب نواحی دنیا مشاهده کرد. ترکیبات شیمیایی گیاه خارخاسک شامل رزین، تاش، روغن ثابت، آلکالوئید، پلی فنل ها و مواد معدنی شامل کلسیم، فسفر، آهن، سدیم، پتاسیم، گوگرد، ازت و کلر است. پنج نوع ماده گلیکوزیدی نیز دارد که همه آنها دارای گلوکز است و علاوه بر گلوکز قندهای رامنوز، آرابینوز را هم شامل می شود. خارخاسک به عنوان مدر، دفع کننده سنگ های مجاری ادراری و تقویت کننده قوای جنسی به کار می رود. در طب گذشته برای خارخاسک اثر مدر و دفع کننده سنگ های مجاری ادراری و تقویت کننده قوای جنسی قائل بوده و از آن به عنوان درمان کننده عفونت و التهاب لثه استفاده می شده است. از فرآورده های موجود در بازار می توان قطره پروستاتان، قطره سنکل و قطره آفرودیت را نام برد.

تاتوره

گیاهی است به ارتفاع ۲۰۰ _۵۰سانتی متر، بدون کرک تا اندکی کرکدار، برگ ها تخم مرغی تا لوزوی، نوک تیز، در قاعده گوه ای تا نیم قلبی با حاشیه ای دندانه ای _ سینوسی تا لبه دار، گلبرگ ها چسبیده و جام قیفی شکل به رنگ سفید یا ارغوانی، میوه کپسول، تخم مرغی افراشته، کم و بیش پوشیده از خارهای تقریباً هم اندازه، نسبتاً باریک به بلندی تا ۱۵میلی متر و به ندرت صاف. برگ ها و سرشاخه های گلدار، بخش دارویی این گیاه را تشکیل می دهد. برگ های خشک شده گیاه به رنگ سبز مایل به خاکستری است. برداشت محصول از برگ های گیاه از دو تا سه ماهگی و غالباً قبل از زمان گل دهی صورت می گیرد. منشاء اصلی تاتوره هندوستان ذکر شده است. این گیاه در اکثر نواحی ایران از جمله کرج، آذربایجان، ارومیه، مازندران و گیلان می روید. مقدار آلکالوئیدهای تام این گیاه ۰/۴۵ _۰/۲درصد است.

مهمترین آنها هیوسیامین و هیوسین یا اسکوپولامین است _ تاتوره به صورت خوراکی به عنوان ضداسپاسم و آنتی کلینرژیک استفاده می شود. همچنین در درمان آسم برگ خشک شده آن به صورت سیگار مورد استفاده است. در طب گذشته تاتوره را دارای آثار مخدر و خواب آور دانسته به اثرات سمی آن نیز واقف بوده و جهت رفع مسمومیت آن دستورات لازم را ذکر کرده .

رزماری

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است بوته ای، همیشه سبز تا ارتفاع دو متر با شاخه های افراشته، برخاسته و یا گهگاه خوابیده بر روی زمین که به رنگ سبز قهوه ای و معطر است. برگ ها متقابل کشیده، نخی با بافت چرمی و حاشیه ای لوله شده است. رنگ برگ ها سبز روشن در سطح بالایی چین و چروک دار و در سطح زیرین پوشیده از کرک های کوتاه سفیدرنگ است. برگ و سر شاخه های گلدار گیاه اندام دارویی رزماری را تشکیل می دهند. زمان جمع آوری برگ و سرشاخه های گلدار گیاه رزماری هنگام شروع باز شدن گل ها و در فصول بهار و تابستان است. ماده متشکله اصلی برگ و سرشاخه های گیاه رزماری را روغن فرار تشکیل می دهد.

میزان روغن فرار این گیاه در نقاط مختلف دنیا بین۲/۵ – ۰/۵درصد گزارش شده است. از رزماری به صورت خوراکی در درمان

اضطراب، سردرد، میگرن، فشارخون، نفخ و بی اشتهایی و به صورت موضعی به عنوان مسکن موضعی در درمان دردهای عضلانی و بیماری های رماتیسمی استفاده می شود. همچنین به علت عطر و طعم مناسب در صنایع آرایشی- بهداشتی مورد استفاده قرار می گیرد. در طب گذشته از رزماری به صورت خوراکی به عنوان ضدنفخ و به صورت موضعی به عنوان ضدالتهاب و ضددرد استفاده می کرده اند. رزماری در دوران بارداری، شیردهی و در بیماران صرعی بهتر است به کار نرود. مصرف دارویی موضعی گیاه و یا کاربرد فرآورده های آرایشی- بهداشتی حاوی رزماری در برخی از افراد حساس، گهگاه ایجاد قرمزی پوست، درماتیت، حساسیت پوستی و حساسیت به نور می کند.

گل ساعتی

گیاهی است پایا به ارتفاع ۸/۹ متر و دارای ساقه ای پیمان و نخ مانند. برگ های آن متناوب و بزرگ، به طول ۱۵-۶ سانتی متر، دمبرگ دار و دارای پهنکی مرکب از سه لپ عمیق با ظاهر برگچه مانند که سطح زیرین آنها کرک دار و کناره های آن دندانه های اره ای ریز و در سطح آنها رگ برگ های شبکه ای مشاهده می شود. گل های درشت، معطر و منتهی به دمگل دراز دارد. گلبرگ ها به رنگ سفید هستند. تخمدان، کرکدار و سبز مایل به خاکستری و زبرین بوده و خامه دارای سه شاخه دراز بوده که در انتهای آن کلاله های سرسان قرار دارد. از مشخصات دیگر گل این است که در داخل جام آن تاجی از الیاف باریک سفید یا قرمز مایل به ارغوانی رنگ واقع در چند ردیف دیده می شود. میوه های آن مسطح، به رنگ مایل به سبز یا قهوه ای و با نقطه های گود و زیاد و دارای دانه های زرد مایل به قهوه ای است. اندام دارویی این گیاه شامل کلیه اندام های هوایی خشک شده است. اندام های هوایی پس از گل دهی یا میوه دهی در پایان فصل تابستان جمع آوری می شود. این گیاه معمولاً در مناطقی که دارای آب و هوای ملایم باشد به خوبی رشد می کند. گل ساعتی دارای ۲/۵درصد فلاونوئید است.
این گیاه دارای اثر مسکن و آرامبخش بوده و در بی خوابی، اضطراب، دردهای با منشاء عصبی به ویژه در کودکان، اختلال در تنوس عضلانی، تاکی کاردی عصبی و آسم اسپاسمی مصرف می شود. اندام های هوایی گیاه خشک شده باید در بسته بندی های مناسب و دور از رطوبت و حرارت زیاد نگهداری شود. گونه های دیگر جنس پاسی فلورا ممکن است به جای گونه اصلی در بازارهای تجاری عرضه شود. بنابراین در تهیه گونه اصلی لازم است از روش های شناسایی و کنترل های کیفی و کمی استفاده شود. از فرآورده های موجود در بازار می توان هارمالین و والی فلور را نام برد. آثار جانبی در مورد مصرف آن تا به حال گزارش نشده است. ولی نباید از مقادیر زیاد دارو در هنگام بارداری و شیردهی استفاده شود.

آنغوزه

نویسنده:سحر شهنازی
گیاهی است پایا، کرکدار با ساقه ای به ارتفاع ۲۰۰ - ۱۰۰ سانتی متر ، زرد فام، در طول شیار دار، برگ های قاعده ای تقریباً دو بار شانه ای با حاشیه بدون دندانه یا اندکی لب دار. برگ های بخش پائینی ساقه ۴-۳ بار شانه ای کرکدار. گلبرگ ها به رنگ زرد و بدون کرک. میوه ها تخم مرغی یا کشیده و بدون کرک هستند. آنغوزه اولئوگم رزین تراوش شده از ریزوم و ریشه گیاه است که در اثر تیغ زدن مکرر از قاعده و ریشه ضخیم گوشتدار گیاه به صورت شیره شیری رنگ با بوی بسیار قوی خارج می شود. با آنکه بر اثر تیغ زدن مکرر خروج شیرابه بطئی می گردد معهذا بهترین نوع آن همیشه از تیغ زدن آخر به دست می آید. آنغوزه به اشکال مختلف در بازار تجارت عرضه می شود ولی دو نوع فراوان آن به شرح زیر است:
نوع اشکی- نادرترین و مرغوب ترین نوع آنغوزه است. غالباً به شکل مدور یا مسطح به ابعاد ۳-۰/۵ سانتی متر دارای رنگ سفید

خاکستری، زرد گرفته یا قهوه ای مایل به قرمز است.

نوع توده ای- رایج ترین فرم تجارتی است که از قطعات اشکی معمولاً همراه ناخالصی هایی مانند ذرات میوه، ریشه و ماسه، خرده های برگ و غیره، تشکیل می شود و به فرم توده ای درآمده و به رنگ های متفاوت زرد، قرمز قهوه ای و خاکستری قهوه ای نمایان می شود.

آنغوزه دارای بوی قوی شبیه سیر و طعم تلخ گزنده وگس است. جمع آوری در مناطق گرمسیری از اوایل اردیبهشت و در مناطق دیگر از اواسط خرداد ماه آغاز می شود. در هر حال طول دوره بهره برداری به ۱۰۰ روز می رسد. این گیاه بومی شرق ایران و غرب افغانستان و دارای انواع تلخ و شیرین است. آنغوزه تلخ در استان های کرمان و فارس و آنغوزه شیرین در استان های یزد و خراسان می روید.

آنغوزه دارای ۲۰-۴ درصد روغن فرار، ۶۰- ۴۰ درصد رزین و ۲۵درصد صمغ است. روغن فرار دارای رنگ زرد با بوی تند شبیه بوی سیر است. قسمت عمده مواد موجود در روغن فرار را ترکیبات سولفیدی که اکثراً به فرم دی سولفید است تشکیل می دهند.

آنغوزه دارای اثر ضد اسپاسم و بادشکن است و در رفع بیماری های تنفسی و دستگاه گوارش با منشاء عصبی استفاده می شود. همچنین به عنوان ادویه در مواد غذایی مصرف دارد. در طب گذشته از آنغوزه به عنوان ضد التهاب و در درمان التهاب گلو و رفع گرفتگی صدا استفاده می شده و همچنین برای آن خاصیت بادشکن قائل بوده اند.

مورد

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی درختچه ای است به ارتفاع حداکثر تا ? متر با ساقه افراشته و بسیار منشعب، ترکه های جوان آن دارای کرک های غده ای، برگ های ساده و متقابل به طول تا ? سانتی متر، تخم مرغی- سرنیزه ای، نوک تیز با حاشیه درست، بافتی چرمی و منقوط و همیشه سبز و در صورت له شدن بسیار معطر است.

گل ها به صورت منفرد، دمگل ها بلند و باریک، گلبرگ ها سفیدرنگ و نیم مدور، میوه ها بسته و بیضوی پهن تا تقریباً کروی و در هنگام رسیدن به رنگ آبی سیاه فام است.بخش دارویی این گیاه را برگ ها تشکیل می دهند. برگ های گیاه همیشه سبز، پایا و متقابل هستند. این برگ ها چنانچه در سایه خشک شده باشند رنگ پررنگ و بویی مطبوع و تند دارند و در صورتی که در مقابل آفتاب شدید خشک شده باشند رنگ زرد پیدا کرده و بوی بسیار کمی خواهند داشت. بهترین زمان جمع آوری برگ از اواسط بهار تا اواسط تابستان است که گیاه حداکثر فتوسنتز را انجام می دهد. برگ های این گیاه دارای ?/?-? درصد حجمی اسانسی است که قسمت عمده آن را ترپینولن، سینئول و لینالول تشکیل می دهند. مورد به صورت موضعی در درمان تبخال به عنوان آنتی سپتیک و در درمان التهاب مخاط بینی استفاده می شود. در طب گذشته مورد را تحت عنوان آس یا عمار (به معنی نیکو و خوشبختی) نامیده، برای آن اثرات قابض، ضداسهال و تقویت کننده رویش مو قائل بوده اند. با مصرف مقادیر کم موضعی اسانس هیچ گونه حساسیت پوستی ایجاد نمی شود و با مصرف مداوم و طولانی مدت واکنش حساسیتی به صورت سرخی خیلی ضعیف در محل تجویز مشاهده می شود. از فرآورده های موجود در بازار می توان به پماد موضعی میرتوپلکس اشاره کرد. از جمله مناطق ایران که گیاه مورد در آنجا انتشار دارد می توان منجیل، خرم آباد، کازرون، نی ریز، فسا، بندرعباس، کوه تفتان و... را نام برد.

توتی از نوع فرنگی

نویسنده:الهام اسمعیلی

منبع:sharghnewspaper.ir

بهار فصل میوه های رنگارنگ و خوش طعم و مزه است که اغلب آنها فصل تابستان نیز یافت می شوند. توت فرنگی نیز از جمله این میوه هاست. توت فرنگی با نام علمی Fragaria Chiloensis یکی از اعضای خانواده رزها بوده و تنها میوه دانه داری است که دانه های آن به جای قرارگیری در داخل میوه، در خارج از آن واقع شده اند.این گیاه در اصل خودرو و جنگلی بوده و دارای ساقه ای باریک، بلند و خزنده، برگ های ضخیم و دندانه دار، گل های سفید و همچنین میوه های قرمزرنگ متنوعی به لحاظ شکل و ابعاد است. در یک تقسیم بندی کلی، توت فرنگی ها را به دو دسته تقسیم می کنند: ۱- توت فرنگی های فصلی که در فصل بهار به وفور یافت شده و در واقع جزء میوه های لذیذ این فصل به حساب می آیند.۲- توت فرنگی های پرورشی که در شرایط گلخانه ای کشت شده و در تمام فصول سال آنها را می توان یافت، ولی طعم و مزه آنها با توت فرنگی های بهاره قابل مقایسه نیست.از آنجا که تمام قسمت های گیاه شامل ریشه، برگ و میوه برای مصارف گوناگون مورد استفاده قرار می گیرد از ارزش غذایی بسیاری برخوردار است. توت فرنگی منبع غنی از ویتامین B و C و دارای مقدار قابل توجهی پتاسیم، آهن، فیبر و کلسیم است. جالب توجه آنکه میزان ویتامین C این توت خوشمزه بسیار بیشتر از مرکباتی همچون پرتقال و لیمو است.

طی تحقیقات انجام شده در هر ۱۰۰ گرم میوه توت فرنگی ۸۷/۸ درصد آب، ۰/۷ درصد پروتئین، ۱/۱ درصد فیبر، ۹/۸ درصد کربوهیدرات، ۰/۰۳ میلی گرم فسفر، ۰/۲ درصد چربی، ۰/۳ میلی گرم کلسیم، ۱۴میلی گرم ویتامین C، -

۵۲ میلی گرم آهن، ۰/۰۸میلی گرم ویتامین B (ریبوفلاوین)، ۰/۵ میلی گرم ویتامین B۲ (ویتامین)، ۰/۰۲ میلی گرم مس، ۰/۰۳-۰/۰۱ میلی گرم آیودین (iodine)، کمتر از ۳۰ کیلوکالری انرژی و بالاخره مقداری اسیدهای طبیعی (اسیدسیتریک و اسدمالیک)، گلوکز و فروکتوز و همچنین مواد مفید دیگری است.

خواص درمانی گیاه

گفته می شود به جهت وجود تانین در برگ و ریشه توت فرنگی، این گیاه برای درمان مشکلات معده ای و روده ای مانند اسهال و همچنین التهاب غشاء مخاطی بسیار مفید است. از آنجا که توت فرنگی حاوی ویتامین C بسیاری است برای درمان سرماخوردگی، آنفلوآنزا و همچنین بیماری اسکوربیت موثر است؛ از توت فرنگی تونیک ها و ماسک های شاداب کننده مختلفی برای پوست می توان تهیه کرد؛ در انگلستان از ریشه و برگ توت فرنگی برای درست کردن انواع لوسیون ها، دهان شویه ها و همچنین برای محکم کردن لثه ها استفاده می شود. در ضمن توت فرنگی یک سفیدکننده طبیعی دندان نیز محسوب می شود. برای این منظور مقداری توت فرنگی را له کرده و با استفاده از مسواک و یا انگشت سبابه از توت فرنگی له شده به عنوان خمیردندان، جرم دندان هایتان را پاک کنید؛ توت فرنگی قاتل ویروس های پولیو (Polio) و هرپن (herpen) بوده و ممکن است مانع تشکیل نیتوزامین هایی (nitosamine) که عامل ایجاد سرطان هستند، شود؛ میوه توت فرنگی علاوه بر اسهال در درمان بیماری سوزاک، نقرس، دردهای معده و سنگ های کلیه و مثانه نقش بسزایی دارد. در ضمن از بیماری آرتریت روماتوئید جلوگیری می کند؛ توت فرنگی حاوی مقدار زیادی اسیدالاجیک (ellagic acid) و آنتوسیانین (Anthocyanin) است. اسید الاجیک فعالیت های گسترده بیولوژیکی را در جلوگیری از بروز بیماری های مختلفی همچون سرطان، بیماری های قلبی و حتی ایدز در بدن انجام می دهد؛ توت فرنگی مدر است. لذا برای افراد مبتلا به ناراحتی های کلیه به خصوص سنگ کلیه مفید بوده و در ضمن سموم بدن را دفع می کند؛ به جهت وجود ویتامین A در توت فرنگی برای تقویت پوست و مو و همچنین دید چشم توصیه می شود؛ توت فرنگی به علت داشتن آهن دارای خاصیت خون سازی است. لذا برای رفع کم خونی های جزیی بسیار مفید است؛ از آنجا که توت فرنگی منبع غنی ویتامین B محسوب می شود، مصرف آن در کاهش اضطراب و استرس موثر است.

نحوه نگهداری

از آنجا که توت فرنگی میوه ای است که به سرعت کپک زده و خراب می شود، بهترین زمان برای مصرف آن همان روزی است که خریداری شده است. بنابراین به مقدار مصرف تهیه کنید زیرا حداکثر زمان نگهداری آن ۲ الی ۳ روز در یخچال است. در ضمن به جهت آنکه توت فرنگی گیاه بوته ای است و با خاک در تماس است باید در شست وشوی آن دقت لازم را صرف کرد. بنابراین توت فرنگی ها را به صورت تک تک در زیر شیر آب شسته و با دستمال حوله ای خشک کنید. توت فرنگی های خشک شده را درون ظرفی ریخته و با قرار دادن دستمال حوله ای بر روی آن داخل پلاستیک قرار داده و یا در ظرف را ببندید.

کرفس

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است دوساله به ارتفاع تا ۱۰۰سانتی متر با رایحه ای قوی و شاخص و ساقه گوشتی و توپر. برگ ها یک یا دو بار شانه ای، قطعات برگ ها مثلثی، لوزی یا سرنیزه ای در حاشیه لوب دار و دندان اره ای یا دالبر. چترها با پایه ای کوتاه یا بدون پایه، میوه تخم مرغی پهن است. میوه های رسیده گیاه استفاده دارویی دارد. میوه ها به رنگ قهوه ای، بیضوی بدون بال، دارای خطوط برجسته و سفید و دارای دو زائده شاخک مانند هستند. میوه های کرفس دارای بوی معطر مخصوص و مزه متمایل به تلخ است. بهترین زمان جمع آوری میوه ها به هنگام رسیدن کامل آن یعنی در ماه های مرداد و شهریور است. مهمترین مواد موثر میوه های کرفس روغن فرار آن است. از جمله ترکیبات مهم اصلی موجود در اسانس کرفس لیمونن و سلنین هستند. از کرفس به عنوان آرامبخش، ضدعفونت ادراری و در آرتریت روماتوئید به عنوان داروی ضدالتهاب استفاده می شود. در طب گذشته به عنوان مدر و ضدنفخ مورد استفاده قرار می گرفته است. این گیاه در قاره های آسیا، اروپا، آمریکا و آفریقا کشت داده می شود. کرفس در ایران علاوه بر کشت در مناطق مختلف در شمال شرقی کشور در سمنان، در شرق و جنوب شرقی در سیستان و بلوچستان و زابل یافت می شود. میوه های آن باید دور از نور مستقیم و رطوبت و در ظروف سربسته غیرپلاستیکی نگهداری شود.

بهارنارنج

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است درختی به ارتفاع ۳ تا ۵متر با تاج پوششی گرد که به صورت کاشته شده در نواحی شمالی و جنوبی ایران وجود دارد. در طول شاخه خارهای باریک و بلندی پراکنده است. برگ ها دارای پهنک بیضوی پهن و یا تخم مرغی کشیده. نوک برگ تقریباً تیز و کشیده و قاعده آن گوه ای یا گرد است.

گل ها دوجنسی، گلبرگ ها سفید درخشان، ترد و شکننده و معطر هستند. میوه گیاه از نوع سته و نیم کروی است که اندکی در دو انتها تخت شده است. پوست میوه ضخیم، خشن و در زمان رسیدن نارنجی رنگ با مزه ترش ملایم است. شاخه تنه درخت تیغدار، تیغ ها بلند و نوک تیز است.اندام دارویی بهارنارنج گل های آن است که در حالت تازه دارای بویی معطر و مطبوع است ولی پس از خشک شدن بوی آن ضعیف می شود. برای مصارف دارویی بهارنارنج را به حالت غنچه نشکفته هنگام صبح پس از آنکه ذرات شنبم خشک شد از درخت می چینند و به سرعت در تاریکی خشک می کنند. موسم گل دهی این گیاه فصل بهار است. گل های بهارنارنج حداقل ۰/۲ درصد حجمی اسانس دارد که به آن اسانس نرولی گویند و به رنگ زرد مایل به سبز است. از بهارنارنج به عنوان داروی آرام بخش استفاده می شود همچنین در صنایع غذایی و آرایشی- بهداشتی به عنوان ماده معطر کننده مورد استفاده قرار می گیرد. در طب گذشته بهارنارنج در تقویت اشتها، درمان اسپاسم های شکمی و نیز به عنوان آرام بخش و درمان تپش قلب

مورد استفاده قرار می گرفته است. از فرآورده های موجود در بازار می توان به شربت کالمودین اشاره کرد. منشاء اولیه گیاه نواحی شمالی هندوستان تشخیص داده شده است ولی امروزه در غالب نواحی معتدل و مساعد از جمله ایران و به طور عمده در استان های گیلان، مازندران و فارس پرورش داده می شود.

کلم

نویسنده:سپیده سلیمی

منبع:sharghnewspaper.ir

کلم چنانچه به صورت خام یا اندکی بخارپز شده مصرف شود یک ماده غذایی بسیار ارزشمند است. این سبزی مفید حاوی ویتامین های آ، ب، ث و ای و مواد معدنی متعددی مثل کلسیم، سولفور، سیلیکا، منیزیم و ید است. کلم منبعی غنی از آهن و کلروفیل است که آن را برای درمان کم خونی و بازیابی توان و قدرت بدنی پس از دوره نقاهت و ضعف ناشی از کمبود آن ایده آل می سازد. به طوری که گفته می شود مصرف کلم برای بازسازی خون در بدن و جبران ناتوانی بسیار مفید است.

خواص فوق العاده کلم از قرن ها پیش شناخته شده است و یکی از ارزشمندترین مواد غذایی در طب سنتی قدیم است. در مصر باستان کلم دارای چنان ارزش درمانی بوده است که یک معبد به نام آن ساخته شد و در روم باستان آن را داروی همه دردها می دانستند. پزشکان رومی مصرف کلم را مسبب شش قرن زندگی رومی ها بدون پزشک می دانستند.

فیثاغورث خوردن روزانه کلم خام را درمان ناراحتی های عصبی می دانست و ملاحان برای پیشگیری از ابتلا به بیماری اسکوروی کلم می خوردند.خوردن کلم خام از قدیم به تصفیه خون و اثر پاک کنندگی بر روی پوست مشهور است و گفته می شود کبد را از سموم پاک می سازد و برای درمان آرتروز و انوع سردرد مفید است.

کلم در پزشکی نوین نیز موضوع تحقیقات متعددی بوده که اغلب فواید شناخته شده در طب سنتی را مورد تائید قرار می دهد. بنا بر تحقیقات جدید کلم قادر است سیستم ایمنی بدن را تحریک کرده و تولید آنتی بادی ها در بدن را افزایش دهد. خوردن سوپ یا دم نوش کلم تاثیر فوق العاده ای در از میان بردن عفونت هایی مثل سرماخوردگی، سرفه و آنفلوآنزا دارد. ترکیبات سولفور موجود در کلم موجب تاثیر نابود کننده آن بر روی باکتری ها و عفونت های دستگاه تنفسی می شود. کلم همچنین اثر شگفت انگیزی در ترمیم زخم ها و جراحات داخلی و خارجی بدن دارد. خوردن کلم خام موجب تشکیل لایه ای آسترمانند در طول مسیر دستگاه گوارش می شود که به صورت لعابی محافظ در آن عمل می کند و به درمان زخم های دستگاه گوارش، سوزش سر معده، گاستریت و کولیت های دستگاه گوارش کمک می کند. گنجاندن کلم در رژیم غذایی روزانه مانع بروز یبوست شده و احتمال ابتلا به سرطان، به ویژه سرطان روده بزرگ را کاهش می دهد. خوردن کلم برای کبد نیز بسیار مفید است و می تواند میزان قند خون را کاهش داده و به بیماران دیابتی کمک کند.برگ های کلم خاصیت آرام بخش و ضدباکتری داشته و ترمیم دهنده هستند. ضمادی که از برگ های کلم تهیه شده می تواند تسکین زخم ها، سوختگی ها، انواع جوش و خراشیدگی و حتی مارزدگی یا جای نیش حشرات را موجب می شود. این ضماد به عنوان ضدالتهاب و ضدتورم نیز عمل می کند و برای درمان ورم مفاصل مفید است. چنانچه ضماد برگ کلم را بر روی سینه بگذارید سرفه های شدید را تسکین می دهد و آب کلم نیز در درمان آکنه، زخم و سوختگی های سطحی و سرمازدگی موثر است.برای تهیه ضماد کلم ابتدا سبزترین برگ های آن را جدا کرده و رگ برگ های سفت آن را ببرید. قسمت های لطیف برگ را در آب داغ بریزید تا پس از چند دقیقه نرم شوند، برگ ها را از آب خارج کرده کمی بکوبید. چند لایه از برگ های کوبیده را به عنوان ضماد در موضع مورد نظر قرار داده و ببندید. هر چند ساعت ضماد را با ضماد تازه جایگزین کنید.

شاه تره

گونه ای است علفی بـا سـاقه هـای منشـعب، افراشـته و عموماً به ارتفـاع ۴۰- ۱۰ سـانتی متر، برگ هـا دارای بریـدگی هـای ظریف انگشتی، عرض لبه هـا در حـدود ۰/۵ میلی متر و در وسـط شـیاردار و خطی است، گـل آذین هـای خوشه دارای حـدود ۲۰۰ گل و تقریبـاً بـدون دمگـل. برگک ها خطی کشیده و یا واژ سـرنیزه ای و نوک تیز است. کاسبرگ ها تقریباً به طول یک میلی متر، اکثراً تخم مرغی و دنـدانه دار است. جـام گـل به رنـگ سـفید یـا گهگـاه گـل سـرخی ملایم با نوک سبزفام و یا ارغوانی متمایل به سبز، گلبرگ هـای داخلی دارای نوک تیره رنـگ و میوه ها به قطر تقریبی ۲ میلیمتر است. بخش دارویی این گیاه را اندام هوایی تشـکیل می دهد. اندام دارای برگ های پنجه ای مانند و به رنگ سبز است.

گل های این گیاه به رنگ ارغوانی و بسـیار کوچک است. انـدام هوایی این گیاه دارای طعم تلـخ، سبزرنگ و بدون بو است. زمان جمع آوری معمولاً ـ یـک هفته بعـد از شـروع گلـدهی یعنی فصـل بهـار است ولی چون زمان گلـدهی آن طولانی (از اواسط بهار تا پاییز) است لـذا زمان برداشت محصول به تناسب وضع زمین و منطقه بسـتگی دارد. از مهم ترین مواد موثره این گیاه آلکالوئیـدهای آن (فومارین، پروتوپین، کریپتوکاوین، اسکولرین و مقدار اندکی از آلکالوئیدهای دیگر) است. از شاه تره به عنوان مدر و صفراآور استفاده می شود و همچنین از آن به صورت موضـعی در درمان برخی از بیماری های جلدی استفاده می شود. در طب گذشته برای شاه تره اثرات صـفراآور، مدر و ضدخارش قائل بوده اند و همچنین مصـرف آن را به عنوان دهانشویه در تسکین التهاب لثه نافع می دانسته انـد. دامنه انتشـار این گیاه در ایران نسـبتاً وسـیع و نواحی شـمال گرگان، دره سـفیدرود، آذربایجان، قصرشـیرین، خرم آباد، اهواز، شـیراز، بوشـهر و... است. بعـد از تهیه باید در جای خشـک و دور از نور و روشـنایی نگهداری شود. شاه تره را به مقدار ۴- ۲ گرم به صورت دم کرده روزی سه بار مورد استفاده قرار می دهند.

سدر

گیاهی است درختی به ارتفاع ۸- ۵ متر و همیشه سبز با تاج پوشـش نیم کروی یا تخم مرغی، شاخه ها بلند که با زاویه ای باز نسبت به تنه قرار دارنـد. شـاخه هـا به رنـگ قهوه ای- سـفیدفام. در زمان جوانی بـدون کرک یا کرکـدار برگ ها تخم مرغی پهن تا تخم مرغی بیضوی گـاهی تقریبـاً مـدور، نوک برگ کنـد یا انـدکی نوکـدار، در قاعـده گرد یا نیم قـد برگ بـدون کرک یا کم و بیش کرکـدار. گـل آذین کرکـدار، میوه سـته و زردفـام است.برگ هـا بخش دارویی این گیاه را تشـکیل می دهنـد. همیشه سبز یا خزان کننـده، متنـاوب، سـاده، بـدون بریـدگی غالباً گوشواره دار، گوشواره تقریباً چوبی و خارماننـد است. مناسب ترین زمان جمع آوری برگ هـای این گیـاه اواخر تابسـتان است. برگ سـدر دارای تـانن و استرول هـای گیـاهی و همچنین سـاپونین است که عامـل کف کنندگی آن به شـمار می رود. از برگ سدر به عنوان شـست وشوی موی سـر و بدن استفاده می شود، همچنین به عنوان ضدعفونی کننده و ضدقارچ مصـرف موضـعی دارد. مقدار لازم از پودر برگ به صورت خیسانده در آب برای شـست وشوی موضـعی استفاده می شود. در طب گذشـته از سـدر جهت بهبود زخم ها و شـست وشو موی سـر و بـدن اسـتفاده می شـده است. برگ سدر علاوه بر داشتن خاصیت شست وشودهنده موی سر و بدن دارای خاصیت پایین آورنده قندخون نیز هست.

انتشـار عـمومی ایـن گـونه در عربسـتان، حبشه، آفریقـای شـمالی و ایران است و در ایران در اطراف کـازرون، جزیره خـارک، لاـر، بنـدرعباس، چابهـار، بم و... به طـور خـودرو یـافت می شود. از فرآورده هـای موجود در بـازار می توان به افشـره سـدر، پودر سـدر خالص، شامپو و صابون سدر اشاره کرد.

مریم گلی

نویسنده:سحر شهنازی

گیاهی است بوته ای به ارتفاع حداکثر ۶۰ سانتی متر با ریشه چوبی و پایا، ساقه افراشته، انشعابات متعدد، پوشیده از کرک های کوتاه پیچیده، برگ های ساده، دارای پهنک مستطیلی شکل و دمبرگ دار.جام گل به رنگ بنفش – آبی، صورتی یا سفید، مختصری کرک دار است. میوه فندقه های تقریباً کروی، قهوه ای رنگ با خطوط تیره است. بخش دارویی گیاه برگ های آن است. برگ های خشک شده گیاه حداقل دارای ۱/۵ درصد اسانس است. بیشترین مقدار اسانس برگ ها در فصل گلدهی این گیاه یعنی خرداد تا مرداد است. گیاه بومی غرب اروپا است و در سایر نقاط برای مقاصد دارویی کشت می شود. ترکیبات اصلی اسانس این گیاه را ۶۰-۳۵ درصد توچون و بقیه را سینئول، بوزنئول و بورنئول استات تشکیل می دهند. مریم گلی به صورت موضعی به عنوان ضد التهاب قابض، ضدباکتری و در التهاب دهان به صورت قرقره و دهان شویه مورد استفاده قرار می گیرد. در گذشته مریم گلی را به صورت خوراکی مقوی عمومی و به صورت موضعی در التیام زخم ها و خراش های پوستی موثر می دانسته اند. به واسطه داشتن ترکیب سمی توچون مقادیر زیاد برگ مریم گلی (بیشتر از ۱۵۰ گرم در هر مرتبه مصرف) سمی بوده و باعث افزایش ضربان قلب، افزایش دمای بدن و سرگیجه می شود.

این گیاه در ایران رویش طبیعی ندارد و در چند سال اخیر با وارد کردن بذر گیاه، در نقاطی از شمال ایران کشت شده است. به جز نمونه گیاهانی که از مناطق کشت به دست می آید دیگر گیاهان ارائه شده در بازار ایران گونه هایی است که اشتباهاً ارائه می شود.

باور شبو

گیاهی است یک ساله سبز، ظاهراً بی کرک با ارتفاع ۷۰-۳۰ سانتی متر یا بیشتر، ساقه ایستاده، منفرد یا از قاعده منشعب با شاخه های ایستاده، برخاسته، طویل و پوشیده از برگ های متراکم غالباً ساده یا کمی منشعب، پهنک پهن دراز، سرنیزه ای، در قاعده پخ با دندانه های بزرگ کند و دندانه های اره ای کنگره ای در بخش گلدار براکته ای شکل گل به رنگ صورتی، سفید، آبی، بنفش، نسبتاً بزرگ، مجتمع در توده های مجزا در طول گل آذینی نسبتاً بلند، کاسه کمی کرک پوش، دو لبه، لب بالایی آن تخم مرغی و منتهی به دندانه های درفشی، لب پایینی دارای دندانه پهن دراز و در انتها سر نیزه ای- درفشی است. سر شاخه های گلدار گیاه مورد استفاده دارویی واقع می گردند، پودر آن طعم تند و بوی معطر و بسیار خوشبویی دارد. بهترین زمان جمع آوری گیاه موقع گلدهی آن است که اوایل خرداد تا اوایل تیرماه جهت این کار توصیه می گردد. از مهمترین مواد موثر آن روغن فرار است. اندام هوایی خشک شده گیاه حداقل دارای۰/۱ درصد اسانس است. به صورت خوراکی به عنوان آرامبخش و اشتهاآور و به صورت موضعی در درمان التهابات پوستی مورد استفاده قرار می گیرد. اسانس آن اثر ضدباکتریایی دارد. در طب گذشته از آن به عنوان داروی آرامبخش و ضدنفخ استفاده می کرده اند. از این گیاه فرآورده ای در بازار دارویی وجود ندارد، باید دور از نور مستقیم و در ظروف سربسته غیرپلاستیکی نگهداری شود. به علت دارا بودن اسانس دارای خاصیت ضداسپاسم و همچنین به علت دارا بودن ژراینول خاصیت ضدمیکروبی خوبی دارا است.

به

منبع ویتامین های مختلف هستم و آش من به مبارزه با امراض معدی بروید . پوست من برای از بین بردن چین و چروک پوست مفید است . برای نرمی سینه و تنگ نفس مرا تجویز کنید .

اسم من به است ، به من بهی و آبی هم می گویند . اعراب مرا سفرجل می خوانند . زادگاه اولیه من ایران است و در نام لاتینی من

کلمه ایرانی به چشم می خورد . من دارای انواع جنگلی – ترش – شیرین و میخوش هستم . بهترین نوع من پیوندی است که آنرا روی تنه زالزالك پیوند کرده باشند . نوع جنگلی من گس است و آنرا «به شغال» می خوانند . قابل خوردن نیست ، ولی بهدانه ی آن بهتر از دانه ی پیوندی است . من دارای ویتامین های آ- ب و ای و پ۶ بوده دارای آهك آهك و تانن هستم و از این رو برای مبتلایان به امراض سل و دق غذای مطلوبی می باشم . آب جوشانده و پخته من مقوی وقابض است . آب میوه من که به وسیله ماشین فشاری گرفته شود ، ملین بوده طبل شکم را خالی می کند و در کوچك کردن شکم موثر است . شربت ساده ی من که به شربت به معروف است . برای درمان ورم روده مفید می باشد و شربت به لیمو مقوی قلب و معده بوده و ایجاد سرور می نماید . آش من غذای گوارایی برای امراض معدی است وخورش به نیز همتای آن می باشد. آب میوه ی من برای معالجه اسهال خونی و خونریزی معدی تجویز شده است و دمکردی شکوفه ی من سی گرم در لیتر سرفه را تسکین می دهد اگر پوست میوه ی مرا پانزده روز در الکل خیس کنند ، و با آب آن صورت را مالش دهند چین و چروك را از بین می برد.

وجود ویتامین های ب و پ درمن سبب شده است که اعصاب را تقویت کنم و جوانی را پایدار سازم . با آب جوشانده ی من می توان معده و روده و رحم را شست . نوع ترش من در تقویت معده بهتر از شیرین است . نوع شیرین من مسرور کننده و مقوی معده و دماغ است پیشاب را زیاد می کند . زیاده روی در خوردن به مسهل است . عصاره میوه ی من مانع خونریزی و قی و خمار و تشنگی است . یکی از پزشکان قدیم ایران معتقد است که زیاده روی در خوردن به ترش و میخوش باعث سکسکه است. بوییدن انواع معطر من باعث تقویت روح حیوانی و نفسانی است . قی را بند می آورد و خونریزی معده را درمان می کند . خوردن میوه خام من مخصوصا شاداب و شیرین آن جهت تفریح و معالجه وسواس و تسکین درد سر و آبریزش بینی و تقویت کبد ومعده مفید می باشد . اشتها را زیاد می کند. میوه ی من بوی بد دهان را از بین می برد . یرقان را معالجه می نماید و التهاب معده را تسکین می دهد .و برای تسکین درد قسمت بالای معده توصیه شده است و مفید است . اگر میوه ی مرا زیر آتش تنوری نمایید به حدی که رنگ آن تیره شود و بخورید اسهال مزمن را معالجه می کند مخصوصا اگر وسط میوه مرا را خالی کرده و دانه ها را برداشته و به جای آن جوزبویا گذاشته باشند . رب نوع ترش من قابض معده بوده ، قی را بند می آورد و اسهال را معالجه می کند . مسکن تشنگی و حرارت معده است . مربای من با آب نعناع برای جلوگیری از قی به کار می رود . شکوفه تازه من مسکن سینه – قابض و مسکن درد سر و قی کردن است . مقوی قلب ، دماغ و معده بوده ، و اثری نیکو دارد . مربای میوه من جهت نرم کردن و درمان سرفه و تنگ نفس سود بخش می باشد . ضماد میوه و برگ درخت من جهت فرو بردن ورمهای گرم مخصوصا ورم چشم نافع است . از این ضماد می توان برای رفع سوزش محل نیش حشرات سمی استفاده نمود . ضماد برگ من به تنهایی جهت معالجه زخمهای چرکی مفید می باشد . کرك روی پوست من بسیار قابض است و برای گلو و آواز خوب نیست ، چنانچه آب میوه ی مرا در روغن زیتون ریخته و آنرا غلیظ نمایید ، تنقیه ی آن جهت معالجه اسهال و زخم معده اثر معجزه آسا دارد

آلبالو

ما دو برادریم یکی به نام آلبالو ویکی به نام گیلاس .برای چاقها نعمت بزرگی هستم . در هسته و دمم خواص بسیاری هست . ماسك برادرم گیلاس برای زیبایان بسیار مفید است .

ما دو برادر هستیم یکی به نام آلبالو و دیگری گیلاس و از ترکیب مان آلبالو گیلاس به عمل آمده است . به من آلوبالو و آلو بوعلی هم گفته اند . رنگ من سرخ است ولی برادرانم گیلاس به رنگهای صورتی سرخ – زرد و سیاه ظاهر شده اند. طعم من ترش و برادرانم شیرین و گاهی میخوش می باشند همه ما برادران سرشار از ویتامین های آ- ب – د – و ث هستیم موادی مانند منیزیم – کلسیم و آهن زیاد داریم و کمی هم دارای سدیم و پتاسیم و روی و فسفر می باشیم . ترشی خون را پایین می آوریم .

ادرار را زیـاد می کنیم و برای مبتلایـان به نقرس – رماتیسم – درد مفاصل و تصلـب شـراین غـذای مفیـدی هستیم . برادرم گیلاس سینه را نرم می کنـد . معـده را ضـد عفونی می نمایـد و تخمیر معـده را از بین می برد و از این رو یبوست را معالجه میکند و اسـهال مخصوصـا اسـهال خونی را شـفا می بخشـد ، و بسـیار سـهل الهضم است . برای مبتلایـان به مرض چاقی یک غـذای ایـد آل است و مبتلایان و کسانی که می خواهند لاغر شوند می توانند گیلاس را قبل از غذا میل نمایند . زیرا خوردن گیلاس را قبل از غذا شخص را سیر می کنـد و جلوی اشـتها را می گیرد ودر عین حال او را چاق نمی نمایـد و این به علت آن است که قند گیلاس با قند انگور متفاوت است و روی همین اصل برای مبتلایان به مرض قنـد بسیار نافع بوده و خوردنش ضـرری ندارد . هیچوقت گیلاس را بعد از غذا و سر سیری نخورید زیرا معده را سـنگین می نماید . من خودم صفرا بر خوبی هستم – قی و اسهال صفراوی را درمان می کنم عطش و التهـاب را کم می کنم و دوست معـده وکبـد هستم – میوه ی خشـک شـده من کمی قـابض است . چنانچه مغز هسـته مرا گرفته با یک دهم وزنش ؛ رازیانه جوشانده و میل نمایید ، سنگهای کلیه و مثانه را از بین میبرد .

صمغ درخت من و برادرانم سـینه را نرم می کند و رنگ رخسار را باز کرده ؛ قلب را جلا می دهد . برای درمان سرفه بهتر است که صمغ را گرفته بـا آب سـرد میـل نماییـد . یکی از مزایـای برادرم گیلاس آن است که دمکرده ی دم آن ادرار را زیاد می کنـد واین خاصـیت او شـهرت جهـانی دارد . جوشانـده برگ گیلاس در شـیر ملین است . ماسک زیبایی که با گوشت تهیه می شود،پوست را نرم و رنگ رخسار را باز می نمایـد و برای این کار بهتر آن است که از گیلاس های درشت خراسانی اسـتفاده کنیـد و گوشت آنها را روی صورت بمالیـد و بگذاریـد مدتی بماند . گیلاسـهای خراسانی که در فشم و میگون کاشـته شده و از آب رودخانه شمشـک سیراب می شونـد ، فسـفر بیشتری دارنـد و روی این اصـل درمقابـل آفـات نبـاتی قـدرت مبارزه بیشتری دارنـد و خوردن آنها مغز را تقویت می نماید . و در اینجا بد نیست بدانید که بزرگترین معدن فسفر دنیا در شمشک قرار دارد.

کنجد

متجاوز از پنـج هزار سال است که انسان به خواص معجزه آسای کنجـد پی برده است . پهلوانان قـدیم آنرا برای زیاد کردن زور می خوردند و امروز هم در بین قهرمانان ترکیه قابل توجه است و دارای ارزش زیادی می باشد .

هندیها بیش از سایر اقوام برای این گیاه خاصـیت و اثرات معجزه آسا قائلند و آنرا زیاد کننده قدرت و عامل طول عمر می شناسند و روی این اصـل آنرا در تشـریفات مـذهبی زیـاد می خورنـد و همـانطور که مـا ایرانیـان خرمـا و انجیر خیرات می کنیم آنها کنجـد و شیرینهایی که با کنجـد درست کرده انـد خیر می نمایند وبدون تردید علت طول عمر در بین مرتاضـین و بعضـی از دهاتیهای هندی خوردن کنجد است .

خوردن این گیاه از قـدیم درایران معمول بوده است ، نانوایان مغز آن را روی نان می پاشـیدند و آن کاری است که الان هم بایستی معمول شود .

حلواسـازان آنرا به کـار می برنـد که متاسـفانه امروز ترک شـده است . روغن کنجـد دیر فاسـد می شود و سابقا خوردن آن بسـیار معمول بوده و هنوز هم معمول است .

شیر کوبیده ی آن و گیاههای دیگر را جهت رفع سوزش معده مفید می دانستند و معتقد بودند ترشی معده را کم می کند و سودا را از بین می برد . آب برگ کنجـد برای تقویت مو و بلنـد شـدن آن تاثیر نیکوی دارد و برای این کار بایستی آب آن را با کوبیـدن یا فشار گرفت و به سر مالید .

مخلوط کردن برگ کنجـد بـا حنا جهت مشـکی کردن مو نیز نتایـج نیکو دارد و نیز جوشانـده برگ آن برای دراز شـدن و مشـکی شدن مو نافع است .

روغن کنجـد برای جلای مو بسـیار مفید و بهترین روغنهاست . دهاتیهایی که هنوز روغن کنجد می خورند عمر زیادتری می نمایند و تا هشـتاد سالگی تقریبا جوان هسـتند . برای اولین بار چند دانشـمند فرانسوی در ترکیه به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده و مصـرف آنرا در اروپا معمول کردنـد و امروز غذاهای اختصاصـی از آن می سازند و می فروشـند و اکنون ترکیبی از آن به نام تامینا معروف می باشـد ودر فرانسـه معمـول اسـت . تامینـا لغـتی اسـت ترکی به معنی کنجـد و ترکیـبی از آن است . در سـال ۱۹۲۴ یک دانشـمند آمریکایی که درهند به خواص معجزه آسای این گیاه پی برده بود یک سلسـله امتحانات علمی را درباره آن شروع نمود و به این موضوع پی برد که این گیاه دارای مواد سفیده ای و چربی است و از همه مهمتر اینکه مواد سفیده ای این گیاه به طور خام نیز قابل هضم است و دارای پانزده نوع مواد سـفیده ای است و برای کسانی که نمی خواهنـد گوشت بخورنـد خوردن آن تقریبا واجب است و می توان آن را گوشت گیاهی نامید . لسیتین این گیاه حتی از باقلای هندی بیشتر است .

لسـیتین چربی فسـفر داری است که وجود آن برای نسوج و اعصـاب نهـایت لزوم را دارد ؛ و مغز و غـدد انسـان احتیاج زیادی به آن دارد . تقویت قوه حافظه بشـر احتیاج زیادی به این ماده دارد و تقریبا ۲۸ درصد مغز از لسـیتین ساخته شده است و مغز انسان بیش از سایر حیوانات ازاین ماده دارد و سـر موفقیت بشـر و پیشـرفت آن در عالم تمدن مرهون همین لسیتین است که در گوشت و زرده ی تخم مرغ و گیاههایی مانند : باقلای چینی ، ماش ، قره ماش ، خرفه ، و کنجد وجود دارد .

در امتحانات تشـریحی ثابت شده که بیماران فکری در اعصابشان مقدار لسیتین پایین آمده است و در نتیجه خوردن اکسیر لسیتین به سرعت معالجه می شونـد ، کلیمی ها کنجـد زیاد می خورنـد و زیاد زیرک می باشـند. کنجد معدن مواد معدنی قابل جذب است و دارای ؛ منیزیم، کلسیم ، آهن ، سیلیس ، آلومینیوم ، کورم ، مس ، نیکل ، سدیم و چندین فلز و شبه فلز دیگر است . اثر کنجد بیشتر در اثر داشتن ویتامینهای زیاد آنست مخصوصا ویتامینهای ب و ویتامین های ف که فراوان دارد .

برتر از همه داروها

غـذایی که بر هر دارویی ترجیـح دارد کنجـد است که تقریبا بیشتر مواد مورد ساختمان بـدن را داراست . لذا یک غذای قیمتی و پر ارزش برای انسان متمدن است . دارای خواص گوشت است ولی ضرر آن را ندارد .

قوت ، جوانی ، تعـادل زنـدگانی و صـحت را به انسان می بخشـد . طعم گوارای آن مورد توجه شـکم پرسـتان می باشـد و به خوبی آسانی برای انسان در هر سـنی که باشد قابل هضم است . کنجد برای زن ، مرد ، بزرگ و کوچک برای ادامه ی حیات و طول عمر مفیـد است ، اثر آن در تعویض سـلولهای کهنه ی بـدن بسـیار سـریع است و در تسـهیل تفکر عمـل آن قابل تحسـین است و در رفع آلامیماننـد : سـرطان ، سل ، کم خونی بی نظیر می باشد . در زندگانی جدید که فکر بشـر بیش از سایر اعضای بدن او به کار می رود کنجـد از نان واجبتر است . خلاصه کنجـد غـذای کسانی است که می خواهند عمر زیاد توام با سـلامتی داشـته باشـند . بهترین وسیله راحتی و بیمه کننده جوانی شما کنجد است .

شاهی

لکه های سفید پوست را برطرف می کند.

شـاهی گیاهی یک ساله به ارتفاع ۲۰تا ۳۰ سـانتی متر است که در نواحی مختلف ایران پرورش می یابـد. این گیاه دارای نشاسـته و روغن فرار است. این گیاه با فرا رسیدن بهار در دسترس ما قرار می گیرد و به عنوان غذا و دارو مصرف می شود.

فواید:

دانشمندان علم گیاه شناسی برای شاهی خواص و آثار متعددی بیان کرده اند که در زیر به بیان آنها می پردازیم:

شاهی سرشار از املاح معدنی و مانع از رشد سلولهای سرطانی است.

شاهی علاوه بر ویتامین (ث) دارای مقدار زیادی ویتامینهای A ـ B ـ B۲ است.

مصرف چکیده ترتیزک علاوه بر معالجه امراض دستگاه تنفسی، کرم کُش نیز هست.

املاح معدنی شاهی عبارتند از: آهن، کلسیم، فسفر، آرسنیک، منگنز، مس، روی و گوگرد.

شاهی برای اشخاص کم خون و مبتلایان به آسم فوق العاده مفید است. شاهی اشتها آور، نیرو بخش، تصفیه کننده خون و ادرار آور است و سنگینی معده و کبد را برطرف می کند.

مصرف شاهی به کسانی که شن و سنگ کلیه و مثانه دارند و یا درد گوش گرفته اند، توصیه شده است.

جویدن برگهای شاهی تازه لثه ها را محکم می کند و آنها را سالم نگه می دارد.

شاهی به علت داشتن ویتامین (ث) در معالجه بیماری قند و امراض پوستی فوق العاده مفید است.

شاهی دارای ید، آهن و فسفات است.

نوع دیگر شاهی، بولاغ اولی به معنای (بوته رودخانه) است، که دارای ید، فسفر وآهن است و جنبه غذایی و دارویی دارد که به طور خام و به صورت سالاد و پخته مصرف می شود. خنک کننده، ضد اسکوربوت بوده و ترشحات ریه را تغییر شکل می دهد و دارای گلوکزید است.

شاهی کک و مک را که معمولاً ـ در صورت انسان به صورت لکه های قهوه ای ریزی پدیدار می شود، برطرف می کند. بدین منظور باید برگ شاهی را کوبیده و بر روی لکه ها بگذارند و یا تخم شاهی را کوبیده و در مقداری آب خیس نموده، شبانه روز یک مرتبه بر روی لکه ها بگذارند و آن قدر ادامه دهند تا لکه ها برطرف شود.

شاهی لکه های سفید پوست را برطرف می کند. به این منظور باید تخم شاهی را کوبیده با کمی عسل مخلوط نمایید و بر روی لکه ها قرار دهید و این عمل را روزی یک مرتبه تکرار کنید تا بهبودی کامل حاصل شود.

شاهی برای رفع بدبویی زیر بغل مفید است. برای این منظور باید صبح ناشتا مقداری شاهی و یا تخم شاهی تناول کرد و چند روز متوالی تکرار نمود.

شاهی انار ترش را به انار شیرین مبدل می کند. برای این منظور باید آب شاهی را گرفته، به دفعات مکرر مانند آب در پای درخت انارترش بریزید که مورد استفاده ریشه قرار گیرد. در این صورت میوه آن به انار شیرین تبدیل می شود.

شاهی که موجب تندرستی بدن است سرشار از ویتامین های آ ـ ب ـ ث (A ـ B ـ C) است.

شاهی از سبزیهای خنک است که مواد معدنی را به بدن می رساند.

یک فنجان کوچک آب شاهی را صبح ناشتا میل کنید زیرا آب شاهی کرم را از بین می برد و سموم بدن را دفع می کند.

برای التیام زخمهای چرکی، از مرهمی که از شاهی کوبیده و چند قطره روغن زیتون یا بادام به دست می آید، استفاده می شود.

برای رفع لکه های پوست سه قسمت آب شاهی را با یک قسمت عسل مخلوط کنید و آن را خوب به هم بزنید تا به صورت مایعی کامل درآید. سپس به کمک یک تکه پنبه هیدروفیله، صورت را با این محلول صبح و شب بشویید و بگذارید خودش خشک شود و بعد آن را با آب و صابون تمیز بشویید.

شاهی چون ضد نیکوتین است برای اشخاصی که سیگار می کشند مفید است.

ترکیبات شیمیایی شاهی:

دانشمندان از تجزیه شیمیایی ۱۰۰ گرم شاهی به جز آب، مواد زیر را به دست آورده اند:

۱)پروتئین : ۳ گرم

۲)مواد قندی : ۱ گرم

۳)آهن : ۶/۱ گرم

۴)فسفر : ۵۲ میلی گرم

۵)کلسیم : ۲۲۰ میلی گرم

۶)ویتامین ۴۵ : B واحد بین المللی

۷)ویتامین ۴۵ : C واحد بین المللی

۸)ماده مهمی به نام تروپئولوزید

۹)ویتامین ۱۵۰۰ : A واحد بین المللی

قارچ

قارچ و پروتئین

قارچ های خوراکی و مخصوصاً قارچ تازه حاوی مقادیر فراوان پروتئین مورد نیاز بـدن است که از این نظر میزان پروتئین آن حـدود ۲ برابر پروتئین اغلب سبزیجـات و سـایر حبوبـات می باشـد. پروتئین قـارچ از لحاظ اسـیدهای آمینه که همانا جزء اصـلی پروتئین را تشـکیل می دهـد جزو غنی ترین پروتئین هـا محسوب می شونـد و از لحـاظ ارزش غـذایی در حـد فاصـل پروتئین گوشت و پرتئین گیـاهی قرار دارد. از طرفی پروتئین قارچ به دلیل داشـتن مقادیر فراوان آب و رطوبت نسبت به سبزیجات و حبوبات بسیار مطبوع و قابـل هضم است. به طـوری که ۹۰ ـ ۷۰ درصـد قـابلیت هضم پـذیری دارد. به طور کلی ارزش بالاـی پروتئین قارچ و قابلیت هضـم پـذیری بالای آن باعث شده که مصـرف آن برای سالمندان و سالخوردگان بسـیار توصـیه گردد.قارچ و دریافت کالری ـ همان طور که می دانیـد کربوهیـدراتها یکی از مهم ترین منابع انرژی برای بـدن هسـتند. قارچ های خوراکی به علت داشـتن ۲/۴ در صد کربو هیـدرات قادرند به طور میانگین ۱۰۰ کیلو ژول در ۱۰۰ گرم قارچ، انرژی تولیـد کننـد که این میزان انرژی در نوع خود بسیار قابل توجه است.

قارچ و چربی ـ یکی از مهمترین ویژگی های قارچ که باعث شده متخصصـین تغذیه آن را بسیار توصیه کنند در صد کم چربی آن است. قارچ های خوراکی دارای درصد بسیار کمی از چربی هستند که این مقدار در حدود ۱٪ تا ۳٪ وزن تر آن می باشد.

لـذا کسانی که از رژیم غذایی لاغری در برنامه غذایی شان اسـتفاده می کنند می توانند از قارچ بهره ببرند و به هیچ وجه نگران بالا رفتن چربی خونشان نباشند.

قارچ ها و ویتامینهای مورد نیاز بـدن ـ مصـرف روزانه ۱۰۰ گرم قارچ خوراکی نیاز بـدن به ویتامین C را برطرف می کنـد. علاوه بر این قارچ منبع بسیار خوب ویتامین B_1 و B_2 است. کمبود ویتامین B_1 می تواند زمینه ساز بسیاری بری بری باشد . همچنین ویتامین B_{12} از ویتامین های ضـروری برای خونسازی به شـمار می رود. کمبود ویتامین B_{12} بـاعث بروز آنمی و یـا کم خونی می شود. به طور کلی مصرف ۱۰۰ گرم قارچ خوراکی تازه نیاز روزانه افراد بالغ به ویتامینهای محلول در آب را برطرف می کند.

قارچ و عناصر معدنی ـ عناصر معدنی موجود در قارچ در مقایسه با سبزیجات و میوه جات هم از کیفیت بهتری برخوردار هست، هم از نظر کمیت در سـطح بسـیار خوبی قرار دارد. قارچ خوراکی دارای میزان چشم گیری پتاسـیم، آهن و مس است و قادر است فسفر مورد نیاز بدن را به طور کامل تأمین کند. کلاهک قارچ سرشار از فسفر است.

سـایر ترکیبـات قـارچ هـای خوراکی ـ اسـید فولیک: یکی از مهمترین ترکیبات موجود در قارچ که بسـیار مورد توجه قرار می گیرد اسـید فولیـک موجود در آن است. در حـال حاضـر یکی از مهم ترین علت های کم خونی در افراد به خصوص در خانم های باردار کمبود اسید فولیک است.

قارچ های خوراکی به سبب داشتن مقادیر فراوان اسید فولیک از جمله بهترین منابع غذایی برای این دسته از افراد محسوب می شود

لوواستاتین: از جمله ترکیبات مهم موجود در قارچ همین لوواستاتین است. قارچ ها به طور طبیعی تولید لوواستاتین می کنند و این ترکیب بسیار در کاهش چربی و کلسترول خون می تواند مؤثر واقع شود.

بیوفریولید: در قارچ ترکیبی به نام بیوفریولید وجود دارد که از تشکیل مخزن چربی خطرناک در شریانها جلوگیری می کند. این ماده از تشکیل کلسترول های بد خون (LDL)و اسید های چرب در سلولها و خون جلوگیری می کند.

در زمستان قارچ بخورید:

قارچ استخوانها را تقویت می کند، خستگی را برطرف می کند، کمبود ویتامین D را بر طرف می کند. پرتو خورشید در بدن ویتامین D تولید می کند اما در زمستان بدن این وضعیت را ندارد که از پرتو خورشید به خوبی استفاده کند و ویتامین D تولید کند. پس در زمستان خوردن مواد غذایی توصیه می شود که دارای این ویتامین باشد. ویتامین D سبب جذب کلسیم در روده می شود تا بالافاصله در استخوانها به مصرف برسد. برای اینکه همه مواد مغذی به بهترین شکل جذب شوند نیاز به ویتامین های گروه (ب) است. قارچ بخشی از این ویتامین ها را تدمین می کند و هر سلول در بدن ما به ویتامین (B۲)قارچ نیاز دارد تا بتواند انرژی کسب کند تا ما زود خسته و کم حوصله نشویم.

قارچ را باید پخته خورد، زیرا قارچ آلوده به موادی است که فقط با پختن از بین می رود اما قارچ هایی که در واحدهای صنعتی تولید می شوند می توان بدون هیچ مشکلی پس از تمیز کردن مصرف کرد.

توجه: اکیداً توصیه می کنیم که از خرید قارچهای فله ای به شدت و به جدّ بپرهیزید. صرف نظر از این که احتمال مسومیت از طریق این نوع قارچها بسیار بالاست کیفیت پایین این قارچها و آلودگی بسیار آنها از جمله مهمترین معضل های این نوع قارچ هاست.

حتماً قارچ مورد نیاز خود را از مراکز معتبر و به صورت بسته بندی های بهداشتی تهیه فرمایید. هر گونه تغییر رنگ ظاهر قارچ و هر گونه احساس مزه نامطبوع باید مورد توجه قرار گیرد و از مصرف آنها خودداری شود. قارچ هایی که تغییر رنگ داده اند و کلاهکشان سیاه و یا خاکستری شده از کیفیت خوبی برخوردار نیستند.

ـ تحقیقات پزشکی نشان می دهد که با خوردن قارچ، دستگاه دفاعی بدن تقویت می شود، طول عمر افزایش می یابد، کلسترول خون پایین می آید، گردش خون در بدن بهبود می یابد. ویروسها از بین می رود، از بروز بیماری های قلبی جلوگیری می شود. قارچ مقدار زیادی کربوهیدرات و آهن دارد پزشکان به بیماران دیابتی و افرادی که به تقویت دستگاه ایمنی بدن خود اهمیت می دهند و کسانی که برنامه خاص غذایی (رژیم) دارند خوردن قارچ را توصیه می کنند

کدو حلوایی

کدو حلوایی، میوه یک گیاه علفی است که دارای ساقه های بلند و خزنده و برگ های پهن است. گل های این گیاه زرد و میوه آن شبیه خربزه و یا خیلی بزرگتر از آن است.

قسمت های مورد استفاده کدو حلوایی عبارتند از: می وه، پوست، تخم میوه، گل کدو حلوایی را به صورت پخته، ترشی، مربا، تهیه روغن، مورد استفاده قرار می دهند.

خواص کدو حلوایی:

کدو حلوایی یرقان (زردی) را برطرف می کند.

انواع کدو، ادرار آور و تب بر است.

تخک کدو به خصوص پوست سبز رنگ آن ضد کرم است. لذا مصرف مقدار ۷۵ تا ۱۰۰ گرم تخم کدو در مورد افراد بزرگسال و

۳۷ تا ۵۰ گرم آن در مورد اطفال تجویز شده است.

کدو حلوایی، سینه را نرم و اخلاط و سرفه را آسان می کند.

اگر کـدو حلوایی را پخته به صورت کرم به صورت بمالیـد و نیم ساعت صبر کنید، رنگ چهره و رخسار باز شده و صورت را براق و زیبا می نماید. خوردن کدو، موجب برطرف شدن غم و اندوه است.

خوردن کدو با عدس رقت و نرمی قلب می آورد. کدو برای درمان قولنج مفید است.

خوردن کدو مغز را تقویت می کند. روغن تخم کدو برای تسکین درد بواسیر بسیار مفید است.

جوشانده گل کدو برای سینه بسیار مفید است.خوردن کدو باعث تجدید قوای جسمی و روحی بدن و موجب استحکام بافت های بـدن می شود. خوردن کـدو، خوابی راحت به دنبال دارد و کسانی که دچار کم خوابی هستند، کـدو برای درمان کم خوابی آنها مؤثر است.

کدو طبیعتی سرد دارد. کدو صفرا را تسکین می دهد.

شیره تخم کدو یبوست را برطرف می کند لذا باید صبح ناشتا یک فنجان از آن میل شود.

ابن سینا پزشک شهر اسلامی، کدو را برای رفع سرد درد و رفع بی خوابی و درمان خستگی اعصاب تجویز می کرد.

کمپوت کدو مخلوط با سیب، غذای ملین خوبی است و برای دفع یبوست تأثیر زیادی دارد.

چون کـدو به آسانی پخته می شود غـذایی فوق العاده مفیـد برای معـده های ضـعیف است. کدوی پخته را به بچه ها، پیرمردان و به کسانی که دچار بیماری عفونت شده اند و دوره نقاهت را می گذرانند، بدهید.

کدوی پخته با عدس، غذایی مناسب برای گرفتگی سینه است.

کمپوت کدو برای مبتلایان به سنگینی معده و اسهال مفید است؛ برای این منظور می توان ۱۰۰ گرم گوشت کدو را تکه تکه کنید و در یک لیتر آنقدر بجوشانیـد تا نصف آب بخار شود و پس از صاف کردن آب آن را بگیریـد و با مقـداری شکر آن را شیرین کرده و هر وقت مایل بودید آن را مصرف کنید. آب کدویی که به ترتیب بالا به دست می آید برای تسکین درد بواسیر مؤثر است. لذا نوشیدن سه بار در روز از آب کدو تجویز شده است.

بر اساس نتایج پژوهشـهای متعدد، کدو سـلولهای مغز را فعال می کند و به شـکل چشمگیری حافظه را تقویت می کند. پزشکان می گویندکه کدو کار هضم غذا را آسانتر می کند.

اگر پوست کـدوی خام را به صورت مرهم بر روی زخم های سـطحی پوست یا سوختگی های شدیـد قرار دهیـد، پوست را نرم می کند.

کمپوت کـدو مخلوط با سـیب از غذاهای مفید برای بیماران مبتلا به ورم پروسـتات است.آب کدوی پخته، ادرار آور خوبی است و برای رفع اختلالات کلیه و مثانه است.

ضما (مرهم) کوبیده کدو برای درد سر و درد شقیقه بسیار سودمند است.

آب کدو که شیره آن کشیده شده برای بیماران مبتلا به یرقان (زردی) مفید است.

اگر سه روز صبح ناشتا، هر دفعه ۵ مثقال تخم کدو را بکوبید و شیره آن را بگیرید برای رفع کرم کدو داروی بی نظیری است.

مربای کدو تقویت کننده بدن و اعصاب است. ترشی کدو، اشتها آور و هضم کننده غذا است.

کدو حلوایی را پخته و به صورت مرهم برای رفع ورم و التهاب در محل مورد نظر قرار می دهند.

غرغره با آب کـدوی پخته برای درمان گلو درد مفیـد است. سوخته شده پوست کدو، برای بند آوردن خون اثر معجزه آسا و بسیار سریع دارد، به طوری که فوراً خونریزی را بنـد می آورد و دو لبه زخم را به هم می چسباند و سوزش و نـاراحتی زخم را خیلی زود

تسکین می دهد.

سوخته پوست کدو حلوایی برای درمان سوختگی ها مفید است بدین منظور باید پوست سوخته شده کدو را در روغن زیتون یا خوراکی مخلوط کرده و در محل سوختگی بمالید.

سوخته پوست کدو، پیسی و لکه های سفید پوست را درمان می کند، بدین منظور باید پوست کدو حلوایی را خشک کرده و بسوزانید سپس این پوست سوخته را در سرکه مخلوط کرده هر روز لااقل یک مرتبه در محل بمالید تا بهبودی حاصل شود.

پوست سوخته شده کدو حلوایی به ترتیبی که گفته شد برای درمان خونریزی احشاء و بواسیر مفید است.

خوردن روغن کدو برای معالجه افسردگی، غم و غصه، خمودگی اعصاب، مالیخولیا و تشنج بسیار مفید است.

خوردن مغز خام تخم کدو به مقدار ۳۵ گرم در روز برای درمان سوزش ادرار، زخم معده، خش خش سینه، اخلاط خونی، خونریزی ریه و تسکین صرفه مفید است.

روغن تخم کدو برای بی خوابی بسیار مفید است و مقدار استعمال این روغن در هر مرتبه حداکثر ۳۵ گرم است.

مغز تخم کدو برای درمان سل، تب های حاره، تشنگی و زخم روده مفید است.

انواع کدو دارای ویتامین های زیادی است و برای امراض قلبی بسیار مفید است.

مرهم کدو حلوایی برای درمان دمل مفید است. ضمادها و مرهم هایی که با برگ های تازه یا گوشت تازه درست می کنند سوختگی سوداهای متورم، کوفتگی و خراش های جزئی روی پوست را تشکیل می دهد.

کدو تنبل سرشار از ویتامین (آ) است و اگر شیره کدو را بکوبند و در شیر یا آب بپزند، خنک است و برای رفع عطش ناشی از تب مصرف می شود.

ـ بر اساس نتایج پژوهشی جدید، کدو حلوایی علاوه بر خواص متعدد از پیری پوست جلوگیری می کند. کدو حلوایی سرشار از آنتی اکسیدان است.

خوردن ۱۵۰ گرم از آن در روز نیاز بدن به الیاف را تأمین می کند. کدو حلوایی به سبب داشتن کلسیم، فسفر، منیزیم و آهن بسیار مغذی است

کاسنی

قلب، کبد و کلیه را فعال می کند.

کاسنی گیاهی پایا، علفی به ارتفاع ۵/۰ تا۵/۱ متر است. ریشه ای قوی و دراز به رنگ قهوه ای دارد. برگهای آن متناوب و پوشیده از تارهای فراوان در اطراف و گلبرگهای میانی است.

قسمت مورد استفاده کاسنی، برگ، ریشه و دانه آن است.

فواید:

این گیاه در پزشکی اهمیت بسیاری داشته است. به طوری که ابن سینا پزشک بزرگ مسلمان در مورد گیاه کاسنی و خواص آن رساله ای نوشته است.

دانشمندان علم گیاه شناسی برای این گیاه خواص و آثار زیر را برشمرده اند:

ـ کاسنی باز کننده و حمل کننده ماده بیماری کبد است.

ـ کاسنی مسکن عطش و حرارت درونی است. کاسنی در درمان التهابات معده و پاک کردن مجاری ادراری، مؤثر است.

ـ اگر آب پخته کاسنی را با سکنجبین میل کنید بهترین داروی تب های طولانی و مداوم است.

- مالیدن آب کاسنی به محل های خارش بدن بسیار مفید است.

ت غرغره آب کاسنی با فلوس برای درد گلو، ورم و سوزش گلو مفید است. فرمول مذکور برای درمان ورم حلق (لارنژیت) و تورم مفصلی نافع است.

- مصرف تخم کاسنی، کمی با حالت تهوع همراه است که باید در آن سکنجبین اضافه کنید.

- ریشه کاسنی در باز کردن و روان شدن اخلاط بسیار مؤثر است.

- ریشه کاسنی، مجاری گوارشی را پاک می کند و بهترین تصفیه کننده خون است. ریشه کاسنی در از بین بردن ورم احشا خیلی مؤثر است.

- ریشه کاسنی بهترین دارو برای آب آوردن شکم است و در نفخ و تحلیل مواد بسیار نافع است. ریشه کاسنی برای تقویت معده، زیاد کردن ادرار و رفع درد مفاصل و ضد یرقان مفید است.

- عرق کاسنی که از گیاه تازه کاسنی گرفته شده باشد برای خنکی به کار می رود.

- برگ های کاسنی دارای املاح پتاس است و جوشانده آن برای تصفیه خون، تقویت معده و اعضا به کار می رود.

کاسنی انواع مختلف دارد که ریشه و برگ های آن در پزشکی، در بهبود تب ها، یرقان (زردی) و انسداد مجاری صفراوی مفید است.

- تمام قسمت های کاسنی مخصوصاً ریشه و برگ آن، محرک صفرا است و به عمل هضم کمک می کند و اثر آن در نارسایی های کبدی، قولنج های کبدی و ناراحتی های صفراوی بارز است.

کاسنی در ازدیاد نطفه و زیبایی چهره کودک تازه متولد مفید است.

کاسنی انسان را از ابتلا به قولنج نگه می دارد.

- کاسنی، توان و نیروهای بدنی را تجدید می کند. کاسنی در ضعف اعصاب، ضعف چشم و فشار خون مفید است.

کاسنی، قلب، کلیه، کبد را فعال و با نشاط می گرداند. کاسنی رحم را به وظیفه طبیعی خود وا می دارد.

- برگ کاسنی، دارای مقداری ویتامین(ث) است و لذا در حفظ جوانی مؤثر است. برگ کاسنی، زهر طحال را از بین می برد و کیسه صفرا، یرقان و دردهای معده و کبدی را معالجه می کند.

پرسیاوشان

گیاهی است نازک که درنزدیکی آبدانها و جویبارو رودخانه و کاریزها می روید.به گشنیز سبز شبیه است ،لیکن شاخه هایش سرخ و مایل به سیاهی است ، نه ساقه دارد و نه گل و نه شکوفه .

نیروی درمانی اش را زود از دست می دهد .

مزاج :جالینوس گوید :مزاج معتدل دارد .

خاصیت :گدازنده ، لطیف کننده ،باز کننده ،قابض و بازدارنده سیلان است .اگرپرسیاوشان را با علف الدیوک (علف خروس)و علف السمانی (علف بلدرچین)مخلوط کنند نیروی از هم پاشیدن (هرش)در آن زیاد می گردد .

آرایش :خاکستر پرسیاوشان که با سرکه و روغن زیاد مخلوط گردد در علاج داء الثعلب و داء الحیه مفید است .و اگر با روغن آس و آب انگور کهنه باشد مو را بلند می کند و از افتادن مو جلوگیری می کند .

دمل و جوش :علاج قرحه های درونی و خنازیر است .

زخم و قرحه :ناصور و زخم های پلید و مرطوب را مداوا می نماید .

سر :خاکستر آن مخلوط با آب شوره را از بین می برد .

چشم :در مداوای التهاب و جوش های گوشه چشم (غرب)مفید است .زهرها :شربتش نیش مار و سموم سگ هار و حشرات موذی را علاج است.

اندام های تنفسی :در تنقیه شش و تسکین سرفه بسیار مفید است .

اندام های غذا :اگر با آب انگور کهنه باشد مانع روان شدن مواد ناسازگار به سوی شکم و معده می شود .درد طحال را تسکین می دهد و برای یرقان سودمند است .

اندام های دفعی :مدربول است .سنگ را خرد و حیض را جاری می کند ،زائو را تنقیه می کند .نزیف را قطع می کند و در اکثر حالات شکم را بند می آورد و به عقیده ابن ماسویه مسهل است .

پنج انگشت

گیاهی است پایا و تقریباً به درختچه می ماند و در کنار آب ها می روید .

شاخه های سخت دارد . برگش چون برگ زیتون و از برگ زیتون نرم تر است .

چوب آن به منظور دارویی مورد استفاده است و از گل و برگ و میوه اش باید استفاده کرد . لطافت و تندمزگی و گسی دارد ولی از سداب خشک کم تأثیرتر است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :لطیف کننده ، گدازنده ، بادشکن است .ابداً باد ندارد .باز کننده است ، با کمی قابضیت .

آرایش:رنگ و رو را صفا می دهد .

مفاصل :ضماد آن با برگش علاج پیچش عصب است و خستگی را رفع می کند .

سر:شربت آن سردرد می آورد ، خواب آور است . ضمادش در علاج سردرد مفید است . در روغن بپزند و بخورند کمتر سردرد می آورد .

سینه :شیرپستان را فزونی و آب پشت را کاهش می دهد .

اندام های غذا :راه بندان های کبد و طحال را باز می کند . بهترین علاج سختی طحال است .

اندام های دفعی :برای مداوای درد و ورم زهدان در آب پز آن می نشینند . آب پشت را می خشکاند . پنج انگشت و به ویژه تخم آن در ادرار بول و ترکهای اطراف مقعد سودمند است .

پنج انگشت به ویژه تخم آن را با روغن ضماد کنند و بر بیضه بگذارند سختی را از بین می برد .

زهرها :خوردن مقداری از آن پادزهر حشرات موذی و مار است . ضمادش زهر دندان سگ هار و درنده ها را خنثی می کند . برگش را دود کنند بکلی حشرات را می راند

پنبه

خاصیت :پنبه دانه بادشکن و خشکاننده و دیر هضم و بد خلط است و گرمی زیاد می دهد .

در روغن جوشیده اش کم زیان تر است و سکنجبین شکری زیانش را دفع می کند .

ورم و جوش :بیخ پنبه بیابانی را در آب بپزند و ضماد سازند علاج ورم گرم و باد سرخ است .

سر:افشره و روغن پنبه درد گوش را درمان می کند .افشره برگش سرشویه شود (سوزنی)را علاج است . پنبه دانه که بسیار گرم و بخاری است مایه سردرد می شود .

اندام های غذا :پنبه دانه که دیر هضم است برای معده خوب نیست .

اندام های راننده :بسیار بخورند آب پشت قطع می شود

پونه

چندین نوع دارد : کنار آبی ، کوهی ، غلیجن ، شاك . کوهی آن از جویباری قوی تر است .

خاصیت:از تندی و تلخی که دارد بسیار نرم کننده است و به ویژه کوهی آن .

خون را بسوی پوست می کشد . قرحه آور است . پونه را تنها خورند عرق ریز است و بسیار گرمی بخش .

آرایش : پونه و به ویژه پونه سبز را با آب انگور کهنه بپزنـد و برپوست بگذارند لکه های سیاه و خونی که در زیر پلك ها پیدا می شود ازبین می روند .

مفاصل :آب پزش را بخورند کوفتگی ماهیچه ها و پیرامون های ماهیچه ها را بر طرف می کند .

ضماد پونه که پوست را می سوزاند داروی بیماری اعصاب است .

پونه را بخورند و به دنبالش آب پنیر بنوشند و چندین روز پی در پی تکرار کنند در علاج واریس مفید است .

پونه ای که غلجین نام دارد خوردنش داروی ترنجیدگی و مالیدنش بر پوست علاج نقرس است .

زخم و قرحه : چون پونه هم تحلیل برنده هم تکه کننده و نرمی بخش است خوردنش در علاج جذام مفید است .

سر : افشـره اش کرم گـوش را از بین می برد . سـر درد می آورد . پـونه کوهی داروی زخم دهـان است . و ریختنی هـا را از سوراخ بینی بیرون می سازد . سوخته غلجین لثه را استوار می سازد .

نفس کش :آب پز پونه علاج بلند نفسی (انتصاب النفس)است .

پونه را تنهـا و به ویژه اگر بـا انجیر بخورنـد سـینه را از خلـط هـای غلیـظ و لزج پاك می نمایـد . درمان درد دنـده است و کوهی از جویباری مؤثرتر و غلیجن همه این کارها را می کند .

سرکه را بر پونه بپاشـند یا پونه ای که تازه در سـرکه ریخته انـد به بینی غش کرده نزدیک کننـد از بوی آن به هوش می آیـد . پونه شاك در علاج تپش قلب مفید است .

اندام های غذا :هرپونه ای و به ویژه پونه کوهی بی اشـتهایی و ضـعف معده را از بین می برد .سکسـکه را تسکین می دهد . پونه که زداینـده و باز کننـده و نرم کننده مواد صـفرایی و سودایی است ، خودش و آب پزش در علاج یرقان مفید است .اگر بیماری یرقانی خود را با آب پز پونه کوهی شستشو بدهد عرق می کند و سود می بیند . اگر پونه را با انجیر بخورند داروی استسقاست .

پونه کوهی اشتهای خوراك را زیاد می کند .در آب جوشیده اش علاج استسقا است . پونه غلیجن دل بهم خوردن را چاره می کند . پونه غلیجن را با مرهم موم و روغن گل بر طحال بگذارند طحال را لاغر می کند . پونه شاك هم همین کار را می کند و در علاج تپش معده (التهاب)و افسردگی و دل بهم خوردن بسیار سودمند است .

اندام های راننده : آب پز پونه بول را ریزش می دهد .

در پیچش و درد روده و قی و اسـهال شدید مفید است . حیض را راه می اندازد ، شاید بلغم را اسـتفراغ دهد . بعضـی گـویند پونه به ویژه پونه کوهی شهوت را قطع می کند و خواب های جنسی را از بین می برد .پونه بیابانی مسهل ملایم است . به نفع زهدان است ، کرم و به ویژه کرم هـای ریز را می کشـد . از پـونه بیابـانی و کـوهی که شایـد از بیابـانی نوع ویژه ای باشـد مقـداری بـا گلاب قند

بخورند مراره سودا را بیرون می ریزد و اگر چنین شربتی را با سرکه و کمی سیکی بیامیزند قوی تر شود .

در این زمینه بهتر است که پونه را خرد کننـد و بساینـد و سائیـده را بر سـرکه مخلوط بـا آب و نمک بپاشـند و بخورنـد .پونه غلیجن خلط سودایی را از راه ادرار بیرون می ریزد . پونه بیابانی در همه این کنش ها کاری است .

تب ها : بیمار تب و لرز اگر آب پز پونه بخورد ، یا پونه را در روغن بپزد و آن روغن را را بر تن بمالد بسیار نفع می بیند .

زهرها : خوردن و ضـماد گذاشـتن پونه پادزهر حشـرات است . ضـمادش تقریباً کار داغ گـذاری را انجام می دهـد . کسـی که سـم خورده اگر پونه را با آب انگور کهنه بخورد سم را از کار می انـدازد . دود کردن برگش حشـرات را می گریزاند .گستردن برگش نیز دشـمن حشـرات مـوذی است . پـونه بیابـانی داروی نیش کژدم است . در آب جوشـیده پـونه کـوهی را بخورنـد پـادزهر دنـدان درندگان است .

پنج برگ

خاصیت:می خشکاند اما نه تند است و نه تیز و نه گزنده .بر جای خونریزی بگذارند خون بند می آید .

ورم و جوش :بر ورم داخلی و خنازیر و سفتی های بلغمی و کژدم بگذارند مفید است .

آب پز بیخش داروی قرحه واگیر است . با سرکه بپزند علاج مورچگی و جمره و کژدمه و گری است .

مفاصل :بخورند یا ضماد کنند درد مفاصل و لغزش مفاصل و بیماری اعصاب را درمان می کند .

سر :آب پز بیخش را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد ، زخم دهان خوب می شود .

نفس و سینه :آب پزش را در گلو بگردانند زبری گلو از بین می رود .

افشره بیخش درد شش را دوا می کند .

اندام های غذا : اگر چند روزی افشره بیخش را با نمك و عسل بخورند علاج یرقان و درد کبد است .

اندام های راننده : بیخ و آب پز بیخش در اسهال و زخم روده و بواسیر مفید است .

تب ها : برگش را با ادر و مالی بخورند تب سه اندر میان و تب نوبه را از بین می برد .

زهرها :افشره بیخش سم قاتل است .

پونه کوهی ، مرزه کوهی ، مرزه

هم قوت آویشن و شربتش تماماً مانند شربت آویشن است .

مزاج : گرم و خشك است .

خاصیت : پوست کن و تحلیل بر و لطافت بخش است .

مفاصل : داروی درد سرین است .

سر : قوتی سوزنده دارد اگر آن را بجوند لثه سست را استحکام می بخشد ، درد دندان را تسکین می دهد .

سینه : روغنش برای سینه و شش مفید است .

برای معده و کبد خوب است . حیض و بول را ریزش می دهد ، کرم ها و کرم کدو را بیرون می راند

ترنج

ترنـج را همه می شناسـند .روغنی که از پوست ترنج بدست می آید قوی و روغنی که از شـکوفه اش به دست می آید قوت کمتری دارد .

مزاج : گرم و خشک .

خواص درمانی :گوشتش بادزا ، برگش بادشکن و شکوفه آن لطافت بخش تر از برگ است .

ترشی آن قابض و صفراشکن و تخم و پوستش تحلیل برنده است . اگر پوست ترنج را بر لباس بپاشند مانع بیدزدگی می شود . بوی ترنج هوای فاسد و وبایی را از بین می برد .

آرایش:ترش آن رنگ را جلا می دهد و لکه های صورت را از بین می برد.

سوخته پوست ترنج که بر ابلقی بمالند سودمند است .پخته پوستش دهان را خوشبو می کند و فربهی می بخشد . پوست ترنج را در دهان نگهدارند دهان را خوشبو می نماید .

دمل و جوش :آب ترش مزه ترنج را بر اگزما بمالند مفید است .

مفاصل :روغن پوست ترنج در مداوای سستی اعصاب و فلج سودمند و ترشی آن برای عصب بد است .

اندام های سر :درعلاج دهن کجی مفید و پخته آن در خوشبو کردن دهان بسیار مؤثر است .

چشم :افشره بالنگ را در چشم بکشند یرقان چشم را از بین می برد .

نفس کش و سینه :افشره اش خفقان گرم را تسکین می دهد . مربای بالنگ برای گلو و شش بسیار خوب است ، اما ترشاب افشره آن برای سینه خوب نیست . اگر کسی زالو را بلعیده باشد مغز بالنگ را با سرکه بجوشانند و به او بدهند زالو را می کشد و بیرون می آورد .

اندام های غذا : گوشت بالنگ برای معده خوب نیست . بادزا و دیر هضم است و باید مربای آن را خورد و اگر مربای بالنگ با عسل باشد سالم تر و هضم پذیرتر است ، ولی نباید زیاد از حد خورد .

برگ بالنگ و شکوفه آن معده و درون را تقویت می کند . اگر پوست بالنگ جرا چون ادویه در خوراک بریزند و به هضم غذا کمک می نماید . پوست بالنگ خود بخود از آنجا که سخت است هضم نمی شود . پخته پوست بالنگ قی را تسکین می دهد . رب بالنگ که رب افشره آن است معده را دباغی می کند .

ترشاب آن در علاج یرقان مفید و قی صفرایی را فرو می نشاند ، و اشتهاآور است .

باید ترنج را تنها خورد و با خوراک قبلی و بعدی مخلوط نشود .

اندام های دفعی : گوشتش قولنج می آورد . ترشی آن بند آورنده شکم و در مداوای اسهال صفرایی مفید است . تخم ترنج مسهل است و در علاج بواسیر سودمند می باشد .

زهرها :پادزهر کلیه سموم است و به ویژه خوردن و اندودن آن در مورد سم عقرب بسیار مفید و پوستش هم در این زمینه بسیار مفید است .

ضماد پوست بالنگ و خوردن افشره بالنگ درمداوای مارگزیدگی سودمند

است .

ترخون

مشهور است .گویند عاقرقرحا بیخ ترخون کوهی است .

مزاج :هرچند دارای نیروی مخدر است ولی چنان می نماید که گرم و خشک باشد .

خاصیت :رطوبت ها را بر می چیند ، خشک می کند و نوعی سردی دارد که سودمند است .

سر :جویدن ترخون و در دهان نگه داشتن آن در زخم و جوش درون دهان مفید است .

اندام های تنفسی : سبب درد گلو می شود .

اندام های غذا : دیر هضم است

تنبول

برگ درختی است که در هندوستان می روید و در جایی است که آن را (نغر) گویند .برگش به برگ لیمو شباهت دارد .

مزاج :سرد و خشک

آرایش :بوی دهان را می زداید و خوش می کند .

سر :لثه و گوشت میان دندان را محکم می کند و از این روست که هندی ها مرتب در دهان دارند .

اندام های غذا :دهانه معده را تقویت می کند ،کمک هضم و بادشکن است .

خاصیت :بسیار سردی بخش و گیرنده است .

ورم :در علاج ورم گرم و متراکم خوب است .

چشم :ضمادش درد پلک و التهاب چشم را شفا می دهد

تنوب

درختی است مشهور .فوفی یکی از انواع آن است . قضم قریش ثمر درخت تنوب است .زفت بیابانی را از تنوب می گیرند .

خاصیت :ثمرش گیرنده است و گرمی لطیف دارد .

ورم و جوش :برگ درخت تنوب را بر ورم گرم بگذارند مفید است .

قرحه :اگر برگ و تخم آن را با پیه غاز و با مردار سنگ و کوبیده کندر مخلوط کنند قرحه های رویه تن را درمان می کند .اگر با موم و روغن آس مخلوط باشد علاج زخم تن نرمان و در علاج همهزخم قرحه های گرم و تر مفید است .پوست تنوب را بکوبند و بسایند و بر زخم بپاشند مفید است .

برگش را بر زخم بگذارند مانع فاسد شدن است .

سر:تنوب را با سرکه بپزند و در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد. رخت را تکه تکه کنند و در سرکه بپزند داروی درد دندان است .

چشم :دودش به سود چشم است .

سینه :تخمش علاج خون بر آوردن است .انگمش علاج سرفه مزمن است. اندام های غذا :با عسل خورده شود برای درد کبد مفید است .

اندام های راننده : خوردنش شکم را بند می آورد و بول را می گیرد

توت

دو جنس است :۱ ـ شیرین و سفید ۲ ـ تلخ و ترش (شامی)

مزاج :توت شیرین گرم و تر و توت ترش شامی (شاتوت)سرد و مرطوب است .

خاصیت :گیرنده و سردی بخش است .

آرایش :اگر برگ توت را با برگ تاک و برگ انجیر سیاه در آب باران بپزند مو را سیاه می کند .

ورم و جوش :شاه توت ورم دهان و گلو را شفا می دهد .

برگش داروی خناق و ذبحه سینه است .

زخم و قرحه :شاه توت خشکیده و افشره اش درعلاجزخم پلید مفید است .سر :رب شاه توت داروی جوش های دهان است .

آب پز شاه توت دندان را سست می کند .افشره برگ شاه توت را در دهان بگردانند درد دندان از بین می رود .

اندام های غذا :توت برای معده خوب نیست و در این زمینه توت شیرین و سفید از شاه توت بدتر است .

اندام های راننده :توت گس و خشکیده و نمک سود بسیار قبوضیت می دهد و در علاج دیزانتری مفید است .مغز توت مسهل است .

الیاف توت معده را می پالاید و اسهال آور است .

زهرها :پوست درخت توت پادزهر شوکران است

کافور

کافور چند گونه است .قنصوری ، ریاحی ، آزاد ، اسفرک کبود .

کافور به چوب چسبیده و از چوب برآمده است .

کسانی می گویند کافور بسیار بزرگ است ، بسیاری از جانوران را در سایه خود پناه می دهد و ببرها سایه اش را دوست دارند و در مدت سال مگر در وقتی معین کسی نمی تواند به درخت کافور برسد .

چنان که می گویند کافور در دامنه کوههای کنار دریا می روید .

مزاج :سرد و خشک

آرایش :به کار بردنش پیری زودرس به دنبال دارد .مو را سفید می گرداند .

ورم و جوش :ورم گرم را فرو می نشاند .

سر :کافور مخلوط با سرکه یا افشره خرمای نارسیده ، یا آب آس ، یا آب ریحان ، درد سر ناشی از تب گرم را از بین می برد .

بی خوابی آورد ، تقویت حاسه گرمی داران است .

بهترین داروی زخم های دهان است .

اندام های دفعی :شهوت جنسی را از بین می برد .

سنگ کلیه و مثانه به وجود می آورد .بی اشتهایی ناشی از صفرا را بند می آورد

کاجیره

کاشتنی و بیابانی دارد .بیخ آن ارزش دارویی ندارد .اما سائیده برگ و برش مفید است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :روغنش تقریباً حکم روغن گزنه دارد و از آن ناتوان تر است .

اندام های غذا :برای معده خوب نیست ، شیر را در معده پنیر می کند .

سینه :سینه را می پالاید و صدا را صاف می کند .

اندام های راننده :با انجیر یا عسل بخورند بلغم سوخته را بیرون می آورد . علاج قولنج است شهوت برانگیزد .روغنش شکم را روان می سازد .

زهرها :برگ یا ثمر کاجیره بیابانی را با هم بخورند پادزهر نیش کژدم است .

دیسقوریدوس گوید :این گیاه برگش دراز و خم شده و زبر و خاردار است . ساقه اش تقریباً به بلندی دو ذرع و بی خار است . بر سر ساق ها تاج هایی شبیه دانه زیتون های بزرگ است .گلش زعفرانی و سفید و قسمتی به سرخ رنگی مایل است و در خوراک مصرف می شود .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :رساننده است و قبوضیتی معتدل دارد .

آرایش: لکه های سیاه و لک و پیس را می زداید .

زخم :با سرکه بر (قوبا)بمالند مفید است .

سر :کاجیره بیابانی را با عسل مخلوط کنند و به دهان بچه بمالند زخم دهان را شفا می دهد .

کرچک

خاصیت :تحلیل برنده و ملین و روغنش از روغن زیتون ساده لطیف تر و لطافت بخش تر است .

آرایش:کوبیده کرچک زگیل را بر می کند و لکه های سیاه را می زداید .

ورم :برگ کرچک را بکوبند و با آرد جو مخلوط کنند ورم بلغمی را فرو می نشاند .

زخم :روغن کرچک داروی زخم تر و گری است .

اندام های غذا :اگر سی دانه کرچک را بسایند و بخورند معده را بسیار سست می گرداند .

سینه :تنها با سرکه بر پستان بگذارند ورم پستان فرو نشیند .

اندام های راننده :کرچک دانه را بکوبند و بسایند و بخورند بلغم و مراره و کرم را بیرون می راند .

کنگر

به خارخسک می ماند ، لیکن از آن سفیدتر است و خار بلندتر دارد .برگ آن به برگ هل شبیه است لیکن نازک تر و سفید تر است .

ساقه اش به دو گز می رسد .گلش ارغوانی رنگ و دانه اش به دانه کاجیره شبیه و از آن مدورتر است .

تخم آن گرم و لطیف است و بعضی گفته اند بسیار گرم است .

خاصیت درمانی :در کنگر بطور عموم و به ویژه در تخم آن قوتی تحلیل برنده و بازکننده موجود است .نزیف را بند می آورد و در گیرندگی معتدل است .

دمل و جوش :از خاصیت گیرندگی و گدازندگی که در آن هست در علاج ورم های بلغمی مفید است و بیخ و سایر اجزاء آن را بر ورم می گذارند . بیخش بسیار مؤثر است .

مفاصل :از گیرندگی معتدل که با تحلیل بردن همراه است در علاج ترنجیدگی سودمند است .

هرگاه جنبش ماهیچه های کودک بر وفق مراد نباشد تخم کنگر می خورند .

اندام های سر :با افشره آن مزمزه کنند درد دندان تسکین می یابد .

سینه :کنگر و به ویژه بیخ آن در علاج خون آمدن از سینه مفید است .

اندام های غذا :ناتوانی معده را بر طرف می نماید و انسداد را باز می کند .

کنگر و به ویژه بیخ آن در علاج اسهال مزمن و اسهال واگیر مفید است و ضمناً مدر است .

تب ها :در مداوای تب های بلغمی دراز مدت ، تب هایی که ناشي از ضعف معده باشند و کلیه تب های کهنه سودمند است .

زهرها :کنگر را بجوند و بر جای نیش عقرب گذارند سم را بر می کشد . خوردم تخم آن درمان گزند حشرات موذی است .

کنگر فرنگی بیابانی

دارویی است کرمانی و از ایران است .

مزاجش گرم است و لطیف .

کندر

صمغی است از شهری که یونانیان آن شهر را کندر می خوانند .

گاهی کندر را از شهری می آورند که نامش (مرباط) است .

بهترین نوع کندر قسم نر و سفید رنگ و مدور شده اش است که اگر بشکند میانش زرد طلایی رنگ چسبیده است .

مزاج :خود صمغ کندر گرم و خشکاننده است .

پوست صمغ کمی از صمغ سردتر و خشکاننده تر است .

خاصیت :در کندر قبضی بسیار کم است .رساننده است و سوزشی برای گوشت در بر ندارد .نزیف خون را بند می آورد و اگر زیاد از لازم به کار رود خون را می سوزاند .

دود کندر در قبضی و خشکیدن از همه قوی تر است .

آرایش :کندر با عسل مخلوط شود و بر کژدمه بگذارند خوب می شود .

پوست کندر علاج آثار زخم است .

کندر مخلوط با سرکه و روغن زیتون را بر جایی که درد مرکب دارد بمالند سودمند است .درد مرکب دردی را می گویند که برجستگی های زگیل مانند از پوست برآید و احساسی مثل جای پای مورچه بر بدن حس می شود .

ورم و جوش :مخلوط با قیمولیا و روغن گل علاج ورم گرم پستان است .

کندر در ضمادهای تحلیل برنده ورم درونی مفید است .

زخم و قرحه :بهترین خوب کننده زخم های تازه است .

زخم های ساری را از سرایت باز می دارد .

کندر باپیه اردک داروی بیماری ویروسی است .کندر و پیه خوک علاج زخم های لبه ای و ترک های ناشی از سرماست .زخم های سوختگی را بهبود می بخشد .

سر :هوش و فکر را تقویت می کند .بعضی مردم را نصیحت می کنند که همیشه ناشتا آب خیسانیده آن را بخورند . اما زیاد خوردنش سر درد می آورد .کندر با نطرون مخلوط باشد و سر را با آن بشویند سپوسه و شوره را از بین می برد .اگر کندر را با آب انگور کهنه در گوش بچکانند درد گوش تسکین می یابد .

کندر با زفت مخلوط باشد یا همراه روغن زیتون یا آمیزه شیر شود و بر صدفه ی گوش بمالند ترک ها را بهبودی می بخشد .

خون دماغ حجاب مغزی را قطع می کند .

در دردهای گوش ناشی از کوبیدگی بسیار سودمند است .

چشم :زخم های چشم را پر می کند و خوب می نماید . ورم مزمن چشم را می رساند .

دود کندر ورم گرم چشم را بهبود می بخشد .جریان رطوبت های چشم را بند می آورد .

زخم های پلید چشم را درمان می کند .چرک و خون زیر قرنیه را پاک می کند .

کندر یکی از داروهای بسیار با ارزش برای ناخته سرخ کهنه شده چشم است . در علاج جوش سرطانی چشم مفید است .

نفس کش و سینه :کندر مخلوط با قیمولیا و روغن گل ورم گرم پستان تازه زاییده را خوب می کند .

یکی از داروهای قصبت الریه بشمار می آید .

اندام های غذا :کندر استفراغ را بند می آورد .پوست کندر معده را قوی می گرداند ، از سستی باز می دارد و از هر قسم دیگر کندر برای معده گرمی رسان تر است و در گوارش مفیدتر .

پوست کندر برای بهم آوردن معده سست از هر چیز بهتر است .

اندام های دفعی :از بی اشتهایی و فساد معده جلوگیری می کند .

خونریزی زهدان و مقعد را بند می آورد .

زخم های پلید مقعد را از سرایت کردن باز می دارد .بشرطی که از کندر فتیله سازنده و در مقعد داخل کنند .

تب ها :در مداوای تب های بلغمی مفید است .

زهر :اگر کندر زیاد با آب انگور یا با سرکه بخورند سم است .

نرگس

خاصیت :بیخ نرگس جذب کننده ای است که از ژرفا بر می کشد .خشکاننده و زداینده و شستشو دهنده است .روغن نرگس تأثیر روغن یاسمین دارد و از آن ناتوان تر است .

بیخ نرگس و به ویژه اگر با آرد شلمک و با عسل باشد پیکان و خارها را بیرون می کشد .

نرگس و به ویژه بیخش که همراه سرکه باشد لکه های سیاه و لک و پیس را می زداید.بیخ نرگس داروی کم مویی است .

ورم و جوش :از بیخ نرگس و عسل و گاودانه معجون درست کنند .دمل های ناپایدار نارس و سخت را می ترکاند .

ضماد بیخ نرگس ورم عصب را فرو می نشاند .

زخم و قرحه :زخم ها را می خشکاند و محکم بهم می چسباند و حتی تر گسسته را بهم جوش می دهد .گردش مخلوط با عسل در سوختگی ها و زخم عصب و زخم های داخلی مفید است .

سائیده نرگس همراه گاودانه و عسل چرک و پلیدی را از زخم پاک می کند .

مفاصل :روغن نرگس به عصب سود رسان است .ضماد بیخ نرگس ورم عصب و گره عصب و درد مفاصل را درمان می کند .

سر :نرگس و به ویژه روغنش بند آمدن های مغزی و سردرد تر سودایی را علاج است و سرهای گرم را به درد می آورد .

سینه :روغن نرگس را بر سینه بمالند ورم سخت و سرد حجاب را از بین می برد .

اندام های غذا :بیخش و آب پز بیخش را هر کس بخورد استفراغ می کند .

اندام های دفعی :در علاج درد زهدان و مثانه مفید است .

روغن نرگس دهانه بهم آمده زهدان را باز می کند و در علاج درد زهدان سودمند است .

نسرین

قوتش با قوت نرگس برابر و از قوت یاسمن کمتر است .روغنش تأثیر روغن یاسمن دارد ولی از آن ناتوان تر است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :همه انواعش تنقیه کننده ، لطافت بخش است و گلش در این زمینه مؤثرتر است .

مفاصل :گویند در سردی عصب مفید است .

سر :کرم داخل گوش را می کشد .صدا و وزوز را از بین می برد . داروی درد دندان است نسرین بیابانی را بر پیشانی بمالند سردرد تسکین می یابد .همه نوع نسرین گرفتگی سوراخ بینی را باز می کند .

سینه :در آماس لوزتین و گلو مفید است .

اندام های غذا :نسرین و به ویژه بیابانی اش را بخورند استفراغ و سکسکه را آرام می کند .

نشاسته

مزاج :سرد و خشک است .

خاصیت :توان بخش و نرم کننده است .باید نشاسته را با سه برابرش آب بپزند .

آرایش:نشاسته و زعفران را بر پوست مالند لکه سیاهه را بر می دارد .

زخم :زخم را بهم می آورد و خوب می کند .

چشم :مواد سیلانی را از چشم دور می کند .

سینه :سینه را نرم می کند . سوپ نشاسته سرماخوردگی سینه را از بین می برد .

اندام های دفعی :نشاسته تنها یا با عدس شکم را بند می آورد و از اختلاف مراره جلوگیری می کند .

نیلوفر

جالینوس فرماید نیلوفر کلم آبی است .بیخ نیلوفر هندی حکمش حکم مهر گیاه است .بهترینش آن است که بیخ سفید دارد که از بیخ سیاه قوی تر و تخمش از تخم آن مؤثرتر است .

آرایش:بیخ نیلوفر و به ویژه بیخ سیاه آن را با آب به کار برند لک و پیس را می زداید و با زفت مخلوط کنند داروی کم مویی است .

ورم و جوش :بیخ نیلوفر داروی ورم گرم و آماس طحال است .

زخم :تخم و بیخ نیلوفر داروی زخم است .

سر :خواب آور است . سردرد گرم و صفرایی را تسکین می دهد ولی بدن را ضعیف می کند .

سینه :شربتش برای دفع سرفه و سینه درد خوب است .

اندام های غذا :بیخ نیلوفر خورده شود یا ضماد گردد داروی آماس طحال است .

اندام های دفعی :بیخ نیلوفر ، علاج اسهال مزمن و زخم روده است .

بیخ نیلوفر ضماد شود درد مثانه را از بین می برد .تخم نیلوفر در هر چیز از خود نیلوفر قوی تر است . تأثیرش به حدی است که خونریزی حیض را بند می آورد .

اگر بیخ نیلوفر زرد و تخم آن را چند بار با شیر بخورند رطوبت های همیشگی زهدان را باز می دارد .

شربت نیلوفر زرد شکم را نرم می کند .

تب ها :شربت نیلوفر برای تسکین تب بسیار گرم و مشتعل بسیار سودمند است .

هزار چشم

شاخه هایش گل های جدا گلبرگ دارد و دانه اش زرد مایل به سرخی و شبیه دانه سماق است .اما سرخی آن به سماق نمی رسد .

جالینوس فرماید میوه اش را نیز بخورند خوب است و تنها گلش مفید نیست .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :ورم و جوش را تحلیل می برد و لطیف است و بازکننده و گدازنده.

زخم و قرحه : ضماد برگ آن در علاج سوختگی مفید است و زخم های بزرگ را بهم می آورد و زخم های پلید را درمان می کند .

اگر برگ خشکیده آن را بکوبند و بر زخم های باد کرده و سست و گندیده بپاشند سودمند است .

مفاصل :اگر شربت بشود و چهل روز پی اندر پی بخورند بیماری اعصاب را از بین می برد و دوای درد سرین است .

اندام های دفعی :ادرار بول و حیض می کند . ثمر آن مراره سودا را بیرون می راند .

هلیله

چندین گونه است زرد نارسیده ، هلیله سیاه هندی که رسیده و چاق تر از نارسیده است .

هلیله کابلی از همه قسم های هلیله درشت تر است .

هلیله چینی هم هست که از همه باریک تر و ریزتر و سبک تر است .

بهترینش زرد بسیار ،زرد مایل به سبز سنگین وزن و پر مایه و سخت است .

هلیله کابلی هر آنچه پر گوشت تر و سنگین تر است و در آب فرو نشیند و رنگش به سرخی بزند بهتر است .

از هلیله چینی هر آنچه نوک دارد خوب است .

مزاج :می گویند هلیله زرد از سیاه آن گرم تر است . می گویند هلیله هندی کمتر از هلیله کابلی سرد است .همه ی هلیله ها سرد و خشکند .

خاصیت :همه انواعش در بیماری مراره مفید است .

آرایش:هلیله سیاه رنگ و رو را زرد می گرداند .

دمل و جوش :همه انواع هلیله در معالجه جذام مفیدند .

سر :هلیله کابلی دوای سردرد است و حواس و هوش و عقل را نیرو می دهد .

چشم :هلیله زرد در سست شدن جسم معالج است و اگر در چشم بکشند مواد سیلانی را قطع می کند .

سینه :خوردن آن تپش و علت ناشی از ترس را درمان می کند .

اندام های غذا :هلیله عموماً و به ویژه دو نوع سیاهش و علی الخصوص پرورده مربای آنها تقویت معده می کنند ،سستی معده را از بین ببرند ، معده را دباغ می دهند ،تنقیه می کنند ، خشک می نمایند و کمک هضم طعام هستند . هلیله زرد باغ خوبی برای معده است .اما هلیله چینی در این عمل از کابلی ناتوان تر است .هلیله کابلی نوعی دل بهم خوردن به دنبال دارد . ولی در علاج استسقا سودمند است .

اندام های دفعی :هلیله های کابلی و هندی با روغن زیتون بجوشند شکم را بند می آورند .

هلیله زرد برای بیرون راندن صفرا و بلغم اندکی خوب است .

هلیله سیاه سودا را بیرون می آورد و در علاج بواسیر مفید است .

هلیله کابلی سودا و بلغم را خارج می کند و می گویند داروی قولنج است .

تب ها :هلیله کابلی در علاج تب های کهنه مفید است .

هفت بند

همان بطباط است که نر و ماده دارد و نر آن از ماده نیرومندتر است .

خاصیت :قبوضیت دارد اما قسمت آبی در آن زیاد است و چون سیلان مواد را منع می نماید ، خشکاننده است .از خونریزی جلوگیری می کند .

ورم و جوش :ضماد آن در علاج التهابات زیر پوست و باد سرخ و مورچگی و آماس زخم بسیار مفید است .

زخم :در مداوای زخم های تازه بسیار مؤثر است .

سر :افشره اش کرم گوش را می کشد و چرک و ریم گوش را می خشکاند .

سینه :آبش از خون برآوردن جلوگیری می کند .

اندام های غذا :ضمادش التهاب معده را از بین می برد و معده را به حالت اعتدال باز می آورد .خونریزی زهدان را بند می آورد و زخم روده را شفا می دهد .

ماش دارو

این گیاه شاخه های باریک سرخ مایل به سیاهی یا سبز است . گلش سرخ تیره و تلخ مزه و کمی گیرنده است یا تند مزه است و تلخ نیست .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت : باز کننده ، زداینده ، در پاک نمودن اندام های داخلی بسیار مؤثر و نیرویی اسهال کننده هم دارد .

ورم و جوش :ورم سخت را نرم می کند و به ویژه علاج ورم پستان است .

زخم و قرحه :با عسل ضماد شود زخم ها را بهم می آورد و زخم گندیده را از میان بر می دارد .

مفاصل :داروی بیماری اعصاب و اگر با عسل باشد بهتر است .

اندام های غذا :داروی بیماری های کبد است و بند آمدن های کبد را باز می کند .

علاج طحال و یرقان سودایی است به شرطی که هفت روز پیاپی بخورند .

اندام های دفعی :راه بندان زهدان را باز می کند . بی اختیاری ادرار را از بین می برد .

بول و حیض را راه می اندازد .علاج درد گرده است .

اگر با عسل فرزجه بشود زهدان را می پالاید . اگر دو مثقال از این دارو با عسل یا انجیر شیاف گردد بلغم را می راند .

زهرها : پادزهر سمی است که بعضی آن را (اورقطون)می نامند .

مازو

مازو ثمر در درختی است بسیار بزرگ که در بعضی اماکن موجود است .

مازو دو نوع است :یکی سبز ، شاداب ، کوچک حجم ، دندانه دار و بی سوراخ که آن را مازوی سبز هم می گویند .

نوع دوم صاف و سبک و دارای سوراخ است .
مازوی خوب آن است که کال ،سنگین وزن و سخت باشد . مازوی زرد و سست و سبک قوتش کم است و بر اخگر نهی می سوزد .

مزاج :سرد و خشک

خاصیت :بسیار قبض و رطوبت ها را از جریان باز می دارد و گوهر سرد خاکی دارد .

آرایش: آب و آب پز مازو رنگ مشک مو است .

زخم و قرحه :با سرکه بر (بیماری ویروسی) مالند قوبا را از بین می برد .

سائیده مازو را بر گوشت سست و زائد پاشند می گدازد .

سر :رطوبت هـای تباه را به زبان و لثه نمی دهـد . داروی زخم دهان و به ویژه اگر با سـرکه باشـد در شـفا دادن زخم دهان کودکان بسیار سودمند است و اگر بر دندان کرم خورده بگذارند سود می بینند .

اندام های راننده :سائیده مازو را در آب حل کنند و بخورند علاج زخم روده و اسهال همیشگی است و اگر با غذا مخلوط کنند باز در علاج اسهال مزمن مفید است

مریم نخودی

شاخه هایش با برگهای به زمین نزدیک و به ستبری ریحان و بزرگتر است .
رنگش سبز و یونانیان این گیاه را بلوط زمینی می گوینـد . زیرا برگهای ریزش به برگ بلوط شبیه است و تلخ مزه اند .بیخ این گیاه به رنگ ارغوانی می زند .باید همین که تخم در آن پیدا شد چیده شود .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :بازکننده ، تکه کننده ، لطافت بخش و گرمی رسان است .

زخم و قرحه :همراه عسل زخم های مزمن را پاک می نماید .

مفاصل :سبز یا آب پز را بخورند در گسستگی ماهیچه مفید و شربت آن ترنجیدگی را سر حال می آورد و تا کهنه تر گردد مفیدتر است .

چشم :حب از آن می سازنـد و می خشـکانند و برای مـداوای زخم چشم به کار می برنـد .این دارو را در روغن زیتون بجوشاننـد یا بسایند و گردش را در چشم بکشند آب ریزی همیشگی چشم را درمان می نماید .

سینه :سرفه مزمن را چاره می کند .

اندام های غذا :کلفتی طحال را لاغر می کند .داروی یرقان سودایی است .شربت آن برای رفع سوء هضم بهترین دارو است .

استسقا را در اولین مرحله علاج می نماید و تا کهنه تر باشد مؤثرتر است .

اندام های دفعی :بول و حیض را ریزش می دهد .

زهرها :ضمادش پادزهر حشرات سمی است .

مرزنگوش

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :لطیف ، بازکن و گدازنده .روغن مرزنگوش گرمی می دهد و مسهل است و تند مزاج .

آرایش:آب مرزنگوش را در ابزار حجامت می ریزند و بعد از حجامت بر پوست می مالند سپیدی هایی که از برش تیغ حجامت بوجود آمده از بین می رود .

خشکیده مرزنگوش را با عسل مخلوط کنند و بر پوست بمالند لکه های سیاه خونی و لکه های سبز رنگ خونی را بر می دارد و به ویژه برای زدودن لکه های خونی زیر چشم بسیار مفید است .

ورم و جوش :بر ورم بلغمی بمالند مفید است .

مفاصل :در مرهم موم و روغن گل مفید است و پیچش مفاصل را علاج می کند .درد پشت و بیخ ران را تسکین می دهد .با عسل علاج خستگی است.

روغن مرزنگوش فلج را چه آن فلجی که گردن را به سوی عقب کج می کند و چه غیر آن باشد مداوا می کند .

سر :راه بندان مغز را باز می کند ، سردرد عادی یا سودایی ، رطوبت باد متراکم ، چاره اش با مرزنگوش است .

قطره هایی از آن را در گوش بچکانند درد گوش آرام می گیرد . فتیله را به روغن آن آغشته کنند و در گوش بمالند گوش را از گرفتگی می رهاند .

اندام های غذا :آب پز مرزنگوش در علاج استسقا سودمند است .

اندام های دفعی :آب پز آن داروی بی اختیاری ادرار و پیچش و درد روده است . روغنش گرمی بخش و نرمی بخش است و در بهم آمدن دهانه زهدان که در راه حقنه شدن است مفید است .

زهرها :با سرکه باشد پادزهر نیش کژدم است

موسیر

پیازی است کوچک و خوردنی که به پیاز نرگس شبیه و برگش شبیه برگ تره است و گلش به بنفشه می ماند .

آرایش:بر لکه ها ی سیاه چهره بمالند و در آفتاب بنشینند مفید است . اثر زخم را از بین می برد .دهان و زبان را زبر می گرداند .با زرده تخم مرغ بر زگیل بمالند و با سکنجبین برای علاج زخم های شری مفید است .

زخم و قرحه :ضماد موسیر که با سرکه باشد برای چربی وسط ماهیچه ها سازگار است و همین ضماد را در نقرس و درد مفاصل به کار می برند .

گر تنها موسیر را ضماد کنند در پیچش عصب ، ترک های ناخن و گوش خوب است و گاهی بدین منظور موسیر را با قاوت مخلوط می کنند و بر سر می مالند. چشم :موسیر خود به خود و با زرده تخم مرغ معالج (طرفه)است و اگر سرکه را به آن اضافه کنند (غرب)را از بین می برد و برای مداوای هر ورمی در گوشه های چشم خوب است .

اندام های غذا :موسیر سرخ و شیرین با معده سازگار است و ضماد آن که با عسل باشد درد معده را تسکین می دهد .در مداوای درد معده موسیر تلخ بهتر است .غذا را هضم می نماید .با موسیر قوه غذایی طعام بیشتر می شود .

اندام های دفعی :شهوت انگیز است .

گاودانه

گویند دانه ای است به بزرگی عدس که گاو آن را دوست دارد .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :باز کننده و زداینده است . خلط بد دارد .

آرایش :محلول آن برای از بین بردن لک و پیس و کک و مک و اثر زخم خوب است.
رنگ را زیبا می کند .آن را قاوت سازند و گلوله های گردویی از آن درست کنند و بخورند لاغری را بر طرف می کند .
آب پزش را بر ترک های ناشی از سرما بپاشند خارش را از بین می برد و ترک را خوب می کند .داروی جوش های شری است .
ورم و جوش :همه سختی ها و به ویژه سخت شده های پستان را نرم می کند.
زخم و قرحه :همراه عسل باشد زخم ها را پاک می کند و در سعفه (کچلی) مفید است .
سینه :علاوه بر نرم کردن سختی پستان ، خون برآوردن غلیظ را چاره می نماید .
اندام های دفعی :زیاد خوردنش به اندازه ای ادرار می دهد که خون ادراری می آورد و مسهل است .
اگر در سرکه و آب انگور کهنه ریزند در عسر بول مفید است .پیچ روده را تسکین می دهد .
زهرها :با آب انگور کهنه ضماد شود پادزهر نیش مار و گزیده سگ هار است .

گل صد تومانی

دیسقوریدوس گوید :اسم این گیاه در بعضی جاها (ذوالاصابع ـ دارای انگشتان)است و بعضی آن را (علعیسی)می نامند که در عربی به معنی شیرین بو آمده است .
سر : به وزن پانزده حبه را با عسلاب رقیق بخورند در بیماری پوستی مفید است .
اندام های غذا : خوردنش سوزش معده را از بین می برد .
اندام های راننده : زنانی که هنوز از خون بعد از زایمان پاک نشده اند به اندازه ی یک بادام تلخ از آن را بخورند بقایای خون بیرون می آید و پاک می شوند .
سنگ که در کودک تازه پیدا می شود ، اگر از این گیاه به کودک بخورانند یا شربت سازند و بنوشند سنگ را بر طرف می نماید .

گل گندم

بهترش باریک و کوچک مایل به زردی و زبان گز است .
مزاج :گرم و خشک
خاصیت :زداینده ، گیرنده و تند ، کمی شیرین ، خشکاننده بی آزار .
گویند این گیاه را اگر با پاره گوشت ها بپزند گوشت را گرد هم می آورد .
زخم و قرحه :زخم های تر را تنقیه می کند ، زخم کهنه را کبره می گذارد. خشکیده اش را در مرهم بریزند ناصورها را علاج و زخم های گود و زخم های بد را درمان می کند . ناصور را پر از قنطوریون کنند و ببندند خوب می شود .
مفاصل :علاج گسستگی ماهیچه و چرک و ریم ماهیچه است .
آرد آن را حقنه کنند داروی بیماری اعصاب و درد عصب است .کوبیده آردش برای حقنه بسیار خوب است اگر خون بیرون آورد باز به نفع بیمار است . اگر خاکسترش را با آب بیامیزند و مایه حقنه شود باز سودمند است .
چشم :افشره نوع کوچک و باریک که با عسل باشد سپیدی چشم را که ناشی از خوب شدن زخم باشد می زداید .
سینه :چون گیرنده است در خون برآوردن مفید است .
هر دو نوع ستبر و باریکش داروی دشوار نفس کشیدن است .
اندام های غذا :بند آمده های کبد را باز کند و طحال سفت را نرم می نماید .

اندام های راننده :بول و حیض را ریزش می دهد ، ضد کرم است . خوردن دو درهم از آن درد و پیچ روده را تسکین می دهد ، درد زهدان را دوا می کند و علاج قولنج است .

خوردن آب پز نوع کوچکش بلغم و زرداب ناپخته را بیرون می ریزد و اگر پارچه های کوچک آن را به دندان بجوند و ببلعند اسهال خونی می دهد .اگر آرد آنرا بخورند در این زمینه مؤثرتر است .

تب ها :تب دار اگر از آن بخورد بسیار سود می بیند .

گل سرخ

ترکیبی است از گوهر آبی و خاکی .تند مزه و گیرنده و تلخ و جمع کننده است و کمی شیرینی هم دارد و به همین علت در مواد آبی گل انکسار گرمایی هست (انعکاس)در گل لطافتی هست که قبضش سودمند است.و بسا اتفاق می افتد که سبب زکام می شود .با وقتی که با طراوت و شاداب است با تلخی همراه است و وقتی که خشک شود تلخی آن کاهش می یابد . بدین علت است که خوردن مقداری از گل شاداب اسهال آور است .

مزاج :خشک است .

خاصیت :چون تلخ مزگی بیشتر از گیرندگی دارد خشکانیدنش بیشتراز گیرندگی است .بازکننده و زداینده است .جنبش صفرا را خنثی می سازد. تخمش در گیرندگی قوی تر است و پرزی که در وسط گل هست از سایر اجزایش قبض تر است .

همه اجزاء گل اندام های درونی را تقویت دهد و قبوضیتش مانع تحلیل رفتن نمی باشد .گل خشکیده قبض تر و سردتر است و به عقیده کسانی قوتی در آن است که خار و پیکان ها را بیرون می کشد .

بهترین افشره گل افشره ای است که از گل قطع شده از شاخه می گیرند به شرطی که زائده های آن را (آنچه به سفیدی مایل است)جدا کنند .

برای مربای گل باید گل را در سایه خشک کنند و بکار برند .

آرایش :اگر در گرمابه خود را به گل شویند بوی بد عرق رااز بین می برد. گروهی برآنند که سائیده گل زگیل ها را ریشه کن می کند .

زخم و قرحه :از زخم ها به ویژه از زخم های پوست انداز میان رانها و پیچ و خم ها جلوگیری می کند .در زخم های گود گوشت بر می آورد . سائیده آن را بر زخم پاشند خار را بیرون می کشد .

سر :شادابش سردرد را درمان می کند .گلاب هم سردرد را تسکین می دهد .

بو کردن روغن گل عطسه می آورد .گل برای هر کسی که مغزش گرم است عطسه آور می شود .تخم گل و آب پز گل لثه را محکم می کند .درد گوش را تسکین می دهد .

چشم :چشم دردی را درمان می کند که از گرما باشد . آب پز گل خشکیده را در چشم بکشند ورم پلک ها را فرو می نشاند .

روغن و افشره گل برای چشم مفیدند .اگر زائده های سفید را از گل دور سازند در مداوای رمد خوب است .

غش کرده را گلاب دهند سر حال می آید .افشره گل و شاخه و کاسبرگ علاج خون برآوردن است .

اندام های غذا :گل برای معده و کبد خوب است . مربای گل که با عسل باشد (گل انگبین)تقویت معده می کند و کمک هضم است .

گل و افشره گل رطوبت های بد معده را بر می چینند .

روغن گل التهاب معده را فرو می نشاند و حتی اگر گل را بر معده بمالند همین فایده را دارد .شربت گل برای کسانی که سستی در

معده حس می کنند مفید است .

اندام های دفعی :بوسیله ی پربر مقعد بمالند درد را از بین می برد آب گل یا آب پز گل خشکیده درد زهدان را که از گرما باشد از بین می برد و درد روده مستقیم را درمان می کند .حقنه آن زخم روده ها را علاج می نماید . شربتش نیز در مداوای زخم روده مفید است .

خواب بر بستر گل شهوت را قطع می کند .

خشک شده اش مسهل نیست . روغن گل مسهل است .

گل قاصد

برگش چون برگ باریک کاهو اما مایل به سیاهی و کرکدار است .

زردش قوی و سفیدش آبی و ناتوان است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :زداینده و بازکن است و گل خشکش نیرومندتر است .

ورم :خودش یا آبش که با مرهم و روغن گل باشد زخم را بهم می آورد .

مفاصل :برگش با رگهایش ضماد شود علاج نقرس و اگر با سرکه باشد علاج بیماری اعصاب است .

سر :افشره اش را به بینی کشند سر را تنقیه می کند ، با عسل مخلوط باشد و به داخل دهان بمالند زخم های دهان را شفا می دهد .

چشم :خشک آن چشم را از لکه های بازمانده پاک می کند و درمان کلفت شدن طبقات چشم است .

اندام های غذا :کبد را تنقیه می کند ، در سرکه پرورده اش را بخورند یا ضماد کنند علاج سپرز است .

اندام های راننده :در ریزش دادن حیض بسیار مفید است .در علاج ورم سخت زهدان مفید است به شرطی که بردارند یا در آب پزش بنشینند و در ریزش دادن حیض بی مانند است و از هر دارویی بهتر است . با مرهم موم و روغن گل ترک های اطراف مقعد را خوب می کند .

گندنا

سه نوع دارد :۱ ـ شامی ۲ ـ نبطی ۳ ـ بیابانی

مزاج :گندنای شامی با سماق داروی زگیل و جوشهای شری است .

زخم و قرحه :گندنای شامی با نمک علاج زخم پلید است .گندنای بیابانی داروی زخم پستان است .گندنای نبطی را با سرکه ضماد کنند دمل را می ترکاند .

سر :خون دماغ را بند می آورد .تخم گمدنا را با قطران بسوزانند و دود آن در دهان بیاید کرم دندان را می کشد و بیرون می آورد .

خوردنش سردرد و خواب های پریشان می آورد . خاکسترش با روغن گل و سرکه آب انگور کهنه درد گوش را تسکین می دهد .

لثه و دندان را تباه و دندان ها را زرد می نماید .و به ویژه شامی برای لثه و دندان بسیار بد است .آب گندنای نبطی مخلوط با کندر و شیر یا روغن گل را در گوش بچکانند درد و صدا و وزوز گوش را از بین می برد .

چشم :سبب تم چشم است .

نفس کش :گنـدنا با افشـره جو داروی برنشـیتی است که از ماده غلیظ بوجود آمده .به ویژه اگر گندنای نبطی با عسل باشد چه بهتر .در علاج ورم شـش و رسانیـدن ورم های شـش مفیـد است .برای خون برآوردن تخم گنـدنا و تخم آس را مخلوط می کننـد و می خورند .

خام خوردن گندنا برای گرفتگی ریه مفید است .

انـدام های غـذا :گندنای بری برای معده بد و از گندنای کاشـتنی بدتر است . زیرا تلخ تر و تندتر و گزنده تر است .همه انواع گندنا بادزاست و باید دو بار بپزند تا بادش کاهش یابد .همه نوع گندنا دیر هضم است .

انـدام هـای دفعی :گنـدنا عموماً و به ویژه نبطی و بیابـانی بول و حیض را ریزش می دهـد .به مثانه و کلیه زخمی زیان می رساننـد . خوردن یـا ضـماد پخته آن داروی بواسـیر است .شـهوت انگیز است . تخمش هم در این باره بی تأثیر نیست به شـرطی که در روغن بپزند .تخم گندنا را با تخم آس در

روغن بجوشانند داروی زحیر و خونریزی مقعد است .در آب پز برگش بنشـینند برای بهم آمدن دهانه زهدان و سـختی زهدان مفید است .

بیـخ گنـدنا را با روغن کاجیره و روغن بادام یا کنجـد سوپ نماینـد برای قولنـج مفیـد است .افشـره اش را خشک گرداننـد خون را اسهال می دهد .

گندنای بیابانی از دیگر گندناها بیشتر بول و حیض را ریزش می دهد .

زهرها :افشره اش همراه عسل آب پادزهر حشرات سمی است .

گون کتیرا

دیسـقوریدوس گویـد :بیخی است پهن و زبر که شـاخه هـای نیرومنـد و کوتـاه دارد و زیـاد از زمین جـدا نمی شود .برگهای زیاد و خارهای سفید رنگ و سخت و رو به بالا دارد و کتیرا را از آن بدست می آورند .

سینه :کتیرا با عسل معجون شود و زیر زبان بگذارند در تسکین سرفه و از بین بردن زبری سینه سودمند است .

انـدام های دفعی :کتیرا با سوخته شاخ گوزن که شسـتشو داده باشـند یا با کمی زاج بلوری مخلوط کنند درمان درد گرده و سوزش مثانه است .

گوش فیل

گیاهی است که تا اندازه ای به اشنان شبیه است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :شوری و گیرندگی دارد و کمی بازکنندگی در او است .

نفس و سینه :گوش فیل یا نمک آن را در شیر بریزند و غرغره کنند مفید

است .

انـدام های راننـده :گوش فیل و بخصوص تخم و افشـره اش آب زرد را اسـهال می دهد و باید زیاد نباشد که لاغری ببخشد .بول را ریزش می دهد. آب پشت به وجود می آورد .در اسهال صفرا و مواد آبکی ملایم است .

ثعلب

دیسقوریدوس گوید :برگ این گیاه بر زمین گسترده و سبز رنگ و به برگ زیتون کوچک می ماند و از آن باریکتر و درازتر است .

مزاج :گرم و تر

مفاصل :در علاج ترنجیدن و کشیدگی به سوی عقب و در علاج فلج بسیار مفید ، شهوت انگیز و کمک غریزه جنسی است .

اندام های راننده :ضمادش زخم بسته عفونی را می گشاید .

فاخره

ثمری است که به نخود می مانـد و دانه ای دارد که به آلبـالوی تلـخ شبیه و در میـان آن دانه های ریز شاه دانه ماننـد موجود است و ثمر در قسمت پایین شاخه ها قرار دارد .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :تحلیل برنده و قبض است .

اندام های غذا :معده و کبد سرد را علاج و در سوء هضم ناشی از سردی مفید است .

اندام های راننده :در علاج اسهال سرد مفید و بندآورنده شکم است .

فاوانیا

فاوانیا عود الصـلیب است که نر و ماده دارد . بیـخ فاوانیای نر سـفید و به سـتبری انگشت و مزه اش گیرنـده است . بیـخ فاوانیای ماده ریشه های بسیار دارد و شاخه هایش زیاد است .

مزاج :بسیار گرم نیست .

خاصیت :خشکاننده ، گیرنده ، گدازنده ، بازکننده ، تکه کننده و زداینده

است .

آرایش :لکه های سیاه را از پوست می برد .

مفاصل :داروی نقرس است .

سر :علاج صرع است و اگر آن را بر مصروع ببندند دچار صرع نمی شود و اگر باز کنند صرع باز می گردد .

اندام های غذا :اگر فاوانیا را با شربتهای مازوجی (عفصی ـ گسی) بخورند قبض است ، تخمش معده را توان می بخشد ، درد معده را تسکین می دهد و سوزش معده را از بین می برد . بیخ آن در علاج یرقان و باز کردن بند آمدنی های کبد مفید است .

اندام های راننده :حیض را راه می اندازد ، بول را ریزش می دهد .

اگر دوازده دانه از تخمش با آب انگور کهنه خورده شود خونریزی را قطع می کند .

اگر زن تازه زائیده یک بادام از بیخ فاوانیا را بخورد از بیرون ریختنی های لازم پاک می گردد .

خوردن بیخش به اندازه ی یک بادام درد گرده و آبدان را بر طرف می کند .

آب پزش با آب انگور کهنه شکم را بند می آورد و بول را ریزش می دهد .

فلفل دراز

باریک و کوچک شبیه انگشـتان و هم شـکل گل بیدمشک پراکنده ولی ریزتر است . سـخت و چسبناک و مزه اش در تندی به مزه

فلفل نزدیک است .

دارفلفل اولین ثمر فلفل است و از این رو از فلفل مرطوب تر است .

بهترینش آن است که دست نخورده مانده باشد .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :گدازنده است و بیماریهای سرد را از بین می برد .

چشم :با آب کبد بریان بز تیرگی چشم را بر طرف می کند .

اندام های غذا :هاضم است ، طعام را حرکت می دهد و معده را قوی می گرداند .

اندام های دفعی :در شهوت برانگیختن برابر زنجفیل است .

صنوبر

درختش مشهور است .

مزاج :الیاف صنوبر بزرگ بسیار قوی و الیاف صنوبری که آن را فوفی می گویند ناتوان تر است .

خاصیت :الیافش بسیار قبوضیت دارد . کرمی که در صنوبر است در برندگی همانند آلاکلنگ است .

زخم و قرحه :الیافش زخم را بهبود می دهد . در علاج زخم ناشی از سوختگی مفید است .الیافش به اندازه ای گیرنده است که می تواند پوست انداختن از ضمادش شفا یابد .الیافش را بسایند و گردش را بر سوخته آب گرم بپاشند مفید است .ساییده برگش را بر زخم بگذارند زخم را بهم می چسباند .

الیافش در علاج جای ضربه خوردن مفید و بهم آورنده زخم است و برگش که نمناک تر است در این زمینه از الیاف مؤثرتر است .

سر:آب پز پوست صنوبر را در دهان بگردانند بسیار بلغم بیرون می آورد.

درآب جوشیده الیافش را با سرکه دردهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد .آب پز الیاف صنوبر و سرکه را در دهان بگردانند بلغم های بسیار سرازیر می کند .

چشم :دود صنوبر از ریزش مژه جلوگیری و خوره گوشه چشم را درمان می کند .

سینه :دانه اش داروی سرفه کهنه است .

اندام های غذا :خوردن پوست و برگ صنوبر درد کبد را درمان می کند .

اندام های راننده :دانه اش شکم را بند می آورد . تخم صنوبر با تخم خیار چنبر همراه آب انگور کهنه سیاه انگور خورده شود ریزش بول می دهد و علاج زخم گرده و آبدان است .الیاف صنوبر شکم را بند می آورد .

عشقه

به رنگ های سیاه و سفید و سرخ هست و هر سه گونه اش تند و گیرنده است .

مزاج :گرایش به گرمی دارد .

خاصیت :با عصب سازگار نیست .

آرایش :آبی که از آن می تراود شپش کش است و مو را می سترد .

زخم و قرحه :برای زخم علاج خوبی است ، سرایت زخم پلید را باز می دارد .

از عشقه و موم و روغن گل مرهم می سازند و بر سوختگی می گذارند بسیار مفید است .

مفاصل :برای عصب زیان آور است .

سر :افشره آن را با روغن زیتون ، نطرون و عسل مخلوط کنند و به بینی بکشند سردرد مزمن از بین می رود .

اندام های غذا :عشقه سبز را با سرکه ضماد بگذارند به نفع طحال است .

اندام های راننده :با سه انگشت از گل سفید رنگ عشقه را با آب انگور کهنه بخورند و در روز دوبار این کار را انجام دهند علاج گرفتگی یا پیچ خوردگی روده است .

ضماد عشقه سبز و شکوفه هایش خون حیض را راه می اندازد .

بعد از حیض کمی عشقه دود کنند و برکشند مانع بارداری است .

شاخه اش را که سرش به سوی درون باشد بردارند حیض را بیرون می ریزد.

گلش شکم را بند می آورد .

زهرها :بیخ عشقه را با آب انگور کهنه و سرکه بخورند پادزهر نیش رتیل است .

عنصل

پیاز موش است ، برگش به برگ سوسن می ماند ، رنگ گلش مایل به سیاهی است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :تکه کننده است و لزجی دارد .

آرایش :سوخته آن را عسل معجون کنند و بر سر بمالند علاج کم مویی و کم خونی است .

سینه :گلو را زبر می گرداند ، در علاج برنشیت و خرخر سینه و سرفه همیشگی خوب است .

شاه دانه

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :باد را از بین می برد . بسیار خشکاننده و خلطش کم و ناپسند است .

ورم و جوش :بیخ شاه دانه بیابانی را بپزند و بر ورم گرم که در جای سخت بر آمده و کیموس ها در آن جای گرفته اند ضماد گذارند گرمی را خاموش می کند و سخت را نرم می نماید .

سر :از گرمی که دارد می آورد .افشره اش درد گوش را از بین می برد. روغن و برگش شوره سر را از بین می برد .

چشم :تم چشم می آورد .

اندام های غذا :دانه اش دیر هضم و برای معده بد است .

اندام های راننده :زیادش خورند آب منی را می خشکاند .

شبدر

شبدر گیاهی است که سه نوع دارد :بیابانی ، کاشتنی و مصری . تخم آن را نان می کنند و می خورند .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت :شبدر کاشتنی به اعتدال می زداید و می خشکاند . شبدر بیابانی قبض و گری رسان است و روغنش بادهای پرمایه را پراکنده می سازد .

آرایش :شبدر کاشتنی و بیابانی هر دو داروی لکه های سیاه رخسارند .

زخم و قرحه :افشره شبدر کاشتنی که با عسل باشد زخم را تنقیه

می کند.

مفاصل :روغنش داروی درد مفاصل است .

سر :افشره اش را به بینی کشند عطسه می آورد و برا ی بیماران صرع بسیار مفید است .

چشم :افشره شبدر کاشتنی و به ویژه اگر با عسل باشد سفیدی چشم و تم چشم را چاره می کند .

سینه :هر نوع از شبدر و به ویژه بیابانی آن درد دنده ها را که از بلغ باشد دوا می کند .خناق و درد گلو می آورد و در این حالت علاجش گشنیز و کاسنی و کاهو است که آسیبش را دفع می کنند .

اندام های غذا :علاج درد سرد بادزای معده است .روغنش در سر آغاز استسقا داروی خوبی است .

اندام های دفعی :ادرار بول و حیض می دهد .شبدر بیابانی با شربت تخم پنیرک بستانی داروی درد مثانه است .روغن شبدر علاج درد بیضه ها و زهدان است .

شبدر بیابانی قی و اسهال را درمان می کند . شکم را بند می آورد . شبدر و تخمش شهوت انگیز است .

تب ها :کسی که تب نوبه دارد اگر سه برگ یا سه دانه از تخم شبدر بخورد یا اگر در تب سه اندر میان چهار برگ یا چهار دانه از تخمش را بخورد نوبت تب ها بهم می خورد .

زهرها :آب شبدر بر جای نیش کژدم بپاشند فوراً تسکین می یابد .اما اگر بر اندامی درست پاشند سوزش و درد پیدا می شود .

تخمش از خود شبدر در علاج نیش کژدم قوی تر است .

شبت ـ شوید

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :خلط سرد را می رساند ، درد را تسکین می دهد ، باد را

می پراکند .روغنش نیز همین تأثیرها را دارد و بسیار نرم کننده است .

ورم :ورم ها را می رساند .

زخم :خاکسترش در علاج زخم های سست و شل مفید است .

مفاصل :روغنش درد مفاصل و شبیه آن را آرام می کند .

سر :شبت و به ویژه روغنش خواب آور است . افشره اش در علاج درد

گوش که سودایی باشد و در برچیدن رطوبت های گوش مفید است .

چشم :همیشه بخورند دید را ضعیف می کند .

سینه :شبت و تخم شبت شیر را به راه می اندازد و به ویژه در کسی که شیر بسیار دارد ، بسیار مؤثر است که شیررا زیادتر می کند .

اندام های غذا :سکسکه ای که ناشی از بالا آمدن طعام و پر شدن معده باشد علاجش با شبت است .

اندام های راننده :آب پزش حقنه(وارد کردن مانند شیاف ،آمپول و ...) شود ، یا در آن بنشینند درد و پیچش روده تسکین می یابد .تخم شبت بواسیر بر آمده را قطع می کند . خاکسترش داروی زخم ذکر و پیزی است

شفتالو

مزاج :سرد و تر است .

خاصیت :رطوبتش زود می گندد .ملین است و کمی گیرندگی دارد . نارسش گیرنده تر است .

آرایش:برگش را به تن بمالند خوش بو می شود .

سر :آب برگش کرم های گوش را می کشد ،روغنش در علاج سردرد نصفی و درد سرد و گرم گوش سودمند است .

اندام های غذا :رسیده اش برای معده خوب و اشتهاآور است و بهتر آن است که قبل از غذا بخورند و بر چیزی دیگر نخورند که خودش فاسد شود و چیزی را فاسد گرداند .

اندام های راننده :برگش را بر ناف ببندند کشنده کرم شکم است .خوردن افشره شکوفه و برگش داروی کرم است .

رسیده اش ملین است و نارسیده آن قبض .

شقایق (لاله)

دونوع است :کاشتنی و خودرو . کاشتنی بر دو نوع است : یکی گل سرخ می دهد و گل دومی سفید به رنگ شیر و مایل به ارغوانی است .

مزاج :گرم و تر .

خاصیت :زداینده و تحلیل برنده است .

آرایش :اگر با پوست گردو مخلوط باشد مو را سیاه می کند .

ورم و جوش : پخته اش را بر ورم های سخت نشده بمالند مفید است .

زخم و قرحه :خشکیده اش علاج زخم پلید است زخم را خوب می کند و چرک زخم ها را پاک می کند .در علاج پوست انداختن بسیار مؤثر است .

داروی گری چرکین است و در تنقیه زخم های پلید کم نظیر است .

سر : افشره اش را به بینی بکشند مغز و سر را پاک می کند .

بیخش را بسایند رطوبت های سر را بیرون می کشد . افشره اش علاج قوباء(نوعی بیماری ویروسی) است .

چشم :افشره اش با عسل داروی تم ،سپیدی و اثر زخم چشم است .

سینه :برگ و ساقه های لاله را با گیاه مرزه کوهی بپزند و بخورند شیر را ریزش می دهد .

اندام های راننده :لاله را بردارند حیض را راه می اندازد .

شکر

نیشکر با شکر هم مزاج و از شکر نرمی بخش تر است .

مزاج : گرم و تر است و گرمی در شکر تبرزد کمتر است .

خاصیت :نرم کننده ، زداینده و شستشو دهنده است .

چشم :آنچه به انگم شبیه و از نیشکر می گیرند چشم روشنی است .

سینه :سینه را نرمش می دهد و زبری را می زداید .

اندام های غذا :برای معده خوب است . لیکن برای معده ای که صفرا در آن پیدا می شود زیان آور است و در این صورت شکر به صفرا تبدیل

می شود .شکر راه بندان ها را باز می کند ، تشنگی آور است ولی نه به اندازه ی عسل و به ویژه شکر کهنه تشنگی آورتر از تازه آن است .

شکر کهنه خون تیره و پرمایه بوجود می آورد.بلغم را از معده می زداید .

نیشکر در استفراغ مفید است .

هرشکری و به ویژه آنچه بر بالایی های شکر می نشیند و گویی نمک است ، اسهال آور است . شکر سلیمانی و شکر سرخ بیشتر از سایر انواع شکر لیونت می دهند .

شاید بادزا باشد و شاید بادشکن باشد .

شکر و روغن بادام در علاج قولنج مفید است .

سرخس

دیسقوریدوس حکیم فرماید:گیاه سرخس به دو نوع نر و ماده تقسیم

شده است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت : خشکاننده بی سوزش و دارای تلخی و گیرندگی است .

قرحه :زخم را بهم می آورد . سرخس ماده را خشک و خرد کننده ، بکوبند ، بسایند و سائیده را بر قرحه های ترصعب العلاج بپاشند بسیار مفید است .

کرم و کرم کدو را می کشد .

اگر سه مثقال سرخس ماده را با آب انگور کهنه بخورند کرم های دراز را بیرون می آورد . اگر زن از سائیده اش بخورد باردار نمی شود .

سرخس خشک را گاهی به منظور دارویی بر شکم می مالند . برگ نودمیده سرخس را بپزند و بخورند ملین است و شکم را نرم می کند .

سرخدار

این گیاه شاخه های باریک و مستدیر الشکل (لوله ای) دارد که بهترین آنها حد وسط میان جوال دوز و قلم نی می باشد .

رنگش سیاه مایل به زرد است .نه مزه زیاد دارد و نه بوی زیاد .بوی کمی که می دهد بوی خوشی است و به بوی ترنج نزدیک است .

قوتش با قوت گوزیو یا برابر ،از آن لطیف تر است و به جای دارچین بکار می رود .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : قبض است و بادشکن .

سر :با آب عطسه آور و با روغن گل داروی سردرد سرد است .

اندام های غذا :برای کبد و معده سرد بسیار سودمند است .گویند شکم را بند می آورد .

سرو

درختی است بلند در پاییز و زمستان خزان نمی کند و همچنان سبز است . در مزه اش تند و تیزی کم و تلخی بسیار هست و گس مزگی از تلخی بیشتر است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :برگ و ثمر سرو قبض است و رطوبت ها را تحلیل می برد و در همه حالات ثمرش از برگش قوی تر است .چسبندگی دارد ، خون را بند می آورد و ضد عفونت است .می گویند ثمر ، شاخ و برگ سرو را بر آتش بگذارند پشه ها را می گریزاند .

آرایش : با سرکه و لوبیا بپزند و ناخن را به آن بمالند لکه های ناخن

می رود .برگ سرو بهک را از بین می برد و مو را سیاه می گرداند .

زخم و قرحه :برگ ، شاخ و ثمر سرو تا نرم و ترند داروی زخم اندام های سخت است .برگ ، شاخ و ثمر سرو با آرد جو باشد مورچگی و باد سرخ را درمان می کند .

مفاصل :ضماد برگ تر و ثمر سرو برای فتق داروی خوبی است .با آرد جو ضماد شود باد سرخ و همانند آن را علاج می کند . تقویت اعصاب می کند . آماس بیضه را فرو می نشاند .سستی را از بین می برد و محکم می نماید .

سر :ثمر سرو را بکوبند تا نرم بشود و با انجیر فتیله سازند و در بینی بکشند گوشت زائد را از بین می برد . با سرکه بپزند مسکن درد دندان است .

چشم : ضمادش در علاج ورم چشم مفید است .

نفس کش :آب پزش یا ثمرش را با آب انگور کهنه بخورند برای علاج خون برآوردن ، دشواری نفس ، بلند نفسی و سرفه کهنه بسیار سودمند است .

برگ سرو را با آب انگور کهنه سیاه بخورند داروی عسر بول است و مواد رطوبی ناساز را از رسیدن به مثانه باز می دارد .

در علاج قرحه روده مفید است و شکم را از زائده های ناسازگار حفظ

می نماید .

سماق

دو نوع است ، خراسانی و شامی .

مزاج :سرد و خشک است .

خاصیت :گیرنده ، توانبخش و بندآورنده است . سماق در خونریزی بسیار مؤثر است و بعضی عقیده دارند که حتی اگر سماق درسته را بر جای خونریزی ببندند کافی است .سماق تراوش صفرا را به اندام های درونی راه نمی دهد .

آرایش :آب پز آن نوع از سماق که به سماق رنگرزان مشهور است مو را سیاه می گرداند .

ورم :جای ضربه خورده را ضماد بگذارند از آماس و خون بند شدن (حصر) جلوگیری می کند .زیاد شدن آماس را مانع است .سماق داروی کژدمه است .

قرحه :سرایت زخم چرکی را مانع می شود .

مفاصل :آب پزش را بر درد استخوان بمالند از آماسیدن جلوگیری می کند .

سر :چرک و ریم گوش را از بین می برد . انگم سماق را در دندان کرم خورده بگذارند درد را تسکین می دهد .

اندام های غذا :دباغ معده است . معده را قوی می کند ، تشنگی را آرام می بخشد .ترشی سماق اشتهای خوراک را بر می انگیزد . دل بهم آمدن ناشی از صفرا را آرام می بخشد . بندآورنده شکم ، بندآورنده خونریزی حیض و غیره است .

علاج پوست اندازی روده است .حقنه با سماق آب ریزش زهدان و بواسیر را چاره می کند .

سماق در طعام باشد برای از بین بردن اسهال همیشگی ، زخم روده و فساد معده خوب است .

سندروس

دیسقوریدوس گوید :سندروس انگم درختی است از عربستان و هندوستان .

کمی به مر می ماند .بویش بد است . بعضی از دود آن استفاده می کنند و گاهی لباس ها را با آن دود می کنند .

مزاج : گرم و خشک است .

خاصیت : گیرنده و بندآورنده خونریزی است . کشتی گیران این دارو را بکار می برند که سبک خیز و توانا باشند و به نفس تنگی دچار نشوند .

آرایش: کسی که بخواهد لاغر شود هر روز سندروس را در آب و سکنجبین حل کند و بخورد بسیار مؤثر است .

قرحه :دود سندروس ناصورها را می خشکاند .

سر :رطوبت های سرماخوردگی بوسیله ی دود سندروس بر طرف

می شوند .لثه را استحکام می بخشد و در تسکین درد دندان نظیر ندارد .

سینه :درعلاج خفقان حکم کهربا دارد . بندآورنده خون است .

چشم :در زدودن لکه های چشم زود تأثیر می کند .

سندروس حل شده در آب و سکنجبین را در چشم بچکانند ضعف دید را بر طرف می نماید .

سنبل

دو گونه هست یکی سنبل الطیب و دومی سنبل رومی .

سنبلی که (اقلیطی)نام دارد از سنبل هندی و سوری در هر خصوص ناتوان تر است .مگر در ادرار بول که در ریزش بول تأثیر بسیار دارد .

سنبلی هست که ستبر است و آن را سنبل غلیظ می گویند اینگونه سنبل با سنبلی که آن را سنبل سوری (منسوب به سوریه)نامیده اند در تأثیر بخشی تقریباً برابر است .

بهترین نوع آن سنبل سوری است که رنگش به زعفرانی مایل است و پرزهای زیاد دارد ، سنبلش کوچک است و خوشبو و شبیه به مشک زمین و مزه اش زبان گز است .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :بازکننده و تحلیل برنده است . سنبل هندی بسیار گیرنده است و حرارت کم دارد .

ورم و جوش :آماس ها را تحلیل می برد .

قرحه :رطوبت قرحه را می خشکاند .

سر :رطوبت های ناشی از سرما را منع می کند و مغز را توان می بخشد .

چشم :هر نوع سنبلی اگر با داروی در چشم کشیدن مخلوط شود یا گرد آن را با سرمه کش بر پلک بمالند مژه ریخته را باز می رویاند و در این کنش سنبل الطیب از سایر انواع سنبل مؤثرتر است .

سینه : همه انواع سنبل تپش (خفقان) را آرام می بخشد ، سینه و شش را می پالاید .رسیدن مواد ناجور را به معده مانع می شود .

اندام های غذا : راه بندان کبد و معده را باز می کند . معده را توان می بخشد ، همه انواع سنبل در علاج یرقان مفید و مانع رسیدن مواد بد به معده هستند .سوزش معده را تسکین می دهد .

هر سنبلی ادرار می دهد .اما سنبل اقلیطی که کم مایه تر است و کمتر قبوضیت دارد ریزش بول قوی تر است .

در آب پز هر سنبلی بنشینند در علاج آماس زهدان مفید است ، درد گرده را تسکین می دهد و مواد بد را به روده راه نمی دهد .

در بند آوردن خونریزی زیاده از حد که برای زهدان روی می دهد خاصیت ویژه ای دارد .

سورنجان

ریشه گیاهی است که برگهایش با زمین تماس دارد و گلهای سفید و زرد

می دهد .بهترینش آن است که رویه و داخلش سفید ، سخت ، ترد است و زود می شکند .سورنجان سرخ و سیاه خوب نیست .

خاصیت :دارای نیروی اسهالی است هر چند گفته اند قبوضیت دارد .

قرحه :سورنجان سفید در علاج زخم کهنه بسیار مؤثر است .

مفاصل :داروی نقرس است . ضمادش فوراً درد را تسکین می دهد . اما اگر زیاد از آن ضماد کنند و بر ورم بگذارند ورم سخت را سخت تر می کند . برای همه مفاصل و به ویژه در حالت سرماخوردگی بهترین یار و یاور مفاصل است .

اندام های غذا : برای معده خوب نیست . معده را ناتوان می کند . سورنجان سرخ و سیاه داروهای اسهالی را در معده باز می دارند و آسیب و بلادهای توان فرسا بدنبال دارند . مسهل است ، شهوت انگیز است و اگر با زنجفیل و پونه و زیره بخورند بسیار شهوت انگیز است .

زهرها :سورنجان سرخ و سیاه سم است .

سوسن

دیسقوریدوس گوید :سوسن گیاهی است که برگش به برگ گلایول می ماند و از برگ گلایول پهن تر ، بزرگ تر و لزج تر است .

مزاج :سوسن آزاد و سفید رنگ گرم و خشک است و سوسن رنگین کمان بیابانی گرم و خشک تر است .

خاصیت :به اعتدال می خشکاند . بیخش زداینده تر از سایر اجزاء است . روغنش لطیف است زیرا از گلش می گیرند و گلش بسیار لطیف است . روغنش را با مواد خوشبو بیامیزند یا نیامیزند بسیار

تحلیل برنده و نرم کننده است و در همه این کنش ها رنگین کمان (ایرسا)ی نامبرده از سایر انواع سوسن قوی تر است .ایرسا مسکن درد و ضد گندیدن و گرمی بخش و لطافت بخش است .

آرایش :سوسن و به ویژه بیخش در علاج لکه های سیاه صورت و کک و مک مفید است و صورت را بدان شویند رخساره را پاکیزه و صیقل می دهد و ترنجیدگی را از میان بر می دارد .

ورم و جوش :برگ و تخم سوسن را بکوبند ، بسایند و با آب انگور کهنه مخلوط کنند و ضماد سازند و بر باد سرخ گدازند بسیار سودمند است و همچنین در علاج ورم نارسیده بلغمی و گری چرکین و نرم کردن کبره (خشک ریشه) و(سعفه) بسیار خوب است و به ویژه اگر با داروهای دیگر مخلوط بشود تأثیرش بیشتر می شود .

زخم و قرحه :قرحه را از گوشت خوب پر می کند .بیخش داروی سوختگی از آب گرم است .زیرا می خشکاند و با ملایمت می زداید . آب پز برگش نیز همین تأثیر را در این زمینه دارد . اگر در استعمال کردن بیخ و برگش روغن گل همراه باشد بسیار بهتر

است .

افشره رنگین کمان (ایرسا) و سایر انواع سوسن را با عسل و سرکه در آوندی مسین می جوشانند داروی قرحه مزمن و زخم هااست .

برای علاج سوختگی آب گرم سوسن کاشتنی از هر سوسنی بهتر است .

مفاصل :در مداوای گسستن عصب ، ترنجیدن عصب و بیماری اعصاب بهترین دارو است .

سر :آب پز بیخ سوسن را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد و به ویژه سوسن بیابانی در علاج درد دندان بسیار کاری است .آب پز بیخ سوسن خواب آور است .روغن سوسن علاج قرحه سرو سپوسه است . در گوش بچکانند وزوز و صداها را می خواباند .روغن سوسن با روغن گل را بر پیشانی بمالند سردرد بر طرف می شود .بینی را بدان اندایند رطوبت نرمی که بر رویه بینی می نشیند از بین می رود .

سینه :بیخ سوسن و به ویژه نوع رنگین کمانی اش علاج نفس بلندی و سرفه می باشد و رطوبت های بازمانده و پرمایه را از سینه پاک می کند .

اندام های غذا :سوسن و روغنش برای معده بد و برای طحال خوب هستند .

روغن سوسن باز کننده و تحلیل برنده است .بخورند یا بمالند زهدان سفت شده را نرم می کند .بیخ سوسن را با روغن گل بپزند در علاج بیماری های زهدان بی نظیر است .روغن زنبق هم بهترین

داروی درد زهدان است .بیخ سوسن را با سرکه بپزند یا با تخم بنگ و آرد گندم آب پز کنند ورم گرم رگ های بیضه را فرو می نشاند .

بیخ سوسن و روغن زنبق دهانه بواسیر را هر طوری باشد باز می کنند . اگر با آب انگور کهنه بخورند حیض را ریزش می دهد و اگر با سرکه بنوشند کسانی که در جماع به سرعت آب می ریزند از آن بهره می بینند .

اگر بیخ سوسن را در آب بپزند و بعد زنان آن را بر خود ببندند سفتی زهدان نرم ، دهانه باز و درد زهدان بر طرف می گردد .

تب ها :در علاج تب و لرز مفید است .

زهرها :سوسن و افشره و تخم سوسن خورده شود پادزهر همه نیش ها و به ویژه پادزهر نیش کژدم است .

روغن سوسن پادزهر بنگ و قارچ سمی و گشنیز است .

سوسنبر

همان سینبر است .

مزاج :گرم و خشک و ضد گندیدگی است .

آرایش: شپش کش است .

ورم و جوش :در علاج ورم ناپیدا و التهابات شدید زیر پوست و بسیار سخت مفید است .

سر :سوسنبر را در سرکه بپزند و با روغن گل مخلوط کنند و بر سر بمالند در علاج فراموش کاری و درهم و برهمی فکرو بیماریهای آن مفید است .علاج سردرد است .

برگ سوسنبر بیابانی را بر سر و پیشانی ببندند سردرد را درمان می کند .

اندام های غذا :کرم و کرم کدو و بچه مرده را بیرون می آورد .

سوسنبر و به ویژه سنگلاخی آن بول و حیض را ریزش می دهد .

سوسنبر بیابانی را با آب انگور کهنه بخورند چکمیزک را باز می دارد و سنگ را بیرون می آورد . برای درد و پیچش روده مفید است .

زهرها :پادزهر نیش ها است .بر نیش زده زنبور بگذارند و یا در سکنجبین بریزند و بخورند درد نیش زنبور از بین می رود .

سیاه دانه

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :تند و تیز ، تکه کننده ، بلغم ، زداینده ، بادشکن است و بادکرده ها را فرو می نشاند .بسیار تنقیه کننده است .

آرایش : زگیل های واژگون را می برد .خال ها را می زداید و در علاج لک و پیس و برص ویژگی دارد .

ورم و جوش :با سرکه داروی جوش شری و ورم بلغمی سخت است .

قرحه :با سرکه به زخم بلغمی و گری چرکین بگذارند مفید است .

سر :داروی زکام است و به ویژه اگر در روغن سرخ کنند و در وصله کتان بپیچند و بر پیشانی بمالند سردرد سر را از بین می برد .

اگر شبی در سرکه باشد و فردای آن روز آن را بسایند و آن را بو بکشند در علاج سردرد مزمن و کج دهنی بسیار مفید است .

سیاه دانه سبب باد کردن انسداد پالایشگاه است .

آب پزش را با سرکه مزمزه کنند درد دندان تسکین می یابد و اگر با چوب صنوبر آب پز شود در تسکین درد دندان مؤثر است .

چشم :سیاه دانه را بسایند و گردش را با روغن زنبق مخلوط کنند و به بینی بکشند اول آب آمدن در چشم را مانع می شود .

نفس کش :با نطرون خورده شود در بلند نفسی مفید است .

اندام های راننده :سیاه دانه را بخورند یا برناف بمالند داروی کرم و کرم کدو است . اگر چند روزی آن را بکار برند حیض را راه می اندازد .

اگر با عسل و آب گرم خورده شود در سنگ کلیه و مثانه مفید است .

تب ها :در علاج تب های بلغمی و سودایی داروی بسیار خوبی است .

زهرها :خوردنش پادزهر نیش رتیل است .حشرات از دودش می گریزند . بسیار خوردنش کشنده است .

ریس

همان درخت عرعر است و دو نوع می باشد : بزرگ و کوچک و به زالزالک می ماند اما از آن سیه فام تر و دارای بوی خوش و تند است .

از حیث شکل ظاهری دو نوع است :در یکی از آنها برگها شبیه برگ سرو ، بسیار خاردار و در جهت پهنا بیشتر از درازا گسترش می یابند .

در نوع دیگر برگها شبیه درخت گز و مزه آن مانند مزه برگ سرو است ولیکن خشک تر و کمی گرم تر از آن می باشد .

خاصیت درمانی :بسیار تحلیل برنده است چنان که خشکاننده و گزنده است و در پنهانی قابض .

آن را در مرهم های گرمی بخش و عطر بکار می برند و بیشتر در روغن افشره اضافه می کنند .

زخم ها و قرحه ها :گرد ریس را در خوره می پاشند و اگر با عسل همراه باشد در مداوای قرحه عفونی مفید است .از سرایت دمل و جوش جلوگیری می کند و زخم های سیاه شده را از بین می برد .

گاهی از آن ضماد درست می کنند و این ضماد زخم را التیام نمی بخشد زیرا گزنده و بسیار گرم و خشک است و کارش فقط

خشکاندن است و بس .

انـدام هـای سـر :اگر میوه ریس را در روغن کنجـد و در ملاقه آهنین آنقـدر بجوشاننـد تا میوه سـیاه رنگ گردد و آن را در گوش بچکانند بسیار مفید خواهد بود .

اندام های دفعی : اگر کسی آن را بخورد بول وی خونی می شود و حیض را روان می سازد .

استنشاق دود ریس و استعمال شیاف آن نیز همین تأثیر را دارد .

ریواس

گیاهی است که بهاران بر کوهساران می روید .

مزاج : سرد و خشک .

خاصیت :خاموش کننده گرمی ، بندآورنده خونریزی ، تسکین دهنده گرمی .

ورم :در علاج طاعون مفید است .

چشم : افشره اش را در چشم بکشند دید را قوی می کند .

اندام های راننده :در اسهال صفرایی مفید است .

تب ها :در حصبه و آبله و طاعون سودمند است .

زالزالک

دیسقوریدوس گوید :زالزالک درختی است خاردار و برگش به برگ درخت « لوقوراشی » می ماند .

میوه های کوچک سیب مانند دارد که از سیب کوچک ترند . رنگش سـرخ و خوشمزه است و در هر یک از میوه هایش سه هسته موجود است .

مزاج :بعضی گویند سرد و تر است .

خاصیت : قبض و از سنجد قبض تر است . صفرا را بر می کند و در بند آوردن مواد مایع بدن از هر میوه ای اثر بخش تر است .

سر : مایه سردرد است .

اندام های غذا : با معده ناسازگار است .

اندام های دفعی : چون قبض است بول را بند نمی آورد .

زغال اخته (مران)

میوه درختی است بسیار گس مزه .

خاصیت :گیرنده و خشکاننده است .

زخم و قرحه :سوخته پوستش را در آب بریزنـد و بر گری چرکین بپاشـند سودمنـد است . این میوه تا حـدی گیرنـده است که زخم های وخیم را بهم می آورد .

زهرها : افشره زغال اخته را با آب انگور کهنه بخورند یا از افشره اش ضماد سازند و برمار گزیده بگذارند پادزهر است .

گویند اگر کسی آرد اره چوب زغال اخته بخورد می میرد .

زنبق (ایرسا)

منظور از ایرسا ریشه سوسن آسمانگون است . سوسن آسمانگون گیاهی است دارای ساقه های متعدد که گل آن به رنگهای گونه گون است . سفید ، زرد ، آسمانی ، بنفش و از این رو آن را ایرسا نامیده اند که به معنی رنگین کمان است .

ساقه های ایرسا بندبند ،برگش باریک است و اگر کهنه شود کرم می زند .

دیسقوریدوس گوید :برگ ایرسا به برگ سوسن بیابانی می ماند ، لیکن از آن بلندتر و بزرگتر است . ساقه آن گلی می دهد که برگها همدیگر را می پوشانند (پر برگ)و به چندین رنگ در می آیند .

قسمی به زردی مایل و ارغوانی هستند و قسمی به رنگ آسمانند و از این اختلاف رنگ آن را رنگین کمان می گویند .

ساقه هایی سخت و خوشبوی دارد و باید بعد از چیدن در سایه گذارند و به رشته کتان بکشند .

خاصیت درمانی :گرمی بخش ، لطافت آور ، رساننده ، بازکننده و تنقیه کننده است .اگر افشره اش را در عسل آب حل کنند . بلغم غلیظ را تنقیه می کند و بیرون می راند .

آرایش :زنبق به تنهایی و همراه خربق که اندازه باشد در زدودن لکه های سیاه و ککک و مک سودمند است .

دمل و جوش :سائیده آن سفت شدگی ها ، ورم های غلیظ ، خنازیر و جوش های پلید را درمان می کند .

زخم و قرحه :در مداوای قرحه های پلید مفید است ، ناصورها را بهم می آورد و حتی اگر گرد آن استعمال شود گوشت را باز می رویاند و استخوانها را با گوشت سالم می پوشاند .

مفاصل : با روغن زیتون خستگی را از بین می برد . اگر با سرکه خورده شود در علاج ترنجیدگی و گسستگی ماهیچه ها سودمند است .

اندام های سر :خواب آور است . سر درد مزمن را از بین می برد .

گاهی آن را روغن گل محمدی و سرکه برای رفع سر درد می آمیزد ، زنبق خود به خود علاج سر درد است . عطسه آور است .

آب پز آن را در دهان گردانند درد دندان تسکین می یابد .

روغن زنبق با سرکه صداهای گوش را خاموش می کند و نزله های مزمن را قطع می کند . روغن زنبق بوی بد بینی را از بین می برد و پخته آن نیز همین را انجام می دهد . از چرک زخم ها جلوگیری می کند .

چشم : اشک آور است .

اندام های تنفسی و سینه :در مداوای درد پهلو ، ذات الریه ، تنگ نفسی ، خناق ، خفگی ، سرفه و به ویژه سرفه ای که از رطوبت غلیظ باشد سودمند است .

از آنجا که بسیار لطافت بخش و بازکننده است ، زائده های بند آمده درد سینه را بیرون می برد .

اندام های غذا :خوردن سرکه و زنبق که با هم باشند درد سرد کبد و طحال را تسکین می دهد و به ویژه برای طحال بسیار مفید است . خوردن یا مالش آن در علاج استسقا سودمند است .

اندام های دفعی :دهانه بواسیر را باز می کند . پیچش شکم را از بین می برد .آب عشق و خواب جوانی دیدن را قطع می نماید .

زنبق و آب انگور کهنه مدّر حیض است . در حالت سخت شدن زهدان و دردهای سرد زهدان باید در آب پز زنبق بنشینند.

اگرزن باردار زنبق و عسل را شیاف کند سقط جنین می کند .

روغن زنبق برای زهدان مفید است .اگر زنبق کهنه را خرد کنند و در عسل بریزند و بخورند زرداب و مراره و بلغم را خارج می سازد .

تب ها :روغن زنبق را از بین می برد و علاج تب و لرز است .

زهرها :اگر همراه سرکه خورده شود پادزهر هر سمی است .

جنطیانا

برگهای زیرین آن به برگ گردکان یا برگ بارهنگ شبیه است .

رنگش سرخ ،وسطش برجسته ، ساقه آن مجوف و صاف و به ستبری انگشت است .بلندیش دو زراع است .برگهایش با هم فاصله دارند و میوه اش داخل کاسبرگ ها قرار گرفته است . بیخ آن دراز است و به بیخ زراوند می ماند .در کوهستان ها و در سایه و جای مرطوب می روید . گویند اولین کسی که این گیاه را کشف کرده جنطین شاه بوده که در قله کوهساران بسیار بلند آن را پیدا کرده و از اینرو نام جنطیانا به خود گرفته است .

از این گیاه افشره می گیرند .

چنانکه پنج روز آن را در آب می گذارند ،آنگاه می پزند ،صاف می کنند و بعد می بندند که همچون عسل شود ،آنگاه به عنوان دارو بکار می رود .

بهترین نوع آن جنطیانای رومی است که بسیار سخت و سرخ رنگ و عبارت است از چوب و رگ هایی به ستبری انگشتان .برخی بزرگ ترند و بعضی کوچک تر .

مزاج :سرد و خشک .

خاصیت :بیخ آن بهک را از بین می برد و به ویژه افشره نامبرده اش در این زمینه بسیار مؤثر است .

مفاصل :آن را شربت کنند و بخورند در علاج پیچش پی ها و کسانی که از ارتفاع افتاده باشند سودمند است .

چشم :در علاج رمد بر چشم می مالند .

اندام های تنفسی :افشره آن داروی ذات الجنب است .

اندام های غذا :راه بندان کبد و طحال را باز می کند . شربت آن درد کبد ، طحال ،سردی کبد و آماس کبد را از بین می برد .معده ای که از سرما بیمار است چاره اش با بیخ جنطیاناست .

اندام های دفعی :بول و حیض را راه می اندازد .

زهرها :بهترین پادزهر نیش کژدم است . شربت آن پادزهر نیش همه حشرات سام و زهر دندان سگ هار و کلیه درنده ها را خنثی می سازد .

چنار

مزاج :پوست و گردوی ثمر آن دارای خشکی بسیار است . مزاج چنار سرد و خشکاننده و زداینده است .

خاصیت :برگ و بر چنار سوسک ها را می کشد .

پوست چنار بسیار خشکاننده است . گردی که بر برگ چنار می نشیند برای حواس و غیره بسیار بد و خشکاننده است .

آرایش :پوستش که هم خشکاننده و هم زداینده است شاید در علاج برص مفید باشد .

دمل و جوش :برگ چنار در معالجه ورم های بلغمی و مفاصل و زانو مفید است .

زخم و قرحه :اگر خاکستر آن را بر زخم های پوسته انداز و پلید پاشند داروی خوبی است .پوست چنار را با سرکه بپزند و بر سوختگی بگذارند مفید است .

مفاصل :برگ چنار داروی درد مفاصل ، ورم های گرم مفاصل و به ویژه در علاج ورم زانو سودمند است .

سر :پوست چنار که با سرکه بپزند درد دندان را تسکین می دهد . گرد چنار برای گوش و شنوایی خوب نیست .

چشم :گرد برگش برای چشم زیان آور است .

برگ سبزش را اگر بشویند ،بپزند و بر چشم بگذارند آب ریزش چشم را باز می دارد و التهاب چشم درد را از بین می برد .

سینه :گرد آن برای شش و صدا زیان آور است .

زهرها :ثمرچنار تاتر است و خشک نشده با آب انگور کهنه پادزهر حشرات سامه است . ثمر چنار با پیه ضماد شود پادزهر نیش و گزیده ها است .

حرشف

از تیره کنگر است (صمغ کنگر)

مزاج :گرم و مرطوب

آرایش :محلول آن داروی داء الثعلب ،با آبش سر بشویند شپش کش است . بول بدبو را ریزش می دهد و در نتیجه بوی بد زیر بغل را هم می زداید .

ورم :ورم ها را از بین می برد .

زخم و قرحه :آبش داروی خارش سخت است .

سر :آبش شوره سر را از بین می برد .

اندام های غذا :دل را بهم می زند و به ویژه حرشف کوهی بیشتر مؤثر است .

اندام های دفعی :شهوت انگیز است . بول را راه می اندازد و بول بدبو را بیرون می راند .ملین است و بلغم را خارج می کند .

خار شتری

به انگدان نزدیک است .بهتر آن است که سرکه اش را بکار برند .

سرد و خشک است .سرکه اش معده را به خوبی تنقیه و تقویت می کند . اشتهاآور است .

جرم آن می گزد و از این رو سبب دل بهم خوردگی می شود .

دیر هضم است و بسیار در معده می ماند .

تب ها :در علاج تب ربع ،سه روز در میان سودمند است .

خرفه

گیاهی است شناخته شده .افشره اش در تأثیر درمانی بهتر از هر جزء آن است .

خاصیت :قابض است .نزیف و سیلان های مزمن را قطع می نماید . ارزش غذایی آن کم ، ولی در برکندن صفرا بسیار مؤثر است .

آرایش :بر زگیل بسایند زگیل را بر می کند .

دمل و جوش :ضمادش در ورم های گرم که بیم گندیدن می رود و در باد سرخ مفید است .

سر:به صورت محلول اگر سر را با آب آن بشویند جوش های سر را از بین می برد .کندی دندان را که از خوردن ترشی باشد از بین می برد زیرا زبری دندان را برطرف می کند .سردرد ضربانی را تسکین

می بخشد.

چشم :اگر در چشم بکشند برای چشم درد مفید است ولی زیادش تیرگی می آورد .

اندام های تنفسی :افشره آن با گسی که دارد برای خون بر آوردن مفید

است.

اندام های غذا :خوردن و ضمادش در معالجه التهاب معده ، کبد و استفراغ تلخ (مراری)سودمند است .لیکن اشتها را ضعیف می کند .

اندام های دفعی :حقنه خرفه خراش روده را بر طرف می سازد . در اسهال مراری مفید است .قرحه و درد کلیه و مثانه را از بین می برد و در اکثر حالات اشتهای خوراک و اشتهای جماع را از بین می برد .اما به عقیده ما سرجویه شهوت انگیز است .شاید آنچه او فرماید راجع به مزاج های گرم و خشک باشد .

خرفه در بازداشتن نزیف حیض و در معالجه سوزش زهدان سودمند است .

آب خرفه داروی بواسیر خونی است .افشره اش کرم کدو را

بیرون می آورد .اگر خرفه را بریان کنند و بخورند اسهال قطع می شود .

تب ها :در علاج تب های گرم مفید است .

خرمای کال و نیمه رسیده

هردو نوع مشهورند و میوه گرمسیری هستند .

مزاج :سرد و خشک .خرمای کال از خرمای زرد قابض تر است .

خاصیت :خرما نفاخ است و به ویژه اگر بعد از آن آب بخورند .سرکه خرما در آغاز شیرین شدنش قرقر براه می اندازد و راه بندان هایی در درون ایجاد می کند .

پخته غوره خرما ،خرمای کال ،التهابات را تسکین می دهد و حرارت غریزی را بحال خود می گذارد .

خوردن کال و کم رسیده خرما چون زیاد باشد خلط های پدید می آیند .

سر :خرمای کال سردرد می آورد و اگر بیش از حد بخورند شاید سکته ببار آورد .

خرمای کامل و کم رسیده هر دو برای لثه و گوشت میان دندانها مفیدند .

سینه :با سینه و شش ناسازگارند .

اندام های غذا :معده را دباغی می کنند .در کبد بستگی ایجاد می کنند . دیر هضم اند و تردش دیر هضم تر است .ارزش غذایی آنها کم است و شیرین به هضم نزدیک تر است .

اندام های دفعی :هر یک از آن دو قبوضیت دارند و به ویژه اگر با سرکه یا آب انگور کهنه گس مزه آمیخته شوند .خرمای کم رسیده بول را زیاد می کند و اگر با سرکه گس خرده شود سیلان زهدان و نزیف بواسیر را قطع می کند.

تب ها :زیاد خوردن آنها تب و لرز می آورد .

خربزه

ریشه اش خشکی آور است .

خاصیت :رسیده اش لطیف و کالش متراکم است .مزاج خربزه نارسیده مزاج خیار است و به هر حال باز کننده است .گرمک از حیث خلط از سایر انواع خربزه بهتر است.گوشت آن زداینده و به ویژه تخمش بسیار جلادهنده است

خربزه رسیده و نارسیده هر دو زداینده و تخم آن بیشتر زداینده است .

خربزه با هر خلطی که در معده باشد می سازد و تبدیل به آن خلط می شود .

خربزه بیشتر میل به بلغم شدن می کند تا صفرا و سودا شدن .گرمک زود تغییر نمی کند .

آرایش :خربزه و به ویژه پوست و مغز آن پوست را پاک می کند . در برداشتن لکه های سیاه و سفید پوست و التهاب پوست مفید است و اگر مغز آن را چنان که هست با آرد گندم خمیر کنند و درآفتاب خشک کنند مفیدتر

است .

چشم :پوستش را بر پیشانی بچسبانند مانع نزله های چشم می شود و داروی بسیار خوبی است .

اندام های غذا :خربزه عموماً و به ویژه ریشه اش قی آور است . خربزه اگر خوب هضم نشود قی آور و مسهل می گردد .گرمک دیر هضم است مگر اینکه با همه محتویاتش خورده شود . گرمک از خربزه مغذی تر و خلطش بهتر است .

خربزه را باید بعد از خوردن طعام خورد ،درغیر این صورت دل را بهم می زند و قی می آورد .بهتر آن است که بعد از خربزه کسی که گرمی دارد سکنجبین بخورد و کسی که رطوبتش زیاد است کندر یا زنجفیل پرورده .

اندام های دفعی :کال و رسیده اش مدر بول است و علاج برای سنگ مثانه و کلیه ولی بشرطی که سنگ ریز باشد و در خرد کردن سنگ کلیه

ویژگی دارد .

گرمک کمتر ادرار آور و شیرین تر است و از خربزه زودتر به معده می رسد و به ویژه اگر گرمک نرم باشد .

زهرها :اگرخربزه در معده فاسد شود ،سم می گردد و هرگاه سنگینی معده حس شود باید بسرعت معده را خالی کنند و به هر وسیله ای باشد استفراغ نمایند .

خردل

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :بلغم را قطع می کند و روغنش از روغن ترب گرم تر است .از دودش حشرات گریزانند .

آرایش :رخسار را پاکیزه می کند .لکه های بد رنگ و اثر خون خشکیده را می زداید .در علاج بهک خوب است . زبان را می خشکاند و درد داء الثعلب مفید است .

ورم و جوش :ورم گرم و هر ورم مزمن را نرم می کند .با گوگرد بر خنازیر بگذارند خوب است .

زخم و قرحه :علاج گری و قوباء است .

مفاصل :درعلاج درد مفاصل و عرق النساء داروی خوبی است .

سر :رطوبت سر را بر می چیند .داروی درد گوش و دندان درد است .

بعضی گفته اند :ناشتا خوردن خردل هوش را افزایش دهد .

چشم :در چشم بکشند تم و زبری چشم را از بین می برد .

سینه :خردل کوبیده با عسلاب بخورند قصبه الریه را از زبری مزمن شفا می دهد .

اندام های غذا :تشنگی آور است .

اندام های راننده :علاج خفگی زهدان است و آرزوی جماع را

برمی انگیزد.

تب ها :درتب های هر روزه و کهنه مفید است .

خرزهره

خرزهره دو نوع است : بیابانی و کنار آبی . خرزهره بیابانی برگش شبیه برگ خرفه است .شاخه های دراز و بر زمین گسترده دارد .همراه برگ ها خار هم هست .گاهی این نوع خرزهره را در ویرانه ها نیز می یابیم .نوع دوم که در کنار رودخانه ها پیدا می شود ، شاخه ها پایا و خارها در زیر برگها پوشیده و برگش همانند برگ بیدمشک و بادام است .مزه ای بسیار تلخ دارد .

مزاج : گرم و خشک

خاصیت : بسیار گدازنده ، با آب پز آن خانه را آب پاشی کنند کک و موریانه را ریشه کن می کند .

ورم و جوش : برگ آن را بر ورم های سخت بگذارند داروی بسیار خوبی است .

زخم و قرحه :خرزهره و به ویژه افشره برگ آن داروی خارش و گری و جوش های پراکنده است .

مفاصل :ضماد آن علاج پشت درد دیرپا و درد زانوان است .

سر :شکوفه اش عطسه آور است .

زهرها :به تنهایی سم است .اگر همراه آب انگور کهنه و فیجن خورده شود پادزهر حشرات سمی است .

خرنوب

خرنوب شامی بهترینش است .

مزاج :خرنوب نبطی از شامی خشک تر و سردتر است .

خاصیت :خرنوب شامی خشکی دهنده ، گیرنده و خرنوب نبطی خشک تر و خشکاننده تر است .

آرایش :اگر با خرنوب نبطی نرسیده زگیل ها را ماساژ دهند و فشار زیاد دهند از بین می رود .

سر :آب پزش را در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد .

اندام های غذا :خرنوب شامی برای معده بد است و هضم نمی شود و خشکش نیز دیر هضم است .خرنوب نبطی در علاج یرقان مفید است .

اندام های راننده :در آب پز خرنوب نشستن معده را تقویت می کند .

خرنوب شامی تر شکم را روان می کند ، خرنوب شامی خشک شکم را بند می آورد و در علاج کم اشتهایی مفید است .

خرنوب نبطی از ریزش بی انقطاع و زیاد از حد حیض مفید است بشرطی که بردارند و بخورند .

در علاج پیچش و درد روده و در اسهال نیز مفید است .

خربق

دیسقوریدوس گوید :برگ این گیاه همانند بارهنگ یا سلق بیابانی و از سلق بیابانی کوتاه تر است .

باید نوعی را برگزید که پهنای سطحش مناسب و رنگش سفید ، زودشکن و بزرگ حجم و نازک باشد و فوراً در اول مرحله چشیدن بسیار زبان سوز نباشد و آب در دهان جمع گردد .

مزاج :گرم و خشک است .

خاصیت :خربق سفید از سیاه تلخ تر است و سیاه از سفید گرم تر و اگر موش بخورد می میرد .

آرایش :در عمل آرایش با خربق سیاه برابر است .

قرحه :سائیده اش را ببویند عطسه می کنند .

چشم :دید را قوی می کند .

اندام های غذا :خربق سفید در استفراغ کردن بسیار قوی است اما خطر خفه شدن نیز دارد .

زهرها :خوردنش سم است . سگ و خوک بخورند می میرند .

خربق سیاه

خوبش آن است که نه بسیار تازه و نه بسیار کهنه ، نه بسیار چاق و نه بسیار لاغر و میانه این چهار حالت باشد .

رنگش خاکستری ، زودشکن ، پوشیده نباشد که در میان آن چیزی مانند تار عنکبوت متکون شده است . مزه اش تند و زبان گز باشد .

مزاج :گرم و خشک .

خاصیت :گدازنده ، نرم کننده ، بسیار زداینده است و به حدی که گوشت مرده را می خورد .

آرایش :با سرکه بر پوست رخساره بمالند بهک و وضح (لکه سفید) را بر می دارد .

زخم و قرحه :شیر خربق سیاه و خربق سفید را با سرکه بر پوست بمالند یا با آن استفراغ کنند علاج گری و قوباء و پوست انداختن است .ناصور را شفا می دهد و زخم سفت را از بن بر می کند .

مفاصل :استفراغ بوسیله ی تزریق در علاج فلج و درد مفاصل بسیار مفید است .

سر :خربق سیاه را در سرکه بپزند و در گوش بچکانند صداها را خاموش می کند و اگر در دهان بگردانند درد دندان تسکین می یابد .

آب پزش را در گوش کم شنوا بریزند شنوایی را تقویت می کند و در علاج بیماری وسواس و مالیخولیا وصرع و سردرد نیمه ای و سایر بیماری های سر مفید است .

چشم :در چشم بکشند دید را نیرو می دهد .

اندام های راننده :داروی بیماری سودا است و سودا را از تمام تن بیرون می راند .

زیان و فشاری ندارد .بلغم و صفرا را بیرون می آورد .

خون را از هر خلطی می پالاید حتی اگر در آن سوی بدن باشد و خلط های بد را از پوست می زداید .

خریق سیاه در علاج ورم روده و مثانه و در ریزش دادن بول و حیض مؤثر است .

خطمی

این نام یونانی و به معنی بسیار مفید آمده است .

مزاج :گرم و خشک

خاصیت :نرم کننده ، رساننده ، سست کننده و تحلیل برنده است .

آرایش :با روغن کنجد بر پوست بمالند ودر آفتاب بنشینند بهک را می زداید. تخمش مؤثرتر است .

ورم و جوش :ورم سخت را نرم می کند ،از آماس جلوگیری می نماید ،ورم خونی را فرو می نشاند ،دما را می رساند ، در علاج آماس بادکن و خنازیر مفید است .

با سقز تلخ بردارند زهدان سخت شده را نرم کند .

با صمغ و گوگرد بر خنازیر بگذارند سودمند است .

مفاصل :خطمی و به ویژه اگر با پیه غاز باشد در علاج درد مفاصل ، بیماری اعصاب ، لرزش ، گسستگی وسط های ماهیچه و کشیدگی اعصاب مفید است .

سر :ضمادش علاج ورم بناگوش است .

چشم :التهاب و بادکردگی پلک را از بین می برد .

سینه : تخمش علاج سرفه گرم است . راه بلغم برآوردن را آسان می کند ، مانع خون برآوردن است ، زیرا گیرندگی در بر دارد .

ضماد برگش ورم پستان را فرو می نشاند و از علاجات ذات الجنب و ذات الریه بشمار می آید .

اندام های غذا :شیره اش تشنگی را از بین می برد .

اندام های راننده :آب پز برگ و بیخش را بخورند در علاج سوزش مجرای بول ، سوزش روده ، ورم اطراف پیزی ، اسهال بد ، مفید است .

تخمش را با سقز بردارند علاج سفت شدن و بهم آمدن زهدان است .

آب پزش برای زهدان خوب و خون زچگی را پاک می نماید .

زهرها :با روغن کنجد و روغن زیتون بر تن بمالند از گزند حشرات در امانند.آب پزش با روغن کنجد را بر جای نیش زنبورعسل بمالند مفید است.

آبنوس

چوبی است مشهور که آن را از زنج یا به قول دیسقوریدوس از حبشه می آورند سیاه خالص است و طبقاتی در آن نیست .هنگامی که می برند بشکل شاخ خمیده یا به قولی به شاخ مخروط می ماند ،به زحمت می شکند و شکسته اش زبان را می گزد .بهترینش آن است که با وجود سیاهی و همواری ، خطوطی در آن مشاهده نمی شود ،در ساییدن به شاخ خراطی شده شبیه ، پر مایه و محکم است .

در چشیدن گزش دارد .

مزاج :گرم و خشک است . گروهی برآنند که با وجود حرارتی که دارد حرارت خون را خاموش می نماید .

خواص درمانی :تم و سپیدی چشم را از بین می برد .از ساییده آن شیاف می سازند ،اگر برفسان سایند و گرد آن را در چشم بکشند بسیار سودمند است .

خاک اره آبنوس را بر طبقی می سوزانند و می شویند زخم مزمن چشم را بر طرف می سازد .علاج رمد خشک ،گری چشم و آبریزی دائم چشم است .

اندام های دفعی :به گفته خوزیان سنگ کلیه را خرد می کند و باد شکم را علاج است .

آلو

نیاز به معرفی ندارد .آلوی بستی از آلوی سیاه قوی تر و آلوی زرد از سرخ رنگ آن مؤثرتر است .

آلوی سفید مات (غیر براق)سنگین و کمتر اسهالی است .

مزاج :سرد و تر است .

خواص درمانی : صمغ آن لطافت بخش ، قطع کننده و چسبناک می باشد .

زخم و قرحه :انگم آن قرحه را جوش می دهد . مخلوط آلو با سرکه اگزما را از بین می برد و به ویژه اگر عسل یا شکر داشته باشد برای کودکان مفید است .

اندام های سر :در دهان گردانیدن برگ آلو از نزله های لوزتین و زبان کوچک جلوگیری می نماید .

چشم :انگم آلو را در چشم بکشند دید را قوی می کند .

اندام های تنفسی و سینه :آلوی ترش و شیرین التهاب قلب را تسکین می دهد. اندام های غذا :ترش و شیرینش در بر کندن صفرا از همه مؤثرتر است. آلوی شیرین معده را تر و سرد می کند ،سستی می دهد و عموماً با معده ناسازگار است .

آلوی شیرین در بیرون راندن صفرا از سایر آلوها مؤثرتر است .

در اسهال ،آلوی تر از آلوی خشک کاری تر است و این خاصیت از لزج بودن آن ناشی می شود .

ابر مرده (اسفنج)

جرمی است دریایی ،در سستی و تخلخل به نمد می ماند .گویند جانوری است که در جایی که بدان چسبیده حرکت می کند ولی از جای خود دور نمی شود .

تر و تازه اش که نیروی مزاجی بحر با اوست قوی تر و خشکاننده تر از کهنه آن است .

سنگ شده آن هم همین مزاج را دارد ولی کمتر گرم است .

خاصیت درمانی :بسیار خشکاننده است .اگر آن را به ویژه تازه اش را بسوزانند و خاکستر آن را با روغن زیتون مخلوط کنند و بر جای بریده یا دریده بگذارند از خونریزی جلوگیری می کند و اگر تنها اسفنج را با آتش بسوزانند و بر زخم بگذارند چون گوهرش بازدارنده خون است و از سویی با گرمی که از آتش دارد داغ می گذارد از خونریزی جلوگیری می کند و همچنین آن را فتیله کنند و به دهانه رگهای بهم آمده فرو کنند رگها را باز می کند ، لطافت بخش است و جلا دهنده (زداینده).

دمل و جوش :ورم های بلغمی را خشک می کند .

زخم و قرحه :اسفنج را در سرکه خیس نمایند و بر زخم بگذارند زخم را خوب می کند .

اسفنج را با عسل بجوشانند زخمهای عمیق را درمان می کند و اگر اسفنج را خشک یا با آب انگورکهنه خیس کنند و بر زخم بگذارند سودمند است. رطوبت های کهنه را می خشکاند و جای زخم را پاک می کند .

اندام های تنفسی و سینه :سوخته اسفنج همراه روغن زیتون در معالجه خون برآوردن مفید است .

سنگی که در اسفنج است سنگ مثانه را خرد می کند .

استبرک(غلب لب)

درختی است از یمن و عربستان و یکی از شیره داران است .گویند نوعی از این درخت سایه اش سم است کسی زیر سایه اش بنشیند می میرد .

مزاج :گرم و خشک .

خاصیت :قبضی است ملایم .

آرایش :برپوست بمالند در علاج بیماری های ویروسی پوستی (سعفه)و قوبا مفید است .

سر:بر سر بمالند خارش (حرارت)را از بین می برد .با عسل مخلوط کنند و به دهان بچه بمالند زخم های دهان را شفا می دهد .

اندام های راننده :اسهال می آورد و روده را ناتوان می کند .

زهرها :نوعی استبرک هست اگر در سایه اش بنشینند زیان می بینند و شاید بمیرند بهتر آن است که از آن دوری کنند . شیره آن سمی است و شش و کبد را تکه تکه می کند و در مدت دو روز می کشد .

اسفرزه

اسفرزه دو نوع است :زمستانی و تابستانی

مزاج :سرد و تر است .

خاصیت :خرد شده آن را در روغن گل بجوشانند قابض است .با سرکه ضماد کنند سردرد را به کلی از بین می برد .

دمل و جوش :با سرکه بهم بزنند در مداوای ورم های گرم ، مورچه ، جمره ، باد سرخ ، و به ویژه دملهای بناگوش و دمل های بلغمی بسیار مؤثر است .

مفاصل :ضمادش با سرکه و روغن گل پیچش و ترنجیدگی عصب ، نقرس و درد گرم مفاصل را درمان می کند .

سر :ضمادش را بر سر بگذارند سر درد گرم علاج می شود .

سینه :سینه را تماماً نرم می کند .

اندام های غذا :لعاب اسفرزه با روغن گل ، یا باروغن بادام تشنگی صفرایی شدید را تسکین می دهد .

اندام های دفعی :اگر اسفرزه را با روغن گل مخلوط کنند اسهال را بند می آورد و از خراش جلوگیری می کند ، به ویژه برای کودکان بسیار مفید است . اگر با روغن بنفشه باشد شکم را روان می کند .

تب ها :خوردن آن شدت تب های گرم را تسکین می دهد .

اشنان

چندین نوع است .نوعی که سفید است و آن را چلغوز گنجشک گویند از همه لطیف تر است و نوع دیگر آن به رنگ سبز است .

خواص درمانی :جلا می دهد ، تنقیه می نماید و بازکننده است .

اندام های دفعی :بند آمدگی بول را درمان می کند .

زهرها :سم قاتل است.و دود اشنان سبز حشرات را می گریزاند .

افسنتین

گیاهی است که برگ آن شبیه برگ مرزه و دارای تلخی و گیرندگی و سوزش است .

حنین گوید :«افسنتین چندین گونه است :خراسانی ، مشرقی ، سوسی و طرسوسی ».

دانشمندان دیگر که قدیمی تر از حنین هستند گفته اند :افسنتین نبطی (خودرو)معطر است .

افسنتین عموماً دارای گوهر خاکی و لطیف است .با مزاج خاکی خود دارای گیرندگی ،با گوهر لطیفش اسهال می دهد و باز کننده است .بهترین نوع افسنتین گونه سوسی و طرسوسی است که به رنگ عنبر است .

مزاج :گرم و خشک و افشره اش گرم تر است .

خاصیت درمانی :افسنتین بازکننده و گیرنده است .

افسنتین لباس را از بید و گزند حشرات نگاه می دارد و اگر با مرکب ترکیب شود رنگ مرکب ثابت می ماند ،تغییر رنگ نمی دهد و کاغذ را از موش خوردگی محفوظ می دارد .

آرایش :افسنتین رنگ و رو را زیبا می کند .برای موخوره و گری مفید است .لکه های بنفش زیر چشم را می زداید .
درزخم و دمل و جوش :ضماد و شربت آن برای گرفتگی های عروقی درونی مفید است .درمداوای گوش :بخار پخته شده آن درد گوش را تسکین می دهد و خوردن آن با عسل از سکته جلوگیری می نماید .
اندام های چشم :هرنوع و به ویژه خودرو آن اگر به صورت ضماد در آید و به زیر چشم ببندند برای معالجه هر نوع درد کهنه و تیرگی چشم مفید است .
اندام های تنفسی : شربت آن کشیدگی زیر سراشیبی های دنده های رو به شکم را معالجه می کند .
اندام های تغذیه :اگر پخته و افشره افسنتین را به مدت ۱۰ روز بنوشند در باز گردانیدن اشتها تأثیر به سزایی دارد . شربت افسنتین معده را تقویت می کند و در بسیاری از حالت ها مفید است . اگر کسانی که یرقان دارند آن را به مدت ۱۰ روز بخورند بسیار مفید است و در مداوای طحال مؤثر است و اگر آن را با عدس یا برنج بپزند و بخورند کرم ها را از بین می برد . افسنتین مخلوط با سنبل بادشکم و معده را چاره ساز است . اگر افسنتین را با روغن حنا مرهم کنند و بر تهیگاه بمالند درد تهیگاه تسکین می یابد و اگر آن را با روغن گل محمدی مرهم کنند و یا با گل محمدی مخلوط کنند درد معده را از بین می برد و سفتی آن را بر طرف می نماید .
اندام های دفعی :دربیرون راندن بول و روان کردن حیض بسیار مؤثراست .به ویژه اگر آن را با عسلاب بردارند .افسنتین مسهل صفرا است ولی در بلغم و آنچه در روده ها ماندگار است مؤثر نیست . علاوه بر آن شربت افسنتین در مداوای بواسیر و بریدگی-خراش و زخم مقعد نیز مفید است .
اگر آن را آب پز کنند و یا آن را با برنج بپزند و با عسل بخورند کرم را از بین می برد و شخص به اسهالی سبک دچار می شود . افسنتین با عدس سوخته نیز همین کار را انجام می دهد .
تب ها :خود به خود در مداوای تب کهنه مفید است .
سموم :با آب انگور کهنه پادزهر گزش نیش کژدم ، گزش راسو ، و سم شوکران است .اگر با سرکه باشد پادزهر قارچ سمی است و پاشیدن آن پشه را از بین می برد .اگر آن را با مرکب مخلوط کنند صفحات کتاب از موش خوردگی به دور می ماند .

اقاقیا

صمغ درخت کرت (خرنوب مصری)است که می خشکانند و از آن قرص می سازند .
ترکیب آن از گوهر خاکی و گوهر لطیف است و از این رو همراه با نوعی سوزندگی است که با شستن بر طرف می شود و از آنجا که دارای تندی است در عمق فرو می رود و سردی می دهد .
این درخت خاردار است و خارهای آن راست نیستند و ساقه اش خمیده است . گلی سپید دارد و میوه آن مانند لوبیا گرگی سپید و در غلاف است .
اقاقیای سبز تیره که به سیاهی می زند بوی خوش دارد ، گران وزن ،سخت و از همه بهتر است .
مزاج :شسته آن سرد است و خشکاننده .
خاصیت درمانی :اقاقیا گیرنده است و خونریزی را باز می دارد .
آرایش:اقاقیا رنگ را زیبایی و مو را سیاهی می بخشد و چاره ترک های ناشی از سرماست .
دمل و جوش :در این زمینه اقاقیا با آس برابر است و کژدمه را علاج می نماید .اگر با سپیده تخم مرغ همراه باشد سوختگی و دمل های گرم را خوب می کند .
مفاصل :اقاقیا سستی مفاصل را از بین می برد .

اندام های سر:اقاقیا در مداوای قرحه های دهان مفید است .

انـدام های چشم :تنها اقاقیای مصـری در مـداوای چشم مؤثر است که دید را نیرو می بخشد ، چشم را لطیف می کند ، چشم درد را آرامی می بخشد و سرخی داخل چشم را بر طرف می سازد .

اندام های دفعی :وارد بدن کردن به صورت(آمپول -شیاف و ...)(اماله)و ضماد و شربت اقاقیا شکم را بند می آورد .

در معالجه خراش و اسهال خونی مفید است .سیلان رحم را قطع می کند . بر آمدن مقعد و رحم و سستی آنها را از بین می برد .

انگدان

دو نوع است سپید و سیاه .انگدان سیاه در غذاها داخل نمی شود .

خاصیت درمانی :لطافت زا است و بیخش بادآور . اگر تن را با آن و به ویژه با شیره آن ماساژ دهند در جذب کردن مواد به خارج بسیار مؤثر است .

آرایش :بوی تن را تغییر می دهد ، ضماد آن که با روغن زیتون باشد لکه سیاه خونی زیر چشم را به کلی از بین می برد .

دمل و جوش :در علاج زخم های درونی سودمند است ، اگر انگدان و بیخ آن را با مرهم ها مخلوط کنند خنازیر را درمان می کند .

مفاصل :انگدان مخلوط با روغن بنفشه یا روغن حنا درد مفاصل را درمان می کند .

اندام های غذا :بیخ آن باد گلو می آورد ، شکم را قبوضیت می دهد ، دیر هضم است و هاضم ،معده را گرمی می بخشد ، تقویت می کند اشتها بر می انگیزد .

اندام های دفعی :اگر آن را با پوست انار و سرکه بپزند ، بواسیر مقعد را از بین می برد ، ادرارآور است و برای مثانه زیان آور .

زهرها :پادزهر هر سموم است .

انیسون

این دارو تخم رازیـانه رومی است .تنـد مزگی آن از رازیـانه خودرو کمـتر است . دارای نوعی مزه شـیرین و بهـتر از رازیـانه خودرو است .

مزاج :جالینوس گوید :گرم و خشک است .

خواص درمانی :باز کننـده و کمی گیرنـده و گس است .مسـکن دردها ، عرق آور و بادشـکن است و اگر در روغن جوشانده شود تأثیرش بیشتر است .

درمزاج انیسون اندکی تندی است که تقریباً با داروهای سوزنده برابر می باشد. سر:اگر آن را بخار کنند و بخار آن را استنشاق کنند سر درد و سرگیجه را از بین می برد .

اگر آن را بکوبند و با روغن گل محمدی بیامیزند و در گوش بچکانند بیماریهای درونی گوش را که ناشـی از اثر ضـربه یا برخورد باشد بهبود می بخشد و درد گوش را بر طرف می نماید .

چشم :برای سبل مزمن داروی خوبی است .

دستگاه تنفس و سینه :شیر را فزونی می دهد .

تغذیه :حالت تشنگی را که از رطوبت های بورقی رخ می دهد از بین می برد .

برای بند آمدگی های کبدی مفید است و رطوبت طحال را بر طرف می سازد .

انـدام های دفعی :بول و حیض سـفید را ریزش می دهـد . رطوبت های سـفید را از زهـدان پاك می نماید و شـهوت جماع را بر می انگیزد .گاهی که سبب ادرار می شود شکم را بند می آورد ، راه بندان های کلیه و مثانه و زهدان را باز می نماید .

تب ها :با تب کهنه مقابله می کند .

زهرها :پادزهر هر سموم و حشرات سمی است و زبان آنها را دفع می نماید. انگشتان اخمو

شکوفه سورنجان است و تأثیرش تأثیرسورنجان .

بسباسه

نوعی گردو است که به حجم مازو می باشد . پوستش نازك و زودشکن است و بوی خوش و تند دارد .

خاصیت :قبوضیت دارد .

آرایش : کک و مک را می زداید و بوی دهان را خوش می کند .

چشم :تقویت دید می کند و داروی سبل است .

اندام های غذا :کبد و طحال و معده و به ویژه فم معده را تقویت می دهد . شکم را بند می آورد . مدر و داروی عبی اختیاری ادرار است ، اگر با روغن ها مرهم شود مسکن درد است ، و پرزه (شیاف زنانه) سودمند و مانع استفراغ است .

بلادر

میوه ای است شبیه هسته خرما و مغزی دارد همچون گردو ،شیرین مزه است و بی گزند .

پوسـته آن متخلخـل و سـوراخ است و در این سوراخهـا انگـبینی لزج و بودار موجود است .اگر آن را به دنـدان بشـکنند زیـانی نمی رساند به ویژه اگر همراه مغز گردو باشد بهتر است .

مزاج :گرم و خشک .

خاصیت :انگبینش سبب قرحه و ورم می شود و خون و خلط ها را می سوزاند .

دمل و جوش :ورم های گرم درونی را بر می انگیزد .

مفاصل:در مداوای سـردی و سـستی عصب و فلج و کجی دهان مفید است .سـر:برای رفع فراموش کاری خوب است ولیکن بیماری وسوسه و مالیخولیا را تحریک می کند .

اندام های دفعی :دود آن بواسیر را می خشکاند .

زهرها :از جمله سم هاست .سوزنده اخلاط و بدین سبب کشنده است .

پادزهر بلادر دو نوع است و روغن گردو از قوتش می کاهد .

بنفشه

گیاهی است مشهور و بیخش چون سایر اجزایش نیروی دارویی دارد .

مزاج :سرد و تر است .

خاصیت درمانی :خون معتدل بوجود می آورد .

دمل و جوش :بنفشه و برگ آن را با قاوت جو ضماد کنند ورم گرم را فرو می نشاند .

زخم و قرحه :روغن بنفشه برای گری (جرب)داروی خوبی است.

اندام های سر :بو کردن و بر سر مالیدن آن سردرد را تسکین می دهد .

اندام های چشم :مالیدن و خوردن آن در مداوای رمد گرم مفید است .

نفس و سینه :بنفشه و به ویژه مربای آن با شکر درمان سرفه گرم است و سینه را نرم می نماید .

شربت آن درمان سینه پهلو و شش است و دراین زمینه ازجلاب بهتر است .(گلاب)

اندام های غذا :التهاب معده را از بین می برد .

شربت آن علاج درد کلیه، ملینی ملایم است و برآمدن مقعد را فرو می نشاند. خوردن بنفشه خشک صفرا را بیرون می راند .

بیدمشک

از نباتات خوشبو است .

خاصیت :مالیدن آب و افشره اش ورم ها را فرو می نشاند .

سر:شکوفه بیدمشک و بو کردن برگ آن بادهای متراکم سر را درمان می کنند .

اندام های دفعی :شکم را روان می کند .

گل ختمی ، گل همه کاره

ختمی گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می رسد و ساقه آن از کرکهای ریز خاکستری رنگ پوشیده شده است.

ختمی با نام علمی (Althaea of ficinalis) گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است و دارای برگهای دندانه دار و پهن است.

گلهای آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی هستند که به صورت دسته های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود.

این گیاه به علت داشتن گلهای زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه ها کاشته می شود.

پژوهشها نشان می دهد ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و به طور کلی روی تمام اعضای بدون مخصوصا روده ها، ریه ها، معده، کلیه ها و مثانه موثر است.

خواص درمانی ختمی بیشتر در برگ و گل این گیاه است. گل این گیاه را به صورت درمانی برای ناراحتی های تنفسی مثل آسم، برونشیت و سرفه به کار می برند. در ناراحتیهای نادر آسم پودر کرده این گیاه با عسل کاربرد موثری دارد. همچنین ختمی در عفونتهای ریوی جوابگوی بسیار خوبی است.

این گیاه یکی از داروهایی است که پوست اندازی را سریع و شادابی پوست را تضمین می کند و ضدعفونی کننده بسیار خوب و ضدقارچ است.

همچنین از گیاه ختمی در موارد ریزش مو، شوره و چربی سر استفاده می شود و داروی خوبی برای لینت بخشیدن به دستگاه گوارشی است که در موارد یبوست از آن استفاده می شود. می توان از این گیاه به صورت دم کرده استفاده کرد.

گل ختمی انواع مختلفی دارد که هر کدام رنگهای متفاوتی دارند از جمله زرد، قرمز، بنفش و سفید.

ختمی هایی که گل سفید دارند کاربرد درمانی بیشتری دارند. گل ختمی از اواسط خرداد تا اواخر پاییز گل دارد.

موارد درمانی آن بیشتر برگ و گل این گیاه است. گل این گیاه را به صورت درمانی برای ناراحتی های تنفسی مثل آسم، برونشیت و سرفه به کار می برند. در ناراحتیهای نادر آسم پودر کرده این گیاه باعسل کاربرد موثری دارد. این گیاه همچنین در عفونت های ریوی جوابگوی خوبی است.

اگر در موقع استفاده برگ و گل آن با هم مخلوط شود بهتر است البته در موارد درمانی گل ارجح تر است. اصولاً چون این گیاه لعاب زیادی دارد برای شوره سر مورد استفاده قرار می گیرد و همچنین برای طراوت و شادابی پوست صورت از ماسک آن استفاده می شود.

این گیاه یکی از داروهایی است که پوست اندازی را سریع و شادابی پوست را تضمین می کند و ضد عفونی کننده بسیار خوب و ضد قارچ می باشد.

این گیاه در موارد ریزش مو، شوره و چربی سر استفاده می شود. داروی خوبی برای لنیت بخشیدن به دستگاه گوارشی است که در موارد یبوست از آن استفاده می شود.

قسمتهای مورد استفاده این گیاه، گل، برگ و ریشه آن است. ریشه عمیق و طولانی دارد که آن را له می کنند و می شویند و سریع خشک کرده و از آن استفاده می کنند.

تمام موارد درمانی که در مورد گل و برگها گفته شد در مورد ریشه ی این گیاه هم صادق است.

ریخت شناسی

ختمی گیاه بومی مناطق شرق مدیترانه است .

گیاهی است علفی و چند ساله که ارتفاع آن به حدود ۲ متر می رسد ساقه آن از کرکهای ریز که به رنگ خاکستری می باشد پوشیده شده است .

برگهای ختمی دندانه دار ، پهن و مانند قلب می باشد . گلهای آن درشت به رنگ سفید مایل به قرمز یا ارغوانی است که بصورت دسته های سه تایی در اواخر تابستان ظاهر می شود .

ختمی به علت داتشن گلهای زیبا به صورت گیاه زینتی در باغچه ها کاشته می شود . تمام قسمتهای این گیاه استفاده طبی دارد .

ختمی چند نوع می باشد :

ختمی بنفش

ختمی سفید

ختمی سیاه

که خواص ختمی بنفش بیشتر میباشد .

ترکیبات شیمیایی:

ختمی دارای لعاب و موسیلاژزیادی است .این گیاه دارای مواد نشاسته ای ، چربی ، اسانس آنتوسیانین Anthocyanin آل تئین Altheine ، دای اکسی بنزوئیک اسید DIoxybenzoic Acid و سیانیدین Cyanidin می باشد .

خواص دارویی

ختمی از نظر طب قدیم ایران سرد و تر است و بطور کلی روی تمام اعضای بدن مخصوصا روده ها ، ریه ها ، معده ، کلیه ها و مثانه موثر است .

خواص گل ختمی

۱)ملین و برطرف کننده یبوست است .

۲)بیماریهای تنفسی را برطرف می کند.

۳)سرفه های خشک را از بین می برد .

۴)برای رفع گلو درد جوشانده گل ختمی را غرغره کنید .

۵)عادت ماهیانه را منظم می کند .

خواص ریشه ختمی

۱)ناراحتی های پوستی را برطرف می کند و پوست را نرم می سازد .

۲)سرفه های خشک را از بین می برد.

۳)تب راپائین می آرود .

۴)اسهال خونی را شفا می بخشد .

۵)ادرار را زیاد می کند.

۶)کمی ترشحات عادت ماهیانه را برطرف می کند.

۷)تورم را رفع می کند.

۸)ناراحتی های دستگاه ادراری را برطرف می کند.

۹)قند خون را تنظیم می کند.

خواص برگ ختمی

۱–ضماد برگ ختمی در برطرف کردن دمل ها و ورم پستان و روم معده موثر است .

۲–برای التیام شکستگی ها ، برگ ختمی را بصورت ضماد درآورده و روی محل شکستگی بگذارید .

۳–ضماد برگ ختمی در برطرف کردن درد سیاتیک مفید است .

۴–رعشه را برطرف می کند.

۵–ورم بناگوش را با ضماد برگ ختمی درمان کنید.

نحوه استفاده :

۱. خیسانده ریشه ختمی : ۱۰ گرم ریشه ختمی را پوست کنده و خرد کرده و در یک لیتر آب سرد خیس کنید و پس از ۸ ساعت آنرا صاف کرده و نگهداری کنید این مایع در رفع اسهال خونی بسیار موثر است .

۲. دم کرده ختمی :در حدود ۲۰ گرم ریشه ختمی را تمیز کرده و خرد کنید و آنرا در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنرا صاف کرده و با عسل مخلوط کنید .

۳. دم کرده گل ختمی :۲۰ گرم گل خشک شده ختمی را در یک لیتر آب جوش بریزید و بگذارید بماند تا سرد شود سپس آنرا با قند یا عسل شیرین بکنید .

۴. محلول شستشوی چشم : نیم گرم گل خشک ختمی را در ۱۵۰ گرم آب ریخته و به مدت ۵ دقیقه بگذارید بجوشد سپس آنرا سرد کنید و ۵ قطره الکل کامفه در آن بریزید.

پراکنش

به صورت وحشی در تمام مناطق اروپا دیده می شود. در ایران در کناره چشمه ها و نهر ها دیده می شود .

نیازهای اکولوژیکی

این گیاه در خاکهای غنی از عناصر غذایی، هوموس فراوان و رطوبت زیاد رشد میکند.

ختمی چینی

از گلهای عجیب و شگفت انگیزی که رویاهای جهانگردان را در جزایر گرمسیر اقیانوس آرام،به حقیقت پیوند می زند ختمی چینی است.

از گلهای عجیب و شگفت انگیزی که رویاهای جهانگردان را در جزایر گرمسیر اقیانوس آرام،به حقیقت پیوند می زند ختمی چینی است. این گلها معروف به گلهای جادویی هستند. مردم این جزایر معتقدند زمانی که این گلها پدید می آیند ، دیگر ارواح خبیثه شانسی ندارند از این رو در آنجا از پیر و جوان،آویزههایی از این گلهای قیفی شکل و زیبا به رنگهای سرخ،زرد،نارنجی و سفید به گردن، سینه و گوشها می آویزند و یا آنها را زینت بخش موهای سر خود می نمایند.

رویشگاه و ویژگیهای گیاه شناسی

این گیاه پایا،بومی جنگلهای گرمسیر هندوستان بوده و از خانواده پنیرکیان می باشد. نام علمی این گیاه Hibscus Rosa Sinensis است که اولین بار گیاهشناس معروف سوئدی به نام کارل فن لینه آن را نامگذاری کرده است.ارتفاع گیاه به محل کاشت آن بستگی دارد و در فضای آزاد مناطق گرمسیری تا ۵ متر می رسد ولی در گلدان بیشتر از ۵/۱ متر رشد نمی کند. برگها تخم مرغی شکل،نوک تیز،سبز براق و دندانه دار می باشد. گلها بر دو نوع هستند، بوته هایی با گلهای پرپر و دیگری بوته هایی با گلهای کم پر که بر روی شاخه های یکساله ظاهر می شوند. گلدهی گیاه در فصل تابستان آغاز شده و تا پایان پاییز ادامه می یابد، همچنین نگهداری این گیاه در فصل زمستان در گلخانه گرم،سبب گلدهی آن می شود. قطر گلها حدود ۱۰ تا ۱۵ سانتیمتر می باشد و گلها به رنگهای سرخ، زرد، نارنجی و سفید ظاهر می شوند. این گیاه معمولا گلهای زیادی تولید می کند ولی دوام گلهای آن بسیار کم است.

روش تکثیر

ازدیاد این گیاه به وسیله قلمه انجام می شود.بدین منظور در فصل تابستان قلمه هایی به طول ۵ تا ۱۰ سانتیمتر از سرشاخه های بدون گل و غنچه جدا کرده و محل برش را در هورمون ریشه زا فرو می برند. سپس قلمه ها را در جعبه نشا یا گلدانی که حاوی یک قسمت ماسه شسته شده و یک قسمت پیت ماس یا خاکبرگ است، کاشته و آنها را در جای گرم (دمای ۲۰درجه سانتیگراد) نگهداری می کنند. به منظور استفاده هر چه بیشتر از رطوبت موجود توصیه می شود آنها را با پلاستیک بپوشانید. قلمه ها بعد از سه تا چهار هفته ریشه زایی را آغاز می کنند. پس از چندی می توان هر قلمه را در گلدانی که دارای مخلوطهای معمولی خاک است،کاشته و آن را در جای گرم نگهداری کرد.

روش نگهداری

محل مناسب برای نگهداری این گیاه، پنجره های پرنور و آفتابی، جنوبی و غربی می باشد، در تابستان، زمانی که گرما به اوج می رسد، می توان با استفاده از پرده این گیاه را از پرتو مستقیم آفتاب دور نگه داشت، تا برگها دچار سوختگی نشوند. این گیاه به آب فراوانی نیاز دارد و باید سعی نمود که همیشه سطح خاک گلدان مرطوب باشد و هیچگاه خشک نشود. در فصل زمستان گیاه به آب کمتری نیاز دارد ولی نباید اجازه داد که گیاه به طور کامل خشک شود. در فصول رشد هر هفته یکبار می توان از کودهای مایع(۳ در هزار) استفاده نمود. با نزدیک شدن سرما باید از کوددهی صرف نظر کرد و گیاه را در مکانهایی با دمای ۱۰ تا ۱۵ درجه سانتیگراد نگهداری نمود. پس از اتمام گلدهی گیاه را هرس کرده و توصیه می گردد عملیات هرس به تناوب انجام شود تا گیاه فرم دلخواه خود را پیدا کند. گیاه هرس شده شاخه و برگهای جدیدی تولید می کند که گلها بر روی آنها می رویند. گاهی به علت کمی نور برگهای گیاه شروع به ریزش می کنند و یا ممکن است بر اثر خشکی و یا جابجا کردن گیاه ، غنچه های آن بریزد. پیچ خوردگی برگها نیز ممکن است بر اثر کم آبی و یا خشکی هوا صورت گیرد. در ضمن شته ها و کنه ها نیز در کاهش گلدهی گیاه دخالت دارند.

کاربرد

از آنجا ختمی چینی به نور فراوانی نیاز دارد ، می تواند نور مستقیم آفتاب را تحمل کند. این گیاه به تنهایی و یا با گیاهانی مانند

نخل زینتی، کروتون، برگ بیدی، قلب ارغوانی، افربیا، اشوریا، شمعدانی و یوکا در کنار پنجره های جنوبی و غربی مورد استفاده قرار می گیرد. همچنین می توان آن را در فصل تابستان در حیاط منازل و مکانهای پر نور قرار داد. امروزه از گلهای بریده پرپر ختمی چینی با رنگهای متنوع برای زینت مجالس رسمی استفاده می گردد و برای منظور می توان از واریته Indian Maid با گلهای در رنگ قرمز و زرد و یا واریته Dr.Jack با گلهای قرمز روشن استفاده نمود.

دیگر موارد مصرف این گیاه

گیاه گل ختمی با ورم معده مقابله می‌کند

گل ختمی علاوه بر خاصیت محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی، با ورم معده نیز مقابله می‌کند.

به گزارش سرویس بهداشت و درمان ایسنا – منطقه یزد- محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی از خواص مهم دارویی گیاه گل ختمی بشمار می‌آید.

ریشه گیاه ختمی با افزایش اسید معده و ورم معده نیز مقابله می‌کند و دم کرده این گیاه و نیز برگ آن برای درمان ورم شانه و همچنین تکرر ادرار قابل استفاده است.

همچنین شایان ذکر است: ریشه این گیاه به صورت پماد برای درمان جوش و خارش استفاده می‌شود.

گیاه گل ختمی با ورم معده مقابله می‌کند

گل ختمی علاوه بر خاصیت محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی، با ورم معده نیز مقابله می‌کند.

به گزارش سرویس بهداشت و درمان ایسنا – منطقه یزد، محافظت کنندگی غشاء مخاطی دستگاه گوارشی از خواص مهم دارویی گیاه گل ختمی بشمار می‌آید.

ریشه گیاه ختمی با افزایش اسید معده و ورم معده نیز مقابله می‌کند و دم کرده این گیاه و نیز برگ آن برای درمان ورم شانه و همچنین تکرر ادرار قابل استفاده است.

همچنین شایان ذکر است؛ ریشه این گیاه به صورت پماد برای درمان جوش، خارش و بیماری جلب استفاده می گردد.

برطرف کردن تب و سرماخوردگی با گیاه ختمی

ریشه گیاه ختمی در درمان کاهش اشتها، ناراحتی های دستگاه گوارش، تب و سرماخوردگی، احتمال ابتلا به عفونت، ناراحتی های کبد و صفرا و التهاب دهان و حنجره به کار می رود. با توجه به نبود مستندات علمی توصیه شده است که بهتر است این گیاه با احتیاط مصرف شود. لازم به ذکر است مصرف همزمان داروهای خوراکی با این گیاه موجب به تأخیر افتادن جذب داروها می گردد.

افراد مبتلا به آلرژی، گیاه گل ختمی مصرف کنند

آزمایشات متخصصان دانشگاه علوم پزشکی چهارمحال و بختیاری حاکیست: مصرف گیاه گل ختمی باعث کاهش آلرژی در بین افراد در فصول مختلف سال می‌شود.

مدرس دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد در رشته علوم دارویی و داروسازی گفت:

مبتلایان به آلرژی برای کاهش و یا بهبود این بیماری می‌توانند از این گیاه به صورت دم کرده استفاده کنند.

دکتر حجت‌الله روحی بروجنی روز سه‌شنبه در گفت و گو با ایرنا افزود:

آزمایشات و تحقیقات به عمل آمده در دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد روی افراد مبتلا به آلرژی نشان می‌دهد که این گیاه در کاهشالتهابات حلقی بسیار موثر و مفید است و گیاه گل ختمی آلرژیوم نیست.

به گفته وی،همچنین کسانی که برغم استفاده از داروهای ضدسرفه، کاهش سرفه ندارند باید از گیاه گل ختمی استفاده کنند.

وی گفت: بدن برخی از بیماران در مقابل داروهای ضدسرفه مقاوم شده است که در این حالت باید گل ختمی و شیرین بیان مصرف کنند.

روحی یادآور شد: مصرف شیرین بیان برای کسانی که از درد زخم معده رنج می‌برنند، مفید است و استفاده از آن موجب کاهش التهاب دستگاه گوارش و نیز پانسمان زخم‌های گوارشی می‌شود.

مدرس دانشگاه علوم پزشکی در رشته علوم دارویی و داروسازی گفت: مصرف شیرین بیان برای بیماران مبتلا به تب مالت نیز بسیار مفید است.

روحی همچنین گفت: استفاده از گیاه گل برنجاس بر کنترل سندرم روده تحرک پذیر (? (IBS?بسیار مفید است و بتازگی به‌عنوان یک داروی گیاهی بادشکن در مراجع پزشکی مطرح شده است.

این مدرس رشته علوم دارویی و داروسازی دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد گفت:

مصرف گیاه بابونه نیز باعث کاهش التهاب‌های پوستی و اگزما در افراد می‌شود.

روحی اظهار داشت: کرفس کوهی نیز باعث تقویت و افزایش هوشبری و هوشیاری در بین افراد می‌شود.

به‌گفته وی،در زمان حاضر بیش از???? ? گونه گیاه دارویی دراستان چهار محال و بختیاری شناسایی شده است.

وی گفت: با فرآوری و تولید گیاهان دارویی می‌توان زمینه اشتغال بسیاری از جوانان جویای کار را فراهم و چهار محال و بختیاری را حتی تبدیل به منطقه تولید گیاهان دارویی در سطح جهان کرد.

منابع :

ختمی «داروئی» http://daneshnameh.roshd.ir

ختمی Marshmallow http://aftab.ir

خواص درمانی ختمی http://www.sabziran.ir

ختمی چینی http://www.jkmt.ir

ختمی دارویی : Althaea officinalis http://akesh.persianblog.ir

گل ختمی (ختمی) http://www.parsiteb.com

اکلیل کوهی

نویسنده: میرحیدر

به فارسی«اکلیل کوهی»و باغبانهادر تهران«رومارن»می گویند و در کتب طب سنتی با نام«الکلیل الجبل»نام برده شده است.به فرانسویRomarin وRomarin officinal و به انگلیسی Rosemary می شود.گیاهی است از خانوادهLabiatae ،نام علمیRosmarinus officinalis L. آن می باشد. مشخصات

گیاهی است چند ساله به صورت درختچه کوچک که ارتفاع آن ۲-۱ متر می شود.برگهای آن متقابل،باریک،دراز،نوک تیز،و کمی خشن است.روی برگ بدون کرک و سبز ولی پشت آن پوشیده از کرک پنبه ای و سفید است.گلهای آن سفید مایل به بنفش می باشدو در اواخر بهار از لابه لای برگها بیرون می آید.میوه آن چهار فندقه و به رنگ قهوه ای و سفت و گرد و تخم آن کوچک که در داخل میوه است.تمام برگ و شکوفه و اعضای گیاه معطر و خوشبو و برگ و شکوفه آن کمی تلخ و تند است.

این گیاه در منطقه مدیترانه و بیشتر در سواحل مدیترانه ولی در عین حال در تپه ها و ارتفاعات مناطق خشک صحرا نیز می روید .درایران اکلیل الجبل کاشته می شود.

تکثیر ان از طریق کشت بـذر آن و قلمه آن در خزانه صورت می گیرد و روش قلمه معمولتر می باشـد و پس از اینکه قلمه ها ریشـه دار شدند در فصل مناسب به مزرعه اصـلی منتقل می شوند. روش کاشت این که فاصـله بین خطوط ۱ متر و فاصله بین بوته ها روی خطوط ۴۵ سـانتی متر گرفته شود.برداشت سـرشاخه های نازك و برگ آن ممکن است سالی دو بار انجام شود،برگها که برداشـت می شود برای اینکه اسانس ان از دست نرود بایـد فورا پس از برداشت در محل سایه پهن شده و خشک شوند و به این ترتیب برگها رنگ سبز و بوی مطبوع تلخ وشیرین خود را حفظ خواهند کرد.

ترکیبات شیمیایی

ازنظر ترکیبات شیمیایی اکلیل الجبل دارای اسانس روغنی فرار است(گیاه تازه در حدود ۵/۱-۵/۰درصد).اسانس اکلیل الجبل شامل آلفا-پینن،سینئول،بورنئول،کامفنورزمارن است.گلها و سرشاخه ها گلدار و برگها و اسانس ان هم در طب سنتی کاربرد دارد.

خواص کاربرد

درتایوان ،اکلیل الجبل به عناون مهیج و سـقط کننده جنین مورد توجه است و مصـرف زیادتر از حد مجاز آن را سـمی می دانند.در فلیپین جوشانده برگهای ان را به عناون مقوی تونیك ،بادشکن،محرك،معرق و قاعده آور مصرف می کنند،ولی در مصرف داخلی خیلی کم و به مقـدار کم استعمال می شـود.در اسـتعمال خـارجی آب خیسانـده برگهـای ان برای شـست و شـو ی چشم در مـوارد ورمهـای ملتحقه زکامی به کار می رود و برای حمام کردن زنان که تازه وضع حمل کرده انـد،به عنوان حمام معطر و همچنین برای حمـام کردن بیمـاران روماتیسـمی و فلجهـا کـاربرد دارد.اسانس اکلیل الجبل برای جلوگیری از ریزش مومو‌ثر است و برگهای ان به عنوان ادویه معطر در آشپزخانه به کار می رود.

اکلیـل الجبـل از نظر طبیعت طبـق نظر حکمـای طب سـنتی خیلی گرم و خشـک است و خـوردن آن برای سـرفه هـای رطوبی مزمن وتنگی نفس و خفقان سـر و استسـقای زقی (زرد آب در پرده صـفاقی شـکم جمع شود)که با حرارت و عطش شدیـد توام نباشـد و برای بـاز کردن گرفتگی هـاو انسـداد کبـد،طحال،پاك کردن ریه،تحلیل بادها،تسـکین درد کبـد،معالجه یرقان سوداوی،خرد کردن سنگ کلیه و مثانه،ازدیاد ترشـح بول و حیض مفید است.ضـماد آن برای تحلیل ورمهای مزمن مفید است و ضـماد برگ آن از سایر اعضا قوی تر است واگر ضماد برگ ان را درموارد چشم درد سرد به کار برند،درد را کاهش می دهد.

اکلیل الجبل برای گرم مزاجان مضراست از این نظر باید با سکنجبین خورده شود،مقدار خوراك آن تا ۱۲ گرم و جانشین آن از نظر خـواص دارویی افسـنتین است.در مورد مصـرف دم کرده آن ۲۰-۵ گرم برگ و یـا سـرشاخه گلـدار آن برای هزار گرم آب کـافی است.در مواردی که نـتیجه خوب گرفته شود این مقـدار تـا ۵۰ گرم امکـان افزایش دارد.خیس کرده ۴۰-۳۰ گرم برگ و سـرشاخه های گلدار آن در سرکه رقیق که مدت ۳-۲ روز بماند و پس از آن روزی ۵-۴ قاشق خورده شود به عناون مدر برای ازدیاد ترشح بول و استسقا نافع است.

الکولا-تور اکلیـل الجبل :سـرشاخه های گلـدار تازه اکلیل الجبل ۱۰۰۰گرم،الکل ۸۰درجه ۳۰۰۰گرم،عرق اکلیـل الجبل ۱۰۰۰گرم ،مدت ۴ روز بخیسانـدو سـپس در حمام ماریه تقطیر کننـد تا جمع محصول تقطیر شـده به ۲۵۰۰گرم برسد.مقدار خوراك ۲۰-۱۰ گرم بسته به مرود در یک شربت مناسب ریخته روزانه خورده شود.

در فرانسـه ۱۰-۵ گرم سـرشاخه گلـدار و گلهـای گیـاه را دریـك لیتر آب جوش دم می کننـد و ۳-۲ فنجـان در روز به عناون ضـد اسپاسم در موارد آسم روزانه می خورند.همچنین به عناون محرك در موارد سو هاضـمه ۲۰-۱۰ گرم گیـاه اکلیل کوهی خشك را در یك لیتر سـرکه رقیق خوب ریخته مدت یك شب می گذارند خیس بخورند و سـپس صاف کرده و در هر وعده غذا یك لیوان ازآن را می خورند.

درمـوارد گریپ نیز مرسـوم است ۶۰ گرم گیـاه خشـك را در یـك لیتر آب جوش دم میکننـد و ۳-۲ فنجـان در روز به عناون ضـد

اسپاسم می خورند.

منبع:www.taamasrar.com

برگ بو

درخت آن به فارسی «باهشتان»گفته می شود،در کتب طب سنتی به نامهای «درخت غار»،«برگ بو»،«مازریون»،«دفنه»و «شجرهٔ الرند» نام برده شده است. به فرانسوی Laurier sauceوLaurier و به انگلیسی Laurel , true laue laurel گفته می شود. گیاهی است تیره Lauraceae نام علمی Laurus nobilis L. آن است میوه درخت «باهشتان»را «دهشمت» یا «حب الغار» میگویند و به هندی نیز حبالغار می شود.

مشخصات

برگ بو گیاهی است به صورت درخت و درختچه همیشه سبز و ناخزان(د رمناطق با زمستانهای خیلی سرد باید حفاظت شود)، در شرایط مساعد ارتفاع آن ۲۰-۱۵ متر هم می رسد ولی معمولا ۸-۷ متر می باشد. گیاهی است پلی گام و در عین حال ممکن است گلهای نر و ماده وهمچنین گلهای هر مافرودیت (نر و ماده در یک گل) روی یک درخت دیده شود.برگها متناوب،سبز تیره ،بیضی شکل ،نوک تیز و معطر و زیبا هستند گلهای آن کوچک به رنگ زرد با خاکستری روشن و میوه آن کوچک به رنگ ارغوانی تیره و به اندازه دانه انگور می باشد.درختچه ای است زیبا ،فرانسوی ها آن را لوریه شاعران هم می گویند.

تکثیر آن با قلمه و قلمه های ریشه دار و یا با پاچوش انجام می شود و پس از ۸-۷ ماده ریشه های آن به قدر کافی توسعه یافته و مستقر می شود.این درخت در خاکهای غنی و قابل نفوذ رشد خوبی دارد. چیدن بر گهای معطر آن برای اینکه سبزی کامل نشود معمولا ـ باید صبح زود انجام شود وبرای خشک کردن روی هم انباشته نشود و در لا ـیه های نازک و در سایه پهن و خشک شود.خشک کردن در آفتاب موجب می شود که رنگ سبز زیبای آن قهوه ای شود و مقدار زیادی روغن معطر و اسانس آن از بین برود.

ترکیبات شیمیایی

میوه این درخت دارای اسانس روغنی فراری است که دارای مقدار زیادی اسید یوریک است. اسید لوریک از اسیدهای چرب است که به شکل متبلور سفید در می آید.در برگهای خشک برگ بو نیز از ۳-۱ درصد اسانس روغنی فرار بسیار معطر وجود دارد که از طریق تقطیر می توان استخراج نمود.در برگهای گیاه نیز اسانس روغنی فرار وجود دارد.

خواص و کاربرد

از نظر حکمای مغرب زمین تا اواخر قرن هیجدهم که گیاه درمانی ،رونق وسیعی در اروپا داشت ،دانشمند و حکمای اروپا معتقد بودند که میوه درخت برگ بو به عنوان محرک در تسریع وتشدید قاعده زنان موثر است و به همیک دلیل در مواردی به عنوان دارو و برای سقط جنین به کار می رفته است .در کتاب گیاه درمانی به نام گرت هربال که در سال ۱۵۲۶ میلادی دانشمند معروف [پیتر ترووریس]آن را تهیه کرده و در انگلستان چاپ شده ،در مورد کاربرد میوه و برگ درخت غار چنین آمده است:

«خمیری که از گرد حاصل از کوبیدن میوه های این درخت به دست آمده مخلوط با عسل برای معالجه رنگها و لکه های غیر طبیعی پوست صورت و همچنین برای از بین رفتن دانه ها و لکه های قرمز رنگی که در پوست صورت جوانان می زند تجویز می شده است.»

دانشمند دیگری به نام [کول پیر] در کتابش به نام کمپلیت هربال که در اواسط قرن هفدهم نوشته است در مورد میوه درخت برگ بو می نویسد:

«روغنی که از میوه ی درخت برگ بو به دست می آید برای انواع ناراحتی ها ی مفاصل ،اعصاب ،معده ،شکم ورحم انواعی از قلوه ها و تشنجها ی عضلانی گرفتگی عضلات یا سیخ شدن عضلات ،انواع درد ها ،بی حسی در هر نقطه از بدن ودرد های رحمی وزاهدان مفید است ،به این ترتیب که محل ناراحت را روغن مالی می کنند . برای رفع درد های گوش هم چند قطره از این روغن استفاده می شده است ویا بخور حاصل از جوشانده میوه ها و برگهای آن به وسیله ای مثل قیف یا بادگیر داخل گوش می کرده اند» برای از بین بردن لکه های کبود خونمردگی در پوست و گوشت بدن از مالش روغن آن در محل آسیب دیده استفاده می شده است که خونمردگی خیلی سریع جذب می شده است. ضمنا مالش روغن آن برای رفع خارش و عوارض جرب در پوست و عوارض ورم و آثار ضربه هایی مانند شلاق روی پوست بسیار موثر است. غار طبق نظر حکمای طب سنتی شرق گرم و خشک است ، مغز میوه ان گرمتر از پوست و برگ آن گرمتر از برگ پوست آن و پوست آن و روغن آن گرمتر از سایر اجزا و حتی از روغن گردو نیز گرمتر است. خواص آن مفرح و مقوی و مدر و ضدسم است خصوصا میوه آن ،اگر میوه آن با سرکه خیلی رقیق خورده شود برای سردردهای بلغمی ،گازها،نفخها،صرع،وسواس،تقویت ذهن و فهم بسیار نافع است. مالیدن روغن آن برای درد اعصاب و رفع حواس پرتی و افزایش حافظه خوب است. اگر ساییده میوه آن با روغن گل سرخ و سرکه مخلوط شود ،قطره آن برای رفع درد های سر و گوش و رفع صداو طنین در گوش و ثقل سامعه مفید است و موجب تقویت گوش می شود و همچنین اگر قطره روغن آن مصرف شود نیز همین نتایج را برای گوش خواهد داشت . مضمضه دم کرده برگ آن برای تسکین درد دندان مفید است. اگر با میوه و برگ کوبیده آن مخلوط با عسل انگشت پیچ درست شود خوردن آن برای امراض سرد و اگر با سکنجبین انگشت پیچ درست شود خوردن آن برای امراض گرم و زخمها و جراحات ریه و سرفه کهنه و تنگی نفس مفید است. خوردن میوه آن برای تحلیل باد و گازهای غلیظ و دل پیچه و امراض کبد و طحال و با عسل برای طخم روده ها وخوردن روغن آن با سرکه انگور برای درد کبد مفید است.اگر ۱۰ میلی گرم میوه آن را ساییده و بخورند دل پیچه را فورا تسکین می دهد.روغن آن ایجاد آشفتگی و دل به هم خوردن می کند و قی آور است و ترشح ادرا را زیاد می کند و ترشح حیض را افزایش می دهد.اگر در دم کرده آبنشینند برای امراض کلیه و مثانه و رحم مفید است.خوردن میوه آن برای خرد کردن سنگ مثانه نیز مفید است و پیاف تیه شده از میوه آن موجب سقط جنین می شود.خوردن و یا مالیدن روغن آن در مواضع درد برای رفع دردهای مفاصل و درد کمر مفید است ،مالیدن روغن آن با سرکه روی پوست برای رفع لکه های جلدی موثر است.

این گیاه دارای ضررهایی نیز هست .میوه و روغن آن معده را سست کرده و قی آور است و مضر سینه می باشد و اصلاح آن با خوردن کتیرا میسر است.مقدار خوراك از میوهع و برگ ان ۱۰-۲ گرم است. مقدار ۱۰ گرم آن مسهل است.

در اصطلاح طب سنتی میوه درخت غار را «حبالغار»می گویند،به خجم گیلاس ، خیلی معطر و سیاه رنگ و دارای روغنی سبز رنگ و نیم جامد است. تهیه روغن حب الغار به ترتیب زیر است:

روش اول: حب الغار خشك را نیم کوب کرده و در روی الك بریزند و روی بخار آب جوش گذارند تا نرم شود سپس آن را در کیسه محکمی ریخته و آن کیسه را در میان ۲ قطعه آهن سوراخ دار که با آب جوش گرم شده باشند گذارده و فشار می دهند.

روغنی که از آن خارج میشود با کاغذ صاف کنند. سابقا در بازار ایران برگ بو را به نام «سازج هندی»عرضه می کردند.

روش دوم:دانه گیاه یا حب الغار را گرفته در آب بپزند و بگذارند سرد شود قشری که روی آب می گیردبردارند. روش دیگر این است که میوه و برگ آن را بپزند و پس از آن عصاره آنها را با فشار گرفته با دو برابر وزن آن روغن زیتون مخلوط ،روی آتش ملایم بگذارند آنقدر که آب آن تبخیر شود و روغن بماند و دقت شود که نسوزد وآن روغن را به کار برند. در هندوستان از میوه گیاه به عنوان قاعده آور و بند آور دن اسهال و قطع ترشحات مهبل و استسقا مصرف می شود. تذکر ای نکته ضروری است که باید دقت شود که اولاـ برگها و میوه درخت غار را با برگهای درخت دیگری به نام یا غار گیلاسی که در شرایط خاصی سمی است

اشتباه نشود ثالثا با درخت دیگری به نام خرزهره نباید اشتباه شود البته مشخصات در خواص سایر ها که با برگ بو به کلی متفاوت هستند .

منبع:www.taamasrar.com

جینکو، قدیمی ترین گونه گیاهی جهان

جینکو درختی است برگریز که قدیمی ترین گونه گیاهی به جای مانده در جهان می باشد.بعضی قدمت آن را بیش از ۲۰۰ میلیون سال و بعضی بیشتر می دانند.ارتفاع این درخت تا ۳۷ متر و قطر آن حدود یک متر و عمرش گاهی به هزار سال می رسد. برگهای آن بسیار ظریف و زیبا و به شکل بادبزن هستند. برگ جینکو دارای رنگ سبز نسبتاً روشن بوده و همین رنگ به درخت زیبایی خاصی می دهد.این درخت دارای رشد بسیار کند و آرامی می باشد. میوه جینکو دارای قسمت گوشتی آبدار با بوی بد بوده و دانه ای در وسط آن است. این دانه شبیه دانه بادام می باشد و در بعضی از مناطق آسیا به عنوان خوراکی به فروش می رسد.

این درخت بومی کشور چین بوده و در ژاپن نیز گسترش دارد. کشت جینکو در سالهای اخیر در مناطق مختلفی از جهان از جمله ایران معمول گشته است. از قدیم این گیاه به عنوان یکی از گیاهان با اهمیت چین محسوب می شده.

اکثر محصولات استاندارد جینکو حاوی ۲۴ درصد فلاوگلوکزید جینکو است. مقدار مصرف آن ۴۰ تا ۸۰ میلی گرم در هر بار مصرف وسه نوبت در روز است.

آزمایشهای کلینیکی نشان داده است که مصرف فرآورده های جینکو حداقل باید ۱۲ هفته ادامه یابد تا آثارش پدیدار شود البته در مواردی پس از دو تا سه هفته تاثیر آن در افراد ظاهر می شود.

از عصاره برگ جینکو فرآورده های صنعتی مختلفی از جمله قرص، کپسول و قطره تهیه شده که توصیه می شود از این گونه محصولات استاندارد استفاده شود نه از برگ گیاه و دم کرده یا جوشانده آن.

«ترکیبات شیمیایی جینکو»

قسمت مورد استفاده جینکو برگهای آن می باشد که ترکیباتش بشدت تحت تأثیر فصل برداشت آن است.بیشترین درصد مواد و تغییرات آن، مربوط به فصل پاییز می باشد. ترکیبات جینکو به شرح زیر است:

فلاونوییدها، ترپنوییدها، اسیدهای آلی و ترکیبات دیگر از جمله کربوهیدرات، الکلها، کربورهای خطی و کتونهای دانه که دارای ۳۸ درصد کربوهیدرات، ۴ درصد پروتئین، ۲ درصد چربی، آلکالوییدها، اسیدآمینه، گلوکزیدهای سیانوژنیک و فنلهاست.

«خواص غذایی-دارویی جینکو»

*تحریک گردش خون مغزی:نارسایی گردش خون در مغز می تواند باعث دلهره، استرس، کمی حافظه، مشکلات شنوایی و کاهش تمرکز شود که این موارد می توانند با جینکو تخفیف یافته و یا درمان شوند. به طوری که مصرف عصاره جینکو در ۷۰ درصد از بیماران باعث افزایش جریان خون مغزی شده است.

*مصرف عصاره جینکو برای کاهش استرس و دلهره مؤثر است.

*باعث تحریک گردش خون عمومی بخصوص در افراد مبتلا به آسم می شود.

*در افزایش حافظه بسیار مؤثر است.

*در حالاتی شبیه به آلزایمر تأثیر مثبت درمانی دارد.

*عصاره جینکو در سلولها، بهره وری گلوکز و اکسیژن را زیاد می کند و در خنثی کردن رادیکالهای آزاد نقش مهمی دارد.

*از نظر بالابردن استقامت جدار سلولها دارای اثرات مثبت است.

*ثابت شـده که میزان اسـیدهای چرب اشـباع نشده اعصاب از دیگران اعضای بدن بیشتر بوده و به همین دلیل نیز در معرض تخریب به وسیله رادیکالهای آزاد قرار می گیرند؛ حال علت محافظت عصبی جینکو به دلیل اثرات خنثی کننده رادیکالهای آزاد روشن می شود.

*جینکو ضد تجمع پلاکتهاست که به علت اثر مستقیم بر روی جدار سلولها و اثر آنتی اکسیدانی آن است.

*مهمترین استفاده درمـانی از محصولاـت جینکو، جلوگیری از فراموشـی است؛ ولی بایـد دانست که این دارو درمان کننـده قاطع و کاملی نمی باشـد. این محصولات می توانند سرعت رسیدن به فراموشـی را کاهش داده و یا به تاخیر اندازند ضـمن اینکه به عنوان داروی پیشگیری نیز مصرف می شوند.

«تذکر»

مصرف محصولات جینکو در حـد دارویی دارای عوارض جانبی نبوده و یا به صورت محـدود گزارش شـده که شامل حساسـیتهای پوستی، اسـهال، سردرد، بی خوابی، اضطراب، تهوع و مشکلات روده و معده می باشد. این عوارض ماندگار نبوده و با قطع مصرف دارو برطرف می شود.

منبع:مجله روزهای زندگی شماره ۳۲۹

مرزه

نام علمی : Satureia hortensis

نام عمومی : Savory

نام انگلیسی : Garden savory , Savory

نام عربی : Nadgh

نام فرانسوی : Sarriette

نام آلمانی : Bohnenkrut

نام خانواده : Labiatae (خانواده نعنا)

گیاه شناسی :

مرزه ، گیاهی است علفی ،یک ساله و دارای ساقه های منشعب به طول تا ۳۰ سانتی متر ، رنگ گیاه سبز کدر می باشد که با همین مشـخصه با دیگر گونه ها متفاوت است . ساقه مرزه دارای گره هایی است که از همین گره ها ساقه های دیگر منشـعب می شونـد و این سـاقه ها نیزبه نوبه ی خود دارای انشـعاباتی جدیـد می گردنـد ، به همین دلیل بوته گیاه به صورت پرشاخه و پرپشت به نظر می رسد .

برگ های گیاه باریک ، دراز ، نوک تیز ، نرم و پوشـیده از تارهای کوتاه است که مات و کـدر به نظر می رسـند . برگ های مرزه همچنین دارای یـک رگبرگ و غـده هـای حـاوی اسانس است . گل های آن نیز کوچک و به رنگ سـفید ، سـفید مایل به گلی یا گلی رنـگ است که در فصـل تابسـتان ظـاهر می شونـد . این گل ها به صورت ضـخیم و در طول ساقه قرار گرفته انـد . مرزه به دو صورت خودرو و کشت شـده وجود دارد . انتشار آن در اروپا به ویژه فرانسه ، سـیبری ، جنوب و غرب آسـیا و از جمله ایران است . محل رویش مرزه در ایران شامل شـمال غرب ، تبریز ، خوی ، ارسباران و قسمت های مختلفی از خراسان است . پرورش این گیاه به عنوان سبزی خوراکی بوده و استفاده خشک آن در ادویه جات در نقاط مختلف ایران رایج است .

ترکیبات مهم :

مرزه تابستانی (برگ خشک) حاوی حدود یک درصد اسانس می باشد که شامل اجسامی از جمله کارواکرول ، تیمول ، بتاپی نن ، پاراسیمن ، لیمونن و کامفن است . ترکیبات دیگر آن شامل ویتامین ها و مواد معدنی مختلف است . ترکیبات مرزه بسته به شرایط آب و هوای ناحیه رویش ممکن است متفاوت باشد .

خواص مهم :

مرزه به علت داشتن ترکیبات فنلی در اسانس و ترکیبات تاننی در برگ ، دارای خاصیت قارچ ، ضد میکروب ، ضد اسپاسم و ضد اسهال می باشد .

همچنین مرزه دارای خاصیت ضد ادرارآوری بوده و در اروپا از قدیم به عنوان ضد تشنگی زیاد به خصوص در افراد مبتلا به مرض قند مورد استفاده بوده است . این اثر را به دلیل وجود جسم کارواکرول در اسانس آن می دانند .

میزان و طریقه مصرف :

به غیر از مصرف به صورت سبزی تازه ، می توان بر روی ۱/۵ گرم از خشک و خرد شده آن یک استکان آب جوش ریخته و ۲۰ دقیقه برای دم کشیدن آن صبر کرد ؛ بهتر است درب ظرف بسته باشد ، سپس صاف کرده و میل شود .

میزان مصرف تا ۳ قاشق چایخوری گیاه خشک در روز می باشد . در بعضی از کشورها تنتور مرزه وجود دارد . مصرف تنتور آن نیم تا یک قاشق چایخوری ۱ تا ۳ بار در روز

می باشد .

سمیت :

مرزه برای انسان سمیت ندارد . با این حال مصرف بیش از اندازه ممکن است التهاباتی در مخاط ایجاد کند . در بعضی از حیوانات مانند موش ممکن است باعث التهاباتی شود .

مهمترین اثرات گزارش شده مرزه :

ضد درد ، ضد آرتریت ، ضد باکتری ، ضد سرطان ، ضد ترشح ادرار ، ضد ویروس تبخال ، ضد التهاب ، ضد کرم ، ضد اکسیدان ، ضد عفونی کننده ، ضد قارچ ، ضد اسپاسم ، معرق ، هضم کننده غذا ، ادرار آور ، خلط آور ، مسهل ، مسکن ، محرک و مقوی معده .

نکات قابل توجه :

۱ ـ مرزه به صورت های تازه ، خشک و مخلوط در ادویه جات ، دارای مصرف بالایی در جهان است .

۲ ـ خواص مرزه خشک و یا در ادویه جات ، مشابه نوع تازه آن است و در غذاهای پختنی و بر اثر حرارت مقدار کمی از اسانس آن کاسته می شود ؛ از این رو تا حد زیادی خواص ذکر شده را همچنان در خود نگه دارد .

۳ ـ به خاطر وجود اجسام فنلی از جمله تیمول و کارواکرول در اسانس آن ، مصرف مقدار زیاد آن توصیه نمی شود ؛ چرا که ممکن است باعث التهابات جداره ی روده و معده گردد .

منبع:دنیای تغذیه شماره ی ۸۷

مویزک

فارسی من مویزک و معرب آن مویزج است . اعراب به من زبیب الجبل ، یعنی کشمکش کوهی گویند و در بعضی از کتب زبیب بری ذکر شده است . من از اقوام نزدیک زبان پس قفا هستم . کولیها معمولا گرد کوبیده دانه های مرا به عنوان دوای ضد شپش به عوام می فروشند، ولی چون بارها استعمال آن ایجاد تحریکات در پوست سر شده است ، نبایستی آن را به کار برد. دانه های من

ضـد عفونی کننـده و مسـقط جنین است و به کار بردن آن بـدون تجویز پزشک خطرناک میباشد. چون یک دانه مرا در پنبه پیچیده کمی تر کرده آن را بکوبند تا شکسته شده ، و بعد در سوراخ دندان کرم خورده بگذارند، درد آن را ساکت می کند.

اصول کلی در استفاده از گیاهان دارویی

اندازه ها و مقادیر

از آنجـائیکه ممکن است در هنگام تهیه داروهای گیاهی ترازوی مناسب در دسترس نباشـد می‌توان از وسایل زیر بعنوان واحـد وزن استفاده نمود که تقریباً برابر با اوزان مورد نظر می‌باشد.

۰/۲۵ گرم = یک چهارم قاشق مرباخوری

۵/۰ گرم = نیم قاشق مرباخوری گرم = یک قاشق مرباخوری

۲ گرم = یک قاشق مرباخوری سرپر

۳ گرم = یک قاشق غذاخوری پر ۴ گرم = یک قاشق غذاخوری لب‌پر

۵ گرم = یک قاشق غذاخوری سرپر

۱فنجان = در حدود لیتر آب و حدود ۲۰۰ میلی‌لیتر مقدار مصرف یک بار = یک فنجان متذکر می گردد که در مورد اوزان کمتر از ۰/۲۵ گرم حتماً می‌بایستی از ترازوهای دقیق اسـتفاده گردد و در مواردی که تنطورها و یا عصاره‌های خاصی مورد نظر باشد بایستی داروهای مورد نظر را از داروخانه تهیه نمود.

تاریخچه استفاده از گیاهان دارویی

اسـتفاده از گیاهـان دارویی به منظور درمـان با تاریـخ زنـدگی انسان هم زمان بوده است. انسان در تمام دوران تاریخی چاره ای جز توسل به گیاهان نداشت. اگر چه در نیم قرن گذشـته استفاده از داروهای شیمیایی و سنتزی به شدت رواج یافت ولی به سرعت آثار زیـان بـار آنهـا بر زنـدگی آنها سبب گرایش مجـدد به گیاهان دارویی گردیـد، و این نکته که توسل به گیاهان دارویی همواره در طول تاریخ یکی از روشـهای موثر درمان بوده است، به خوبی روشن است. تاریخ طب در کشور ما مربوط به دوره آریایی می باشد و اوسـتا ???? (ق.م) اولیـن کتـابی است که از گیاهـان دارویی سـخن گفته است. به نقـل از اوسـتا اولین پزشـک ایرانی تریته پـدر گرشـاسب پهلوان بوده است که از کـاربرد گیاهان دارویی و عصاره آنها اطلاع داشتـه و مقام او در طب نظیر مقام ایمهوتپ???? (ق.م) در مصـر باسـتان، انقلبیوس در یونـان و آسـکولانیوس در روم(سه رب النوع درمـان) بوده است. قـدیمی ترین گیاه دارویی در طول تاریـخ " هوم "گیـاه مقـدس آیین زرتشت بوده است. در کتابهـای پهلوی هوم را سـرور همه گیاهان و اسـتفاده از آن را باعث عمر جاویـدان می دانـد. تاریـخ اسـتفاده دارویی از پیـاز و ادویه به ???? ق.م و به نقـل از هردوت اسـتفاده از گیاهان دارویی میرح (Commiphora)، کاسـیا (Cinnamomu) سـیناموم (Cinnamimum Zylanica) آنیز (Pinpimella anisum) مارجورام (Oroganum margorana) در مومیایی کردن اجساد به ???? ق.م می رسد. قدیمی ترین کتاب چینی منسوب به شینـون ???? (ق.م ????) گـونه دارویی را شـرح داده، ماردوکاپالیـدین ??? (ق.م ??) گـونه دارویی را کشـت نمـوده است، در الواح سومری چگونگی کشت گیاهان را شرح داده، بقراط ??? (ق.م) کاربرد دارویی ??? گونه دارویی را شرح داده است. ظهور دانشـمندانی نظیر سقراط، دیوسکورید، رازی، هروی، ابن سینا، ابوریحان بیرونی، جرجانی، خاندان بختیشوع سبب گسترش این علم در جهان گردیدند

گیاهان دارویی رستنیهایی با تاریخچه جالب توجه و ممتاز هستند. علاوه بر قدمت، گستره نفوذ این گیاهان در تاریخ ادیان و ملتها بسیار شایان توجه است بطوریکه در جای جای حوادث مهم تاریخی، سیاسی، اجتماعی و دینی، این گیاهان قرین توجه بوده و یا منجر به بروز حوادث مهمی شده اند. در بوندهشن (دایرۀالمعارف زرتشتیها) به اسامی فرشتگان اداره کننده روزهای یک ماه اشاره شده که با نام گیاهان دارویی انطباق دارد، زعفران و نسترن از آن جمله اند. در سوره دهر، آیات پنجم و ششم می خوانیم "نیکوکاران عالم در بهشت شرابی نوشند که طبعش در لطف رنگ وبوی کافور است. در تاریخ اسلام، نام یهود بنی قریظه با حوادث مهم صدر اسلام قرین است. در زبان عربی یکی از نامهای درخت اقاقیا، قریظه است. بنی قریظه نام طایفه ای از یهود بوده که در ابتدا به شغل دباغی اشتغال داشته اند و از این گیاه در فرآوری پوست استفاده می کرده اند. امروزه می دانیم که تاننها گروهی از مواد موثره هستند که در رسوب پروتیین نقش دارند و این اثر باعث خاصیت میکروب کشی، ضد خونریزی و انقباض بافتهای مختلف می شود. بنا براین برای رسوب دادن پروتیین پوست، در دباغی مورد استفاده قرار می گرفته است. از دیگر گیاهان دارویی سس است که در زبان عطاران و منابع طب سنتی به افتیمون معروف است که نام اخیراز صفت گونه ای در نام علمی آن گرفته شده است. از خواص درمانی این گیاه در درمان بیماریهای دماغی استفاده می شود. علاوه بر منابع طبی در متون ادبی هم از این گیاه نام برده شده است. با جستجو و دقت درمنابع دینی، تاریخی و ادبی، اسامی گیاهان دارویی، وجوه تسمیه و حوادث مرتبط با این گیاهان به وفور به چشم می خورد. بنابر این در کنار توجه فزاینده ای که به خواص درمانی این گیاهان می شود لازم است جهت آشنایی بیشتر نسل جوان با این وجوه تسمیه بررسیهای جامع تری انجام گیرد و حلقه های مجزای دانش بشری مربوط به گیاهان دارویی انسجام و اتصال بیشتری پیدا نماید

مهندسی ژنتیک در گیاهان دارویی

گیاهان منبع مهمی از دارو در طی هزارن سال می باشند. حتی امروزه، مرکز سلامت جهانی تخمین زده است که بالاتر از?? درصد از مردم هنوز بر روی درمانهای سنتی مثل استفاده از علف ها تکیه دارند. گیاهان دارویی منابع خیلی مهمی از داروهای حفاظت کننده ی زندگی برای اکثریت جمعیت جهان می باشد. روش های بر پایه ی بیوتکنولوژی برای انتخاب, دستورزی و حفظ ژنوتیپ های بحرانی گیاهان دارویی مهم می باشد. باززایی درون شیشه ای, پتانسیل خیلی قوی را برای تولید گیاهان با کیفیت بالا از لحاظ دارویی دارا می باشد. حفاظت سرمایی یک روش حفاظت در مدت زمان طولانی, در نیتروژن مایع است و فرصتی را برای حفظ گیاهان دارویی در معرض خطر مهیا می کند. تولید درون شیشه ای متابولیت های ثانویه با کشت سوسپانسیون سلولی گیاه در گیاهان دارویی مختلف گزارش شده است. بیوراکتورها یک قدم کلیدی در تولید تجاری متابولیت های ثانویه به وسیله ی بیوتکنولوژی هستند. انتقال ژنتیکی (انتقال ژن) ممکن است یک راه قوی برای افزایش تولید متابولیت های ثانویه ی جدید می باشد. بخصوص به وسیله ی اگروباکتریوم ریزوژینس که باعث القای ریشه های موین می گردد. روشهای اصلاحی در گیاهان دارویی بطور کلی به دو دسته سنتی (انتخاب توده ای، دورگ گیری و زراعت متابولیتی) و مدرن (تغییر در ساختار ژنتیکی) طبقه بندی می شوند. استفاده از مهندسی ژنتیک متابولیتهای ثانویه شامل ایجاد جهش، انتقال ژن (استفاده از باکتری اگروباکتریوم و تفنگ ژنی)، دستکاری تنظیم کننده های نسخه برداری ژنها و کشتهای درون شیشه ای می باشد که نتیجه این تکنیکها، ایجاد گیاهی ترانس ژنتیک (تراریخته) و پدیده زراعت مولکولی گیاهان دارویی خواهد بود

جهش، فرآیندی است قابل توارث که موجب تغییر دایم مجموع توارثی سلول شده و نهایتا موجودی زنده با ویژگیهای جدید ژنتیکی را بوجود میآورد که به موجود جدید موتان گویند. یکی از عوامل اصلی تکامل در گیاهان جهش یا موتاسیون است. همراه با دورگگیری و بیوتکنولوژی، جهش با ایجاد تنوع مواد اولیه برای گزینش را فراهم میآورد. از جهش در اصلاح نباتات استفاده زیادی شده است و تعداد زیادی واریته جدید از این طریق اصلاح یافتهاند. به عنوان مثال تا سال ???? تعداد واریتههای موتان

معرفی شده به ??? موتان رسید که این تعداد در حال حاضر چند برابر شده است. برای ایجاد جهش میتوان از جهشزاهای فیزیکی مثل پرتوهای گاما و ایکس و جهشزاهای شیمیایی مثل اتیل متان سولفونات، دی متیل سولفات و غیره استفاده کرد. در سازمان انرژی اتمی ایران تسهیلات استفاده از اشعه گاما برای اهداف اصلاح نباتات فراهم است. اصلاح گیاهان دارویی در ایران در آغاز راه است. با استفاده از تکنیکهای بهنژادی مثل جهش مصنوعی امکان اصلاح گیاهان دارویی با عملکرد و ماده موثره بالا عملی است. سرعت اصلاح در این روش به ویژه برای گیاهانی که با بذر تکثیر میابند بیشتر خواهد بود.

گیاهان زینتی

گیاهان زینتی بخشی از کل گیاهان موجود در دنیا هستند که بر اساس سلیقه انسان و دارا بودن خصوصیات ویژه ای از جمله رنگ، شکل اندازه گل، برگ و ساقه جزء گروه گیاهان زینتی قرار داده شده اند. یک گیاه را نمی توان به یک گروه خاصی از گیاهان محدود و منحصر نمود. با توجه به این امر مشاهده می شود که روز به روز تعدادی از گیاهان، از یک گروه به گروه دیگری وارد می شوند و بر تعداد گیاهان مشترک در بین گروه های مختلف افزوده می شود. با افزایش شناخت جنبه های مخاطره آمیز و مسمومیت زا در ارتباط با مصرف بی رویه مصرف داروهای سنتزی، علاقه به استفاده داروهای گیاهی در تمام دنیا رواج پیدا کرده است. بسیاری از گیاهان زینتی که هم اکنون در فضاهای شهری مورد استفاده قرار می گیرند، دارای ارزش دارویی می باشند که با شناخت این گیاهان زینتی چند منظوره و استخراج مواد موثره آنها از این گیاهان حداکثر استفاده می گردد. هم اکنون بالغ از ?????گونه گیاه زینتی وجود دارد که بیش از ????? گونه به عنوان گیاهان دارویی شناخته می شوند.. از نمونه های بارز گیاهان مورد نظر می توان به موارد زیر اشاره نمود: زنبق(ریزوم)، گل حسرت(پیاز)، سرخس(ریشه) سنبل الطیب(ریشه)، گل صابونی(برگ و ریشه)، عروسک پشت پرده(میوه)، شاهپسند(برگ)، گل انگشت دانه(برگ)، گل سرخ(میوه)، همیشه بهار(گل و برگ)، گل برف یا موگه(گل، برگ و ساقه های زیر زمینی)، بنفشه معطر و سه رنگ(تمام قسمتهای گیاه)، شب بوی خیری(برگ، دانه و گل)، گل صد تومانی(ریشه)، لادن(برگ،گل و شیره گیاه تازه)، گل ساعت (ریشه، برگ و گل)، سرخار گل(ریه)، مخلصه (سرشاخه های گلدار)، گل مغربی (دانه و گل و اعضای هوایی)، گل محمدی (گلبرگ)، تاج الملوک (دانه وگل)، اسطوخدوس(سرشاخه های گلدار و برگدار)، رزماری (برگ و سرشاخه های گلدار)، صبر زرد (برگ).لازم به ذکر است که این قسمتهای گیاهی در درمان اغلب بیماریهای کلیوی، جلدی،روده ای، تنفسی، قلب و عروق، التیام زخمها و سوختگیها، مواد آرایشی، تسکین اعصاب نقش ایفا می کنند. اطلاع رسانی و ترویج کشت و کار، حمایت صنعت طب سنتی و انجام تحقیقات در جهت افزایش مواد موثره قدم بلندی در استفاده از گیاهان دارویی بوده و باعث می شود، کشاورزان با اطمینان و رضایت خاطر بیشتری به کشت و کار گیاهان مورد نظر بپردازند

گلسنگها

گلسنگها تنها گیاهان موجود در تبلور گیاهی جهان هستند که آنها را درهیچ یک از رد ه های گیاهی نمی توان طبقه بندی کرد. گلسنگها از یک بخش قارچی(جذب کننده مواد معدنی) و یک بخش تولید کننده غذا (از راه فتوسنتز)، تشکیل می شوند. روابط بیولوژیکی ایجاد شده در گلسنگها (همزیستی) تکامل بسیار موفقی را در ترکیب قارچها و بخش همزیست فتوسنتز کننده آن ایجاد کرده که در نهایت باعث بوجود آمدن نزدیک به ????? گونه از گلسنگها در جهان شده است. گلسنگها در حاصلخیزی خاک، و رشد گیاهان روی آن، ایجاد خاک از سطح صخره سنگهای لخت یا قلوه سنگها تاثیر داشته و از طرفی به عنوان منبع غذایی، مصالح لانه سازی، پناهگاه برای حیوانات ، پرندگان و سایر مهره داران مورد استفاده قرار می گیرند انسان از گلسنگها به عنوان غذا و وسایل تزیینی، صنایع رنگرزی به عنوان دارو، سم، و فیبر و الیاف استفاده می کنند. همچنین گلسنگها در تهیه عطر، ادکلن و تهیه آنتی بیوتیک مورد استفاده قرار می گیرند.با آن که گلسنگ ها از شگفت انگیز ترین و متداول ترین موجودات روی زمین هستند و

صرف نظراز پوشش روی درختان، هشت در صد از سطح کره خاکی را اشغال می کنند، به نقش مهم اکولوژیکی آنها توجه نمی شود. گلسنگ ها به دلیل زندگی چند موجود زنده در کنار یکدیگر بیش از گیاهان و جانوران که بصورت انفرادی زندگی می کنند دارای زیبایی می باشند. هر تال گلسنگ نتیجۀ همزیستی دراز مدت قارچ با جلبک سبز، سبز-آبی و یا ترکیبی از آنها می باشد. گلسنگ ها علاوه بر نقشی که به طور طبیعی در تشکیل خاک، تداوم شبکۀ غذایی، تاثیر در تراکم پوشش گیاهی و کنترل جمعیت نرم تنان دارند، به لحاظ داشتن انواع هیدرات کربن، پروتیین، آنیوتیک و سایر متابولیت های ثانویه، از زمان نخستین تمدن چینی و مصری تا به امروز، مصارف خوراکی و دارویی نیز دارند. از میان ????? گونه گلسنگ شناخته شده از سراسر دنیا، خواص دارویی تعداد محدودی از آن ها شناسایی شده است. بررسی مجموعه انتشارات گلسنگ های ایران) ????-???? (نشان داد که تاکنون Esculenta Everson Lecanora ساکن زمین های نیمه بیابانی استپ های ناحیه ایرانو-تورانی، Peltigera canina (L.) Willd. و Xanthoria parietina از ایران گزارش شده اند، که به ترتیب دارای مصرف خوراکی، درمان هاری و یرقان می باشند گلسنگها در طب سنتی به عنوان ضد سرفه، ضد بیماریهای ششی مورد استفاده قرار می گیرند. کاربردهای داروسازی مواد گلسنگی توسط دانشمندی بنام Zopf در سال ???? درکتاب Zopf’s monography مورد استفاده قرار گرفته است). ????.(Subramanian داروهایی از گلسنگها را گزارش کرده است) ????. (Hanssan و ، Schadler Richardsoon (????) و ???? (Schindler در باره خواص دارویی گلسنگها اطلاعاتی ارایه کرده اند. مطابق آخرین تحقیقات صورت گرفته روی کاربرد های بیولوژیکی گلسنگها و مواد گلسنگی کارهای صورت گرفته را می توان به اشکال زیر تقسیم بندی کرد. فعالیتهای آنتی بیوتیکی، فعالیتهای آنتی توموری و آنتی موتا ژنی ،فعالیتهایی علیه ویروس ایدز، فعالیتهای آلرژنیک ، فعالیتهای بازدارنده رشد گیاهان ، فعالیتهای بازدارنده آنزیمی.

تا می توانید میوه و سبزی بخورید

آیا می دانید چرا توصیه به خوردن میوه و سبزی فراوان است؟ بیشتر حجم میوه مانند بدن انسان از آب تشکیل شده است . همانطور که ۸۰ درصد وزن بدن ما از آب تشکیل شده ۸۰ درصد حجم میوه ها را نیز آب تشکیل می دهد.

تنها ماده غذایی که برطرف کننده تمام نیازهای بدن می باشد میوه است هیچ ماده غذایی وجود ندارد که ۸۰ درصد آب داشته باشد مگر میوه البته سبزیها نیز حاوی مقادیر زیادی آب هستند .

میوه ها فاقد کلسترول مضر هستند.

میوه ها برخلاف گوشت و لبنیات که حاوی کلسترول مضر هستند از آن تهی می باشند ؛ میوه موجب تقویت حافظه می شود . لازم به ذکر است که میوه سوخت اساسی مغز است و تاثیر مثبتی بر روی مغز می گذارد ، اگر میزان مصرف میوه بالا باشد مغز می تواند اطلاعات را سریع تر و آسان تر بازخوانی کند. رژیم غذایی که فیبر در آن وجود داشته باشد ضد چاقی ، فشار خون بالا و عوامل دیگری است که احتمال ابتلا به بیماریهای قلبی را افزایش می دهد. میزان فیبری که هر فرد روزانه مصرف می کند بسیار با اهمیت است و میوه تنها ماده غذایی است که حاوی فیبرهای سالم و طبیعی می باشد. البته سبزیها نیز اگرچه به پای میوه ها نمی رسند ولی آنها هم سرشار از فیبر هستند. توصیه می شود که با خوردن میوه و سبزی روزانه ۳۰ – ۲۵ گرم فیبر به بدنتان برسانید.

مصرف میوه احساس خوبی را در انسان به وجود می آورد و افسردگی را برطرف می نماید. خوردن میزان زیاد میوه تاثیر بسزایی در سلامت انسان دارد ، حتی خورد آب میوه نیز تاثیرات فراوانی را در بر دارد.

البته باید صبور باشید چرا که تقریبا "۲۰ روز وقت لازم است تا متوجه تاثیر آن شوید.

شایان ذکر است که آب میوه را باید ۲۰ دقیقه قبل از مصرف هر وعده غذایی بنوشید. با این روش غلیانی در معده به وجود نمی

آید و مواد تغذیه ای میوه ، به شکل موثری توسط خون جذب می شود.

تغذیه و درمان با سبزی های صحرایی

نویسنده:دکتر معصومه رفیقی مرند

گیاهانی که طبیعت باسخاوت دراختیار موجودات زنده قرار می دهد، آنقدر متنوع و گوناگون است که برای شناسایی باید آن ها را برحسب کاربرد و ویژگی های فصلی و اقلیمی به دسته ها و گونه های مختلف دسته بندی کرد.بهار فصل رشد و رویش گیاهانی است که بیشترین کاربرد را از نظر دارویی و غذایی در طب سنتی و غذاهای محلی و سنتی داراست.در میان گیاهانی که در بهار می رویند و رشد می کنند، سبزی های صحرایی به لحاظ ویژگی های خاص خود در درمان های خانگی و آشپزخانه ممتاز هستند.

برخی از سبزی های صحرایی در غذاهایی مانند: آش، کوکو، پلو، کوفته و سالاد مورداستفاده قرار می گیرند و بخشی از آن ها به عنوان درمان دارویی، تقویت کننده، آرام بخش و در مصارف بهداشتی و آرایشی کاربرد دارند.سبزیجات صحرایی طیف گسترده ای از گیاهان هستند که در مناطق مختلف و با نام های متفاوت شناخته و مورداستفاده قرار می گیرند و بومی منطقه خودند. اما گروهی از آن ها که در بیشتر مناطق وجود و در مصارف غذایی عمومیت بیشتری دارند، عبارتند از:

- بابونه
- پونه و پونه کوهی
- شاهی آبی یا علف چشمه (بولاق اوتی)
- چای کوهی (توکلیجه) یا سبزی کوفته
- شنگ
- غازایاقی
- سوسنبر (نعنای فلفلی)
- تره بیابانی
- مرزه کوهی
- والک

و به جز این ها

سبزی های صحرایی آشپزخانه ها

این روزها در اغلب شهرهای بزرگ و کوچک در فروشگاه ها محصولات سبز و در کنار سبزیجات فرنگی، گونه های مختلف سبزی های صحرایی را می بینیم که یا بومی همان دیار هستند یا به علت استقبال در مصارف آشپزی از نقاط دیگر تهیه و عرضه می شوند.

بابونه

بابونه طلایه دار سبزی های صحرایی است، زیرا در اواخر اسفند و در آستانه بهار به بازار می آید.بابونه گیاهی است که گل هایی به رنگ های زرد، سفید و گاه ارغوانی دارد و بیشتر در زمین های خشن و شنی و نزدیک به کناره های زمین می روید. این گیاه سالان زی است و حدود ?? تا ?? سانتی متر قد دارد و یکی از گیاهان کلاسیک در مجموعه گیاهان طبی است. بابونه گلی است پایا که تا اواخر تابستان نیز یافت می شود.بابونه برای مصارف غذایی از اواخر اسفند تا ماه های فروردین و اردیبهشت که گیاه تر و تازه و ترد است و ساقه های آن چوبی نشده (ساقه ها و برگ ها در این زمان نرم و لطیف و براق همانند گشنیزند، استفاده می

شود.)

اما برای مصارف طبی، آن را ماه های خرداد و تیر که نخستین مرحله گل دادن گیاه است (البته در اقلیم های مختلف به نسبت سرما و گرمای منطقه ای کمی فرق می کند) برداشت می کنند. بابونه انواع مختلفی دارد که نوع معمولی آن «کامومیلا» و نوع دیگر آن بابونه گاوی نام دارد که به صورت گرد ضدحشره مورد استفاده قرار می گیرد.

اثر شفابخش بابونه

این گیاه یکی از مؤثرترین داروها در ترکیبات گیاهان دارویی برای درمان آلرژی و آسم ناشی از آلرژی است و برای دل درد، نفخ شکم و سیستم گوارشی، دردهای عادت ماهانه، سردردهای عصبی و میگرنی، گولیت ها، فشردگی عصبی و تب های متناوب مفید است.طب سنتی را اعتقاد بر این است که بابونه دارای طبیعتی گرم و خشک است و دارای ماده ضد حساسیت طبیعی بوده، در نوسازی گلبول های سفید خون نقش دارد.این گیاه مقوی، مدر، مسکن، معرق و ضدعفونی کننده شناخته شده است.

به دلیل مدر بودن، بابونه در درمان های کلیوی مانند ورم کلیه، سنگ کلیه و سخت ادراری کاربرد دارد.بابونه دوست کبد است و از این رو، به علت صفرا آوری اش برای سوءهاضمه و ترشی معده، چای آن را توصیه می کنند.بابونه مزاج را تعادل می بخشد (با دفع صفرا، سودا و بلغم)، خون را صاف می کند و انسداد (گرفتگی) مجاری طحال را برطرف می سازد.

در طب سنتی، بابونه به شکل های مختلف مصارف گوناگون دارد.جوشانده آن در درمان ناراحتی های دستگاه تنفسی - گوارشی، کلیوی، زنان، رفع چاقی، تقویت حافظه و غیره کاربرد دارد.روغن بابونه مسکن خوبی برای نقرس و رماتیسم (به صورت مالشی) است و برای سنگینی گوش (چکاندن چند قطره) در طب سنتی توصیه شده است.بخور بابونه علاوه بر ضدعفونی کردن محیط، برای رفع گوش درد (ناشی از ورود آب به داخل گوش) و برای زیبایی پوست (منافذ پوست را جمع می کند به صورت خیسانده و تونیک نیز برای مصارف پوستی) کاربرد دارد. همچنین آن را به صورت پودر می توان به عنوان ادویه ضدنفخ در غذا استفاده کرد.در مصارف آرایشی از لوسیون های بابونه برای زیبایی و تقویت پوست و مو استفاده می شود و شایع است که بابونه رنگ مو را روشن می سازد. چای بابونه ضدنفخ و ضد تشنج، تب بر و عرق آور است. در شست شوی چشم ها با چای بابونه، خستگی و قرمزی چشم ها برطرف می گردد.بابونه داروی خوبی برای عفونت های ویژه زنان است.بابونه دارای خواص درمانی بی شماری است که در این مختصر نمی گنجد. اما افراط و تفریط در هر چیزی ممکن است باعث دردسر شود که بابونه نیز از این قاعده مستثنا نیست.

مضرات بابونه

استفاده از این گیاه باارزش دارویی در موارد ویژه ای منع شده است که عبارت اند از:

- پروستات
- زنان حامله
- فشارخون
- قلب (زیاده روی در مصرف بابونه)
- فلج عضلات (زیاده روی در مصرف بابونه)
- زیاد کننده عرق برای کسانی که زیاد عرق می کنند (مصرف گل بابونه)
- و ناسازگاری با مصرف همزمان با گردو، پسته و موارد دارای تانن (مانند چای)

مصارف غذایی بابونه

در گذشته های نه چندان دور، از این سبزی معطر در بسیاری ازغذاهای سنتی استفاده می شده است؛ ازجمله بابونه در ترکیب سبزی

های کوکو و پلو نقش اساسی را به عهده داشته است. در هفته آخر اسفندماه که این گیاه باارزش به بازار می آمد، همگان برای تهیه آن و استفاده از آن در سبزی پلو و کوکوی سبزی شب عید در تکاپو بودند.این شاید به دلیل اثرات ضدنفخ این سبزی گرانبها بود که در ایام عید برای رفع پیامدهای پرخوری و متنوع خوری از آن استفاده می شده است. هنوز هم مادربزرگ ها از بابونه در آش، سبزی پلو و کوکوی سبزی استفاده می کنند.

بولاغ اوتی، شاهی آبی (علف چشمه) (Nasturtium officinale)

شاهی آبی کف پوش و فرش زمردین چشمه سارها است.این گیاه در چشمه سارهای کوچک و نواحی مرداب ها زیاد دیده می شود. از این رو به آن شاهی آبی نیز می گویند.طبع شاهی آبی گرم و تر است. این گیاه دارای ویتامین های B، C، E، و به ویژه ویتامین B1 و املاح کلسیم، سدیم، گوگرد و پنی سیلین طبیعی است. مصرف این گیاه در درمان های خانگی (طب سنتی) بیش از همه برای دیابتی ها توصیه شده است. این گیاه علاوه بر درمان قند، در درمان ناراحتی های پوستی مانند اگزما و خارش نیز کاربرد دارد. همچنین مصرف آن از ریزش مو جلوگیری می کند و دردهای قاعدگی و مفصلی مزمن را آرام می سازد. بولاق اوتی دارای اثر آرام کننده در دردهای عصبی است و در درمان بیماری های کلیه و کبد نقش ویژه ای دارد.

این گیاه تصفیه کننده خون، مقوی معده، اشتهاآور و مدر شناخته شده است. همچنین دارویی انرژی زا و نیروبخش برای بیماران خسته و افراد ضعیف است.شاهی آبی نفخ و زخم سیستم گوارشی به ویژه روده را بهبود می بخشد، از سکته مغزی (به دلیل داشتن آسپرین طبیعی) جلوگیری می کند و نیروی جنسی را افزایش می دهد. همچنین از ریزش مو و شکستن ناخن جلوگیری می کند. (به دلیل داشتن کلسیم، ویتامین ها و املاح مفید دیگر) در سرطان سینه از بولاق اوتی به عنوان داروی کمکی و پیشگیری کننده یاد شده است. این گیاه در ناراحتی های سیستم تنفسی مانند آسم و سل ریوی به ویژه در درمان برونشیت کاربرد درمانی دارد.مصرف این سبزی باارزش باعث طول عمر می شود (به دلیل تقویت عمومی و پیشگیری از بیماری ها و داشتن مواد، املاح و ویتامین های ضروری بدن).

در طب سنتی، از شاهی آبی در درمان نقرس و راشیتیسم و رماتیسم استفاده می شده و هم اکنون نیز گیاه درمانگرها به دیده اعجاز به آن می نگرند.این سبزی خون را تصفیه می کند و جلوی خونریزی اعضا را می گیرد. این گیاه به دلیل تصفیه کردن خون، کدورت پوست را برطرف کرده، باعث سرخ شدن پوست صورت می گردد.علف چشمه به دلیل مدر بودن، سنگ های کلیه را دفع می کند.به علاوه، دوست خوب کبد است و یرقان را درمان می کند. همچنین تب های عفونی را برطرف می سازد (همراه با عناب) و طحال را تقویت می کند.

بخورید و بنوشید، اما اسراف نکنید

زیاده روی در مصرف شاهی آبی (اگرچه دارای خواص مفید بی شماری است.) نیز همانند سایر خوراکی ها عوارض جانبی دارد. مصرف بیش از حد شاهی آبی سبب ایجاد مضرات زیر می شود:

- بواسیر
- مشکلات در زنان حامله
- افزایش سودا
- سوءمزاج
- اسپاسم مثانه و رحم
- ناراحتی حلق
- ورم پروستات (زیاده روی در مصرف)

- کلیه (زیاده روی در مصرف)

مصارف غذایی شاهی آبی

به جز مصارف دارویی، می توان از آب شاهی آبی به صورت (آب سبزی) به شکل ساده و یا شربت، در رژیم های غذایی برای ناراحتی های دستگاه هاضمه و چاقی استفاده کرد.چای بولاغ اوتی اگر جایگزین یک وعده نوشیدنی چای روزانه شود، در پیش گیری و درمان بسیاری از ناراحتی ها نقش داشته، به عنوان یک تونیک (تقویت کننده) باعث شادابی و رفع خستگی می گردد.از شاهی آبی می توان در سالاد استفاده کرد.همچنین از این گیاه می توان به صورت تازه و خشک در آش ها (سوپ ها) و کوکوها استفاده کرد.شاهی آبی از تیره شاهی ها و تره تیزک ها است و در سبزیجات مصرفی روزانه می توان آن را به سبزی خوردن افزود.

داروهای گیاهی را نمی توان به طور کامل جایگزین دارو

منبع:روزنامه جوان

مدیر گروه فارموکوگلوزی پژوهشکده گیاهان دارویی گفت: داروهای گیاهی صد درصد بدون عوارض نیستند و بایستی در مصرف آنها دقت کرد به خصوص اگر به صورت فرآورده های دارویی باشد حتما با دستور پزشک مصرف شود.

دکتر شمس علی رضازاده در گفت وگو در خصوص سابقه گیاهان دارویی در کشور گفت: گیاهان دارویی از دیرباز در کشور ما بوده و یکی از زادگاه های اصلی این نوع گیاهان ایران است و در کنار آن چند کشور دیگر همچون چین و یونان نیز دارای گیاهان دارویی بوده اند.

وی ادامه داد: سابقه گیاهان دارویی در کشور ما از سال های بسیار دور بوده به طوری که می توان از آن جمله به کتاب شفا از ابن سینا اشاره کرد که نشان دهنده وجود این فرهنگ در بین مردم ما است.

دکتر رضازاده تصریح کرد: با توجه به این که داروهای گیاهی در طولانی مدت اثر خود را نشان می دهند و در کنار آن عوارض دیگری ندارند بنابراین در کشورهای اروپایی و غربی مورد استقبال زیادی قرار گرفته است.

وی ضمن ابراز تاسف از نحوه پیشرفت داروهای گیاهی درکشور ایران گفت: متاسفانه در کشور ما به رغم دیرینگی این علم، پیشرفت چندانی نداشته و گیاهان دارویی به صورت غیر منسجم و غیر برنامه ریزی شده مورد استفاده قرار می گیرند.

مدیر گروه فارموکوگلوزی پژوهشکده گیاهان دارویی ادامه داد: با توجه به این که در کشور ما حدود ??? تا ??? نوع فراورده گیاهی وجود دارد ولی کشت گیاهان دارویی پیشرفت زیادی نداشته و کار زیادی بر روی آن انجام نشده است.

دکتر رضازاده در خصوص عوارض داروهای گیاهی نسبت به داروهای شیمیایی به ایسنا گفت: عوارض داروهای گیاهی نسبت به داروهای شیمیایی کمتر است ولی مطلق نیست و تمام داروهای گیاهی بی ضرر نیستند ولی عوارض آن به راحتی توسط بیمار قابل کنترل است. وی ادامه داد: با توجه به شرایط موجود نمی توان داروهای گیاهی را در تمام موارد جایگزین داروهای شیمیایی کرد ولی می توان به عنوان طب مکمل و همراه سایر داروهای شیمیایی استفاده کرد و به این ترتیب بخشی از مصرف داروهای شیمیایی را کم کرد.

سیستمی برای عرضه صحیح و سالم گیاهان دارویی در عطاری ها نداریم

دکتر رضازاده در خصوص مشکلات عطاری ها در زمینه فروش گیاهان دارویی گفت: مشکلات عمده بخش عطاری ها مربوط به سیستم آموزش و برنامه ریزی کشور است که بایستی این مساله حل شود چون عدم آموزش باعث شده عطاری ها بدون مجوز گیاهان دارویی و غیر دارویی را به فروش برسانند.

وی ادامه داد: سیستمی لازم است که گیاهان دارویی به صورت منظم و طبق اصول صحیح بسته بندی و توزیع شوند و کنترل های

لازم بر روی آنها انجام شود چون بسیاری از گیاهان دارویی در عطاری ها به لحاظ آلودگی های میکروبی سموم کشاورزی فلزات سنگین و تاریخ مصرف و تولید استاندارد نبوده و خواص موثر خود را از دست داده اند.

عدم نظارت صحیح منجر به عدم مصرف فرآورده های گیاهی می شود

دکتر رضازاده افزود: وزارت بهداشت بر روی داروهای گیاهی نظارت دارد ولی در مورد عطاری ها هنوز متصدی خاصی برای نظارت وجود ندارد که بر روی این بخش نظارت کند.

وی ادامه داد: داروهایی که در داروخانه ها فروخته می شود معتبر و قابل استفاده بوده و مردم می توانند با خیال راحت از آنها استفاده کنند ولی گیاهان دارویی که در عطاری ها توزیع می شود بعضا قابل اعتماد نیستند.

این دکترای عمومی داروسازی تصریح کرد: عدم نظارت وزارت بهداشت می تواند باعث بدتر شدن فرهنگ مصرف فراورده های گیاهی شده و مردم را نسبت به استفاده از این داروها بدبین کند.

استقبال مردم از داروهای گیاهی رو به افزایش است

دکتر رضازاده با اشاره به این که میزان استقبال مردم از داروهای گیاهی در چند سال اخیر افزایش یافته به ایسنا گفت: خوشبختانه طی چند سال اخیر استقبال مردم از داروهای گیاهی افزایش یافته ولی در حال حاضر آمار دقیقی از میزان مصرف مردم از داروهای گیاهی وجود ندارد چون توزیع داروهای گیاهی از طریق شبکه دارویی کشور انجام نمی شود. وی ادامه داد: طبق بررسی های انجام گرفته گرایش مردم به مصرف گیاهان دارویی و داروهای گیاهی افزایش یافته است.

تهدیدهای دارویی

نویسنده:دکتر فرنوش صفوی فر

منبع:روزنامه جوان

برای استفاده از داروهای بی نیاز به نسخه پزشک هیچ کدام مان احساس گناه نمی کنیم .گمان می کنیم می توانیم آنها را به راحتی و به تجویز خودمان مصرف کنیم. اگر خطر این کار برای ما بزرگترها چندان قابل توجه نباشد، برای کودکان، حتما خطرناک است. محققان هم هر چند وقت یک بار، در این مورد هشدارهایی می دهند. ۲-۳هفته قبل، پانلی متشکل از متخصصان کودکان و داروسازان و کارشناسان بهداشتی تشکیل شد که در آن همه شرکت کنندگان، به اتفاق، درباره مصرف این گونه داروها، که اکثرا شامل داروهای ضدسرماخوردگی کودکان هستند، هشدار دادند.

محققان شرکت کننده در این پانل، از سازمان غذا و داروی امریکا خواسته اند مجوز مصرف این داروها را برای کودکان زیر ۲ سال لغو کند. به گفته یکی از این متخصصان، که اپیدمیولوژیستی از دانشگاه پنسیلوانیاست، اطلاعات موجود نشان می دهد این داروها چندان فایده ای در بهبود علائم کودکان نداشته و مصرف آنها هیچ توجیه منطقی ندارد. علاوه بر بی تاثیر بودن این داروها، اکثر متخصصان یک نگرانی دیگر هم دارند و آن هم در مورد عوارض جانبی آنهاست. آنها می گویند نه تنها داروها تاثیر مثبتی در درمان سرماخوردگی های اکثرا ویروسی کودکان ندارند، بلکه به دلیل حساس بودن کودکان در این سن، احتمال بروز عوارض گوناگون در آنها بیشتر است.

بیشتر کارشناسان در مورد ? ترکیب موجود در این داروها هشدار می دهند: ضداحتقان ها (دکونژستان ها)، ضدحساسیت ها (آنتی هیستامین ها) و ضدسرفه ها. به گفته این محققان، این خطر برای کودکان زیر ۲ سال، بسیار حیاتی تر است و خانواده ها باید از دادن هر دارویی به کودکان در این سن، بدون تجویز پزشک خودداری کنند.

عوارض مختلفی برای این داروها ذکر شده که همان طور که اشاره شد، برای کودکان کم سن و سال، جدی تر است. به عنوان

مثال در مورد آنتی هیستامین ها عوارضی مانند تحریک پذیری و تشنج در کودکان، افت فشار خون به صورت وضعیتی و واکنش های حساسیتی اشاره شده است. البته اکثر داروهایی که برای درمان علامتی سرماخوردگی در بازار موجودند، ترکیبی از چندین ماده شیمیایی، با خواص و عوارض گوناگون اند. این موضوع در مورد ضدسرفه ها از همه بیشتر صدق می کند.

برخی از این داروها، مانند دکسترومتورفان، از دسته مرفین هستند و بنابراین عوارضی همچون خواب آلودگی مفرط، کاهش سطح هوشیاری، سرکوب مرکز مغزی تنفس، کاهش ضربان قلب و مانند آن را دارند و به همین علت مصرف آنها در کودکان ممنوع است.

اکسپکتورانت، ترکیب دیگری است که در اکثر شربت های ضدسرفه وجود دارد و به نظر می رسد عوارض چندانی نداشته باشد، اما داروشناسان اعتقاد چندانی به مفید بودن آن ندارند. نکته دیگر در مورد این داروها آن است که بسیاری از آنها حاوی مواد مخفی هستند یعنی موادی که برای طعم مناسب یا بالا بردن اثر دارویی، از سوی هر کارخانه داروسازی، ممکن است به آن اضافه شود. این مواد اضافی هم عوارض خاص خود را دارند. به عنوان مثال، در برخی از داروهای ضدسرماخوردگی، ممکن است علاوه بر ترکیبات معمول، از آسپیرین هم استفاده شود دارویی که استفاده از آن در بیماری های ویروسی کودکان بسیار خطرناک است.

راه کارهای عملی

یکی از کارشناسان سازمان غذا و داروی امریکا در باره این اظهارنظر محققان می گوید: این سازمان درصورت اعمال نظر این محققان، احتمالاـ در مورد نوع برچسب این داروها تجدیدنظر کرده و آن را به این صورت تغییر می دهد: در کودکان زیر ? سال استفاده نشود. یکی از متخصصان اطفال شرکت کننده در این پانل علمی، در این باره می گوید: حذف کامل داروهای ضدسرماخوردگی کودکان هم شاید چندان به صلاح نباشد به خصوص قبل از آموزش درست و پایه ای والدین. چرا که ممکن است در نبود داروهای ویژه کودکان، آنها از داروهای ضدسرماخوردگی بزرگسالان برای فرزندان خردسال شان استفاده کنند که این به مراتب خطرناک تر است.

کارشناسان تخمین می زنند هر کودک سالم، سالانه بین ۵تا۸ بار به سرماخوردگی مبتلاـ می شود که به این ترتیب داروهای ضدسرماخوردگی اطفال، سالی ۳/۸ میلیارد بار برای آنها استفاده می شود. بازار خوب این داروها، بحث در مورد مزایا و زیان های استفاده از آنها را با چالشی جدی در سراسر جهان مواجه می کند. البته بحث در مورد چند و چون عرضه داروهای بی نیاز از تجویز نسخه، به خصوص برای کودکان، از چندی قبل شروع شده و هنوز هم ادامه دارد به ویژه که کارشناسان دارویی عقیده دارند تحقیقات درباره عوارض این داروها، با این تصور غلط که این داروها هیچ گونه عوارضی ندارند، از سال ها و دهه های قبل، متوقف شده بود. اما توصیه محققان در این پانل، به والدین این است که مصرف این داروها را در کودکان زیر ۶ سال، و به ویژه زیر ۲ سال خود، حتی الامکان محدود کنند و سعی کنند با درمان های حمایتی، مانند استفاده از بخور، مصرف مایعات بیشتر و تغذیه بهتر، به درمان طبیعی کودک شان کمک کنند و درصورت احساس نیاز به مصرف دارو، حتما با پزشک مشورت کنند.

نکته های کاربردی

با زیر سوال رفتن کارآیی و فایده داروهای ضدسرماخوردگی برای کودکان، در مطالعات اخیر، برای اکثر والدین این اشکال به وجود می آید که برای کودک سرماخورده مان، که ناراحتی و دردش را آشکارا حس می کنیم، چه کاری می توانیم انجام بدهیم]چطور سرماخوردگی را درمان کنیم. انجمن متخصصان کودکان امریکا در این باره توصیه هایی دارد که درواقع همان درمان های خانگی قدیمی است که به نظر می رسد علم تجربی امروز هم فایده آنها را تایید کرده است:

مایعات زیاد به کودک بخورانید. مایعات در هر سنی به بهبود سریع تر سرماخوردگی کمک می کند. سوپ جو هم یک توصیه قدیمی است که البته کارآیی اختصاصی آن مشخص نشده، اما می تواند یک دستور غذایی خوب برای کودک بی اشتهای شما

باشد. راه بینی کودک را تمیز نگاه دارید. قطره های شستشوی نمکی برای رقیق کردن ترشحات بینی و مجاری تنفسی مفید است. از بخور سرد برای بالا بردن رطوبت هوای اتاق کودک استفاده کنید. با مشورت پزشک و با توجه به محدودیت سنی درج شده روی برچسب دارو، می توانید از کرم های موضعی، برای کم کردن ناراحتی سینه کودک استفاده کنید. این کرم ها حاوی منتول هستند. داروهای مسکن، مانند استامینوفن و ایبوپروفن، می توانند بی قراری و احساس ناراحتی و درد احتمالی را در کودک کاهش دهند. اما بهتر است با نظر پزشک و طبق دستورالعمل آن، برای کودک استفاده کنید.

سبزیجات و میوه ها؛ ضامن سلامتی

نویسنده:دکتر رضا آمری نیا

امروزه در مقالات مختلف می خوانید که مصرف سبزیجات و میوه ها سبب کاهش بیماری های قلبی، فشار خون بالا، چاقی، دیابت و سرطان می شود اما کمتر در مورد نحوه اثر این مواد غذایی و اینکه به چه طریق سبب کاهش این همه بیماری می شوند اطلاعاتی دریافت می کنید. ما در این مقاله سعی خواهیم کرد درخصوص مکانیسم اثر این گروه از مواد غذایی که اصطلاحاً غذاهای پرفیبر خوانده می شوند مطالبی را حضورتان ارائه دهیم.سبزیجات و میوه ها با توجه به ترکیب پرفیبری که دارند، سایر مواد غذایی خورده شده را احاطه کرده و با کم کردن اثر آنزیم های گوارشی از جذب سریع مواد غذایی جلوگیری می کنند. در بدن انسان پدیده ای به نام توفان انسولین وجود دارد. در این حالت مصرف بیش از حد مواد قندی سبب افزایش ناگهانی هورمون انسولین که وظیفه پائین آوردن قند خون را دارد، شده و در حقیقت قند مصرف شده بلافاصله سوخته شده و سریعاً سطح خونی قند پائین می آید. بالا بودن سطح انسولین خون در دراز مدت سبب حالتی به نام مقاومت به انسولین می شود و این همان چیزی است که در بیماران دیابتی چاق وجود دارد. این وضعیت در صورت مصرف مواد غذایی پرفیبر همراه با قند دیده نمی شود چرا که سبزیجات و میوه ها اولاً با احاطه مواد غذایی جلوی اثر آنزیم های گوارش را گرفته و قند موجود در مواد غذایی به آهستگی هضم و جذب می شود و ثانیاً با توجه به اینکه قند میوه ها از نوع مرکب است نسبت به قند های ساده دیرتر هضم و جذب شده و در نهایت جلوی احساس زود هنگام سیری گرفته می شود.سبزیجات و میوه ها حاوی ویتامین های A و C هستند. سبزیجات برگی و سایر انواع سبزیجات مثل گوجه فرنگی، فلفل دلمه ای و میوه های گروه مرکبات و توت حاوی ویتامین C هستند و همچنین گروه دیگری از سبزیجات و میوه ها چون اسفناج، هویج، گوجه فرنگی، طالبی، زرد آلو، شلیل و هلو منابع سرشار از ویتامین A هستند. تحقیقات اخیر ارتباط اثرات ضد سرطانی این دو ویتامین را قویاً ثابت کرده است.

توصیه می شود که سبزیجات به صورت خام مصرف شود چرا که حرارت باعث می شود بسیاری از مواد مغذی این گروه از مواد غذایی مثل ویتامین ها از بین برود. بسیاری از ویتامین ها در صورت حرارت دادن تجزیه شده و خواص اصلی خود را از دست می دهند. سعی کنید قبل از مصرف سبزی ها و میوه ها حتماً آنها را شسته و با محلول های مخصوص، ضد عفونی کنید چرا که ممکن است سبزیجات و میوه های نشسته منشاء بیماری های مختلف انگلی و میکروبی باشند. اگر محلول های ضد عفونی در دسترس نبود می توانید برای شست وشوی این گروه از مواد غذایی از محلول آب نمک (به نسبت ۳ قاشق مربا خوری نمک در یک لیوان آب) به مدت ۲۰ دقیقه استفاده کنید.با توجه به اینکه بسیاری از میوه ها در پوستشان دارای ترکیبات مفیدی برای بدن هستند سعی کنید حتی المقدور میوه ها را با پوست بخورید. به عنوان مثال ماده ای به نام پکتین در پوست سیب وجود دارد که خاصیت ضد سرطانی دارد. در اینجا بهتر است یادآور شوم که در پوست برخی از میوه ها و گروهی از سبزیجات نارس، مواد حساسیت زایی مثل سالیسلات ها وجود دارد که در درازمدت ممکن است سبب بیماری های مختلفی ازجمله افسردگی شود. این مواد به طور طبیعی در پوست سیب نارس یا گوجه فرنگی نارس و برخی دانه ها و به طور مصنوعی در داروی آسپرین وجود دارد و توصیه می شود

این قبیل از میوه ها و سبزیجات را که نام برده شد یا به صورت نارس مصرف نکرد یا اینکه پوست این گروه را ضخیم تر برداشته و مصرف کرد.برای پختن سبزیجات از آب کمتری مصرف کنید چرا که ممکن است مواد مغذی آنها رقیق شده و در حین روند پخت و پز از دست برود. نگهداری سبزیجات به صورت خشک شده و یا فریز کردن آن نیز ممکن است باعث کاهش خواص مفید آنها شود و بالاخره اینکه سبزیجات و میوه ها با توجه به فیبری که دارند در آب به صورت نامحلول و چسبناک درمی آید، گوارش غذا را آهسته تر می کند و به شکم احساس پری بیشتری داده و در نهایت سرعت رد شدن غذا از روده ها را افزایش می دهد و به همین علت در جلوگیری از یبوست بسیار موثر است. لازم به ذکر است طبق آخرین تحقیقات به عمل آمده سبزیجات با رقابت در جذب استروژن، باعث جلوگیری از سرطان سینه در خانم ها می شود. پس سبزی و میوه بخوریم تا سلامت خود را تضمین کنیم .

کمکهای اولیه با گیاهان دارویی

نویسنده:محسن داداشی

منبع:روزنامه کیهان

در یک فوریت پزشکی در خانه بیشتر از آنکه به داروهای گیاهی فکر کنیم به سراغ ضدعفونی کننده ها و مسکن های رایج می رویم. اما گیاهان را هنوز هم می توان جانشینی موثر برای بسیاری از داروهای بدون نسخه موجود دانست و در مواردی شاید دسترسی به آنها بسیار ساده تر از دسترسی به جعبه کمکهای اولیه استاندارد باشد. مثلا در یک منطقه روستایی برای استفاده در منزل، فرآورده های تجارتی را می توان جانشین گیاه تازه نمود.

داروی خریدنی:

داروهای گیاهی را می توان در اشکال گوناگون، شامل کرم، عصاره روغنی و کپسول، بصورت آماده خریداری کرد. در ادامه تعدادی از مفیدترین گیاهان دارویی برای نگهداری در جعبه کمکهای اولیه در منزل معرفی شده اند.

داروهای نجات بخش:

داروهای حاصل از گل گندم یا قنطوریون اثر زیادی بر احساسات و عواطف دارند. این دارو که به شکل کرم هم موجود است ، برای شوک ها و ناراحتی های عصبی مفید است.

کرم گل داوودی:

اغلب آنرا بعنوان همیشه بهار می فروشند، یک ضدعفونی کننده و ضدقارچ است. برای انواع خراشیدگی ها و بریدگی ها مفید است.

پماد گوش خر:

این پماد با افزایش دادن رشد سلولها سرعت ترمیم زخم را بیشتر می کند. تنها در زخمهای تمیز بکار ببرید چون سرعت ترمیم پوست ممکن است باعث باقی ماندن کثافات در زخم شود.

کرم حشیشه القزاز:

یک داروی باارزش که برای بیرون کشیدن تراشه چوب و نیش حشرات و کورک یا برای سوختگی و تاول بکار می رود.

کرم آرنیکا:

موثر برای کوفتگی و کشیدگی عضلات، در پوست مجروح به کار نبرید چون ممکن است تحریک کننده باشد.

قرصهای آرنیکا:

برای شوکها یا حوادث خانگی لازم است، یکی از این فرصتهای همئوپاتیک را می توان تا هنگام ایجاد احساس آرامش، هر ۰۳

دقیقه یک بار مصرف کرد.

روغن اسطوخودوس:

دو تا سه قطره آن را به یک قاشق چایخوری روغن حامل اضافه کنید و انتهای گردن و شقیقه ها را، با بروز اولین نشانه های سردرد یا میگرن ماساژ دهید. از همین مخلوط برای درمان سوختگی، تاول و آفتاب سوختگی استفاده کنید.

روغن درخت چای:

فوق العاده ضدعفونی کننده و ضد قارچ برای بریدگیها و خراشها و نیز زگیل و تبخال.

کپسول مغربی:

درمان کننده مناسب حالت خماری است با مقدار دوز بالا (دوتاسه گرم) در صبح مصرف شود تا به آرامش و نشاط لازم برسید.

عصاره نارون کوهی:

مناسب برای درمان سوختگی سطحی و سوختگی بر اثر آفتاب. خیسانده ریشه های طنابی نارون کوهی جریان خون را در محل زخمها و نیش حشرات تسهیل می کند و آنرا تسکین می دهد برای کوفتگی و در رفتگی عصاره منجمد نارون کوهی که قبلا آماده و با مشخصات در فریزر قرار داشته استفاده کنید.

داروهای خانگی:

از مواد خام موجود در قفسه آشپزخانه مانند سیر، زنجبیل، چای های گیاهی، برخی از مفیدترین داروها بعنوان کمکهای اولیه، به دست می آید. علاوه براین، روغن دمکرده گیاهان تازه را می توان با استفاده روشهای سرد و داغ تهیه دمکرده فراهم آورد.

سیر:

حبه های سیر را که فوق العاده ضدعفونی کننده اند، روی جوشهای آکنه یا نقاط عفونی دیگر پوست بمالید و برای درمان میخچه از سیر له شده استفاده کنید.

صبر زرد:

برای تسکین سوختگی خفیف، تاول یا آفتاب سوختگی برگی از یک گیاه صبر زرد (aloe vera) بکنید، آن را بشکافید و ژل غلیظ درون آن را به ناحیه آسیب دیده بمالید.

پیاز:

برش های تازه پیاز را روی محل گزش حشرات قراردهید تا فورا تسکین یابد. همچنین برای از بین بردن کهیرهای ناشی از مواد غذایی میتوانید از آب استفاده نمائید.

زنجبیل:

یک قطعه از زنجبیل را که حالت بلوری یافته است برای رفع تهوع و پیشگیری از استفراغ بجوید.در مزرعه (طبیعت بکر): در یک مورد فوری در منطقه ای روستایی می توانید از بومادران برای جلوگیری از خونریزی و زخم و بینی، از مینا چمنی (daisies) له شده، برای کوفتگی و کشیدگی عضلات از بارهنگ(plantain - platago) تازه یا بادرنجبویه (lemon balm) برای گزیدگی حشرات، و البته از dack leaves برای رفع خارشهای ناشی از تماس با گزنه، استفاده کرد.

گیاهان خشک شده:

مجموعه ای از گیاهان خشک شده به صورت باز یا کیسه ای را برای تهیه دمکرده های گیاهی در دسترس داشته باشید. دمکرده بابونه را برای ناراحتی ها و شوکهای عصبی، رازیانه را(fennel) یا نعناع را برای سوءهاضمه و اسطوخودوس را برای سردرد و میگرن مصرف کنید.

روغنهای دمکرده:

از روغن هوفاریقون برای سوختگی، از روغن گل قاصدک (marigold) برای کوفتگی از روغن بادرنجبویه (lemon balm)برای نیش حشرات و بعنوان دافع حشرات استفاده کنید.

استفاده سالمندان از داروهای گیاهی

دبیر انجمن داروسازان ایران اظهار کرد: با توجه به این که مصرف اشتباه دارو در دوران سالمندی عوارض خطرناکی را به دنبال دارد لذا سالمندان باید دقت کنند که از داروهای خود با دقت، سر وقت و تنها با تجویز پزشک استفاده و از مصرف بیش از حد داروهای گیاهی نیز به شدت پرهیز کنند.

دکتر سید جواد سعید واقفی با تاکید بر اینکه مصرف دارو در سالمندان هم از نظر نوع و هم از نظر مقدار باید تنها تحت نظر پزشک انجام شود، گفت: افراد سالمند باید توجه زیادی به مصرف دقیق داروها در زمان‌های تعیین شده داشته باشند.

لذا می‌بایست داروهای این افراد را در ظروف مخصوص و معمولا با رنگ‌های مختلف که نشان دهنده نوع و تعداد داروی مصرفی آنهاست، نگهداری کرد و در دسترس آنها قرار داد تامصرف دقیق دارو توسط این افراد فراموش نشود.

وی رعایت شیوه‌های درست مصرف دارو در سالمندان را بسیار مهم تلقی کرد و افزود: بسیاری از داروها در مورد سالمندان باید با حجم بیشتری از آب مصرف شوند و یا برای مثال داروهای پوکی استخوان باید حتما سر وقت مصرف شوند لذا افراد مسن باید توجه کنند که رعایت نحوه درست مصرف داروهای مختلف در سلامت آنها تاثیر بسزایی دارد.

دکتر واقفی با بیان این که نیاز مصرف افراد سالمند به دارو بیشتر از جوانان و میانسالان است، تصریح کرد: این امر تنوع دارویی بیشتر را برای سالمندان به دنبال دارد لذا مراقبت دارویی در این افراد بسیار اهمیت دارد، زیرا باید دقت شود که این افراد حتما از داروهای تجویز شده توسط پزشک مصرف کنند و از این طریق از خوردن داروهای اشتباه و در نتیجه مسمومیت دارویی در این افراد پیشگیری شود.

دبیر انجمن داروسازان در ادامه بر عدم مصرف دارو توسط سالمندان از روی چشم و هم چشمی و یا به توصیه نزدیکان تاکید کرد و گفت: مصرف دارو در افراد سالمند بدون مجوز پزشک بسیار خطرناک است و این امر در مورد داروهای سنتی و گیاهی نیز مورد تاکید است. زیرا علاوه بر اینکه امروزه داروهای گیاهی در کشور با استاندارد بین‌المللی به شکل قرص، کپسول و شربت ساخته می‌شوند و از روش‌های سنتی برای تهیه داروهای گیاهی استفاده نمی‌شود اما باید توجه داشت این داروها هرگز بیش از حد طبیعی و نیاز بدن نباید مصرف شوند.

دکتر واقفی در پایان عدم مصرف داروهای گیاهی بدون تجویز پزشک را برای سلامت سالمندان بسیار مضر دانست و خاطرنشان کرد: داروهای سنتی معمولاـ تاثیر مطلوبی در درمان دارند اما باید دقت شود که این داروها نیز نباید برای مثال به صورت چای معمولی و بیش از حد نیاز مصرف شوند زیرا عوارض جانبی آنها از این طریق افزایش می‌یابد. بنابراین اندازه و نوع دارو در سالمندان تنها باید توسط پزشک معالج تعیین شود.

مصرف اشتباه داروهای گیاهی

اکثر مواقع مصرف اشتباه داروهای گیاهی منجر به بی‌اعتقاد شدن به اثرات درمانی آنها می‌شود. به منظور جلوگیری از این امر و مصرف صحیح آنها لازم است به افرادی که در زمینه داروهای گیاهی تخصصی دارند مراجعه کرد.

دکتر امیر سیاهپوش، داروساز گیاهی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز در

گفت‌وگو با خبرنگار «بهداشت و درمان» خبرگزاری دانشجویان ایران - منطقه خوزستان - اظهارکرد:

« گل ساعتی، سنبلتیو علف‌گربه) بابونه، استخدوس، بادرنجبویه و گل گاوزبان از جمله داروهای گیاهی هستند که به عنوان کاهنده استرس و ضد اضطراب استفاده می‌شوند.»

وی با اشاره به این که به منظور مصرف داروهای گیاهی و بهره‌مندی از اثرات آنها لازم است که اصل دارو مصرف شود، تصریح کرد:« برای شناسایی این که یک داروی گیاهی اصل است یا خیر، باید به متخصص این امر مراجعه شود که این امر خود در کم شدن اعتقاد افراد به اثرات درمانی گیاهان نقش مؤثری خواهد داشت.»

سیاهپوش با بیان این که این داروها باید مقدار دو تا سه گرم به صورت دم کرده و سه بار در روز مصرف شوند، یادآور شد:« اشکال دارویی گیاهان دارویی (قرص، عرقیات و....) در داروخانه‌ها موجود هستند که افراد می‌توانند با مصرف آنها به اثرات درمانی دست یابند.»

این گیاه شناس دارویی متذکر شد:« به افراد توصیه می‌شود که در درجه اول برای درمان از داروهای گیاهی استفاده کنند چرا که این داروها در صورت استفاده مداوم خاصیت اعتیاد آور و عارضه جانبی خاص دارند. اگر فرد از درمان با این نوع داروها نتیجه نگرفت، به داروهای شیمیایی رجوع کند.»

طرز تهیه داروهای گیاهی

اصول کلی در استفاده از داروهای گیاهی ؛ اندازه ها و مقادیر و طرز تهیه و آماده کردن داروهای گیاهی و گیاهان دارویی برای استفاده

طرز تهیه داروهای گیاهی :

- شیرابه
- پودر
- ضماد (بانداژ و کمپرس)
- کمپرس مرطوب
- کمپرس گرم و خشک
- داروهای مخصوص شستشو
- استفاده از داروهای گیاهی در وان حمام
- اندازه ها و مقادیر داروهای گیاهی
- دم کرده
- جوشانده
- جوشانده ملایم
- جوشانده معمولی
- جوشانده قوی
- خیسانده
- خیسانده با آب سرد
- خیسانده الکلی

اندازه ها و مقادیر :

از آنجائیکه ممکن است در هنگام تهیه داروهای گیاهی ترازوی مناسب در دسترس نباشد می‌توان از وسایل زیر بعنوان واحد وزن استفاده نمود که تقریباً برابر با اوزان مورد نظر می‌باشد.

۰/۲۵ گرم = یک چهارم قاشق مرباخوری

۵/۰ گرم = نیم قاشق مرباخوری گرم = یک قاشق مرباخوری

۲ گرم = یک قاشق مرباخوری سرپر

۳ گرم = یک قاشق غذاخوری پر ۴ گرم = یک قاشق غذاخوری لب‌پر

۵ گرم = یک قاشق غذاخوری سرپر

۱فنجان = در حدود لیتر آب و حدود ۲۰۰ میلی‌لیتر مقدار مصرف یک بار = یک فنجان متذکر می‌گردد که در مورد اوزان کمتر از ۰/۲۵ گرم حتماً می‌بایستی از ترازوهای دقیق استفاده گردد و در مواردی که تنطورها و یا عصاره‌های خاصی مورد نظر باشد بایستی داروهای مورد نظر را از داروخانه تهیه نمود.

طرز تهیه داروهای گیاهی

الف ـ دم کرده

دم کرده بهترین و با ارزشترین روش تهیه داروهای گیاهی است، زیرا اکثراً مهمترین مواد مؤثر گیاهان داروئی در اثر جوشیدن از بین می‌روند.

عصاره دم کرده بدین ترتیب تهیه می‌شود که مقدار تعیین شده از گیاه خرد شده را با یک فنجان آب جوش (حداکثر یک لیتر) مخلوط کرده و به هم می‌زنند سپس روی ظرف را پوشانده و می‌گذارند که ۳۰-۱۵ دقیقه دم بکشد، سپس آنرا صاف می‌کنند. در صورتیکه بعضی از بیماران نسبت به داروی خاصی عدم تحمل نشان دهند، شایسته است که در دفعات اول مصرف، دارو فقط ۶ تا ۸ دقیقه دم کشیده شود، در این صورت مطمئناً بخوبی قابل مصرف بوده و مؤثر می‌باشد.

ب ـ جوشانده

اصولاً باید توجه داشت که روش جوشاندن، اغلب برای داروهائی بکار برده می‌شود که از ریشه، ریزم، پوست، رزین یا دانه‌ها تهیه می‌گردند و یا هنگامی آنرا بکار می‌برند که اطمینان داشته باشند موادمتشکله مؤثر آنها در اثر حرارت از بین نمی‌روند و یا این مواد بوسیلهٔ آب سرد یا جوشیده از سلول گیاهی حل و خارج نمی‌شوند. ضمناً توجه شود که از ظروف آهنی جهت جوشاندن گیاهای استفاده نگردد.

۱- جوشاندن ملایم:

برای تهیه این فرم از دارو مقدار معینی از گیاه خرد شده را با لیتر آب جوش مخلوط کرده و می‌گذارند که کمی قل بزند، سپس آنرا از اجاق دور کرده و می‌گذارند که چند دقیقه دم بکشد و در خاتمه آنرا صاف می‌کنند.

۲- جوشانده معمولی:

برای تهیه این نوع دارو مقدار مورد نظر از گیاه خرد شده را با لیتر آب سرد مخلوط کرده و می‌گذارند که بجوش آید سپس آنرا صاف می‌کنند.

۳- جوشانده قوی:

برای تهیه این نوع دارو ابتدا مانند روش جوشانده معمولی مقدار معین گیاه خرد شده را با لیتر آب سرد مخلوط کرده و می‌گذاند که بجوش آید. سپس آنرا از شعله دور کرده و روی ظرف را پوشانده و می‌گذارند که ۱۰ دقیقه دم بکشد. و در خاتمه آنرا صاف

می کنند.

ج ـ خیسانده

۱- خیسانده با آب سرد:

اصولاًـ روش خیساندن را اغلب برای گیاهانی بکار می‌برند که مواد مؤثر آنها در اثر حرارت زود خراب یا تبخیر می‌شوند. برای انجام این منظور بر روی مقدار مورد نظر از گیاه خرد شده مقدار لیتر آب سرد ریخته، درب ظرف را پوشانده و می گذارند که ۶ تا ۱۲ ساعت باقی بماند. هر چه میزان این زمان طولانی‌تر شود عصاره قوی‌تر خواهد بود.

۲- خیسانده‌های الکلی:

این روش اغلب برای گیاهانی بکار می‌رود که مواد مؤثر آنها در آب حل نمی‌شوند. برای تهیه این نوع دارو بر روی مقدار لازم از گیاه خرد شده آن مقداری از الکل اتیلیک ۶۰ درصد را می‌ریزند که تمام قسمتهای گیاهی پوشیده شود، سپس در ظرف را بسته و چند روزی نگاه می‌دارند (برای تهیه عصاره‌های قوی‌تر از الکل خالص یا ۹۰ درصد استفاده می‌شود).

توجه: ترای تهیه عصاره‌هایی به منظور خوراکی یا معالجه و ضد عفونی زخمها، غرغره‌ها و دهان شوییها می‌بایستی عصاره‌های تهیه شده پیوسته با آب رقیق گردد.

د ـ شیرابه

برای تهیه شیرابه گیاهان داروئی، گیاه تازه را در هاوم (خرد کننده‌های الکتریکی) خوب له کرده و سپس داخل یک پارچه تمیز نموده و فشار می‌دهند. برای بکار بدن این نوع دارو در مصرف خوراکی اغلب یک قاشق مرباخوری از شیرابه را در شیر یا آب حل و میل می کنند.

هـ ـ پودر

برای تهیه پودر، گیاه خشک شده را در هاون به صورت پودر درآورده و سپس با الک ریز الک می کنند.

جهت کاربرد در مصرف خوراکی مقدار مورد نظر از پودر را در یک قاشق غذاخوری شیر یا آب حل کرده و میل می کنند. جهت مصرف خارجی مثل سایر پودرها، به قسمت مورد نظر پاشیده می‌شود.

و ـ ضماد (بانداژ)، کمپرس

اصولاً ضمادها را جهت رفع کبودی و کوبیدگی، احتقان، التهاب، کشیدن چرک از دملها، آرام کردن خراشها و کشیدن سموم از بدن مورد استفاده قرار می‌دهند و معمولاًـ گیاهان داروئی موردنظر را بصورت خمیر درآورده و بطور مستقیم روی بدن قرار می‌دهند و یا آنرا ابتدا بر روی پارچه تمیز کشیده و سپس مورد استفاده قرار می‌دهند.

۱-۱- بانداژ یا کمپرس مرطوب نوع اول :

برای تهیه این نوع دارو در صورتیکه دستور دیگری موجود نباشد بدین ترتیب عمل می‌شود که ۱۰ گرم از گیاه خرد شده را در لیتر آب به صورت چای دم می کنند. سپس آنرا صاف کرده، چلانده و گرم گرم (نه داغ) به صورت کمپرس بکار می‌برند.

البته باید بر روی این کمپرس گرم و مرطوب یک تکه پارچه غیر قابل نفوذ و بروی ان دستمال گرم قرار داده شود.

۲-۱-بانداژ یا کمپرس مرطوب نوع دوم :

گیاه خرد شده داروئی را در یک کیسه پارچه‌ای کوچک قرار داده و در داخل آب جوش قرار می‌دهند سپس آنرا صاف کرده و مطابق روش ۱ عمل می کنند.

۲- کمپرسهای گرم و خشک:

برای تهیه این نوع دارو، گیاه خرد شده را در یک کیسه تمیز سفید قرار داده و خشک خشک حرارت داده و بصورت کمپرس روی

عضو قرار می‌دهند.

ز ـ داروهای مخصوص شستشو

برای این منظور گیاه دارویی خرد شده را بطوری که چای را درست می‌کنند آماده کرده و با آن زخمها را شستشو می‌دهند.

ح ـ استفاده از داروهای گیاهی در حمامها

برای این منظور ۱۰۰ گرم از گیاه خرد شده را در یک لیتر آب جوشانده و صاف می‌کنند، سپس آنرا به مایع وان اضافه می‌کنند. برای تهیه مایع جهت حمام پا کافی است که ۴۰ گرم از گیاه در لیتر آب جوشانده و بکار برد.

زمانی که گیاهان به راحتی در دسترس باشند، کافی است که از دم‌کرده گیاه به مدت ۱۵ دقیقه و یا خیسانده سرد ۱۳ ساعته استفاده گردد.

توجه: بار دیگر نظر علاقمندان به گیاه‌درمانی را کاملاً به این نکته جلب می‌نماییم که گیاهان مورد نظر می‌بایستی حتماً از عرضه کنندگان مطمئن تهیه و مصرف شوند. زیرا در غیر اینصورت ممکن است گیاهان تهیه شده به طور صحیح محصول برداری، خشك، انبار و نگهداری نشده باشد. از مصرف این نوع گیاهان به هیچ‌وجه اثر درمانی مطلوب حاصل نخواهد شد. از طرف دیگر می‌بایستی به دستور تهیه دارو که در نسخه ذکر شده کاملاً توجه شود (دم کرده، جوشانده، خیسانده) زیرا این روشهای تهیه با توجه به مواد مؤثر موجود در گیاه، که باید از گیاه خارج شده و پس از مصرف اثر درمانی خود را ظاهر سازد در نظر گرفته شده است. بدین سبب توصیه می‌شود در صورتیکه دستور تهیه دارو در دسترس نباشد بخصوص در مورد داروئهائی که از برگ و گلهای گیاهان تهیه می‌گردد، آنرا بصورت دم‌کرده تهیه و استعمال نمایند

دسته بندی داروهای گیاهی بر اساس (مزاج – مزه – ک

نویسنده: فرشته کریمی

مزاج داروها :

مزاج بر دو نوع است :مزاج اول ، مزاج دوم .

مزاج اول :اولین مزاجی است که از عناصر چهارگانه حاصل می شود .

مزاج دوم :مزاجی است که از عواملی که خود آنها دارای مزاج ویژه ای هستند پدید می آید مانند مزاج داروهای مرکب یا مزاج پادزهرها (تریاق)

مزاج دوم بر دو گونه است :۱ ـ ترکیبات نیرومند و پایدار ۲ ـ ترکیبات سست و ناتوان .

مزاج نیرومند :

اگر دو ماده ی ساده با هم ترکیب شوند و اجزای هر دو چنان به هم جوش خورده باشند که گرمای غریزی اندام ما در جدا ساختن آنها با دشواری روبرو شود ،آن مزاج پایدار است .

مزاج سست و جدایی ناپذیر :

اگرمزاج ،آن مزاج مستحکم نباشند و حالت امتزاج اجزای ساده چنان باشد که مزاج ما یارای از هم جدا ساختن آنها را داشته باشد ، آنگاه قوای آنها مخالف یکدیگر است ، هریك بکار خود می پردازد و بر ضد جزء جدا شده از آن قد علم می کند .

داروهای سست آمیز نیز به چند قسم هستند :

۱ ـ برخی از آنها بیشتر از بقیه با هم در آمیخته اند و نمی توان بوسیله ی پختن یا شستن ، قوایی را که در آنهاست از هم جدا سازیم .مثلاًـ بابونه دارای دو نیروی تحلیل برنده و قابض است . هر گاه بابونه را آب پز کنیم و آن را ضماد سازیم هیچ یک از قوایش از

یکدیگر جدا نمی شوند .

۲ ـ در برخی از این داروها قوه های موجود ،در حالت پختن از هم جدا می شوند مانند :کلم .

گوهری که کلم دارد از دو ماده ترکیب یافته است :یکی ماده خاکی که گیرنده (قابض)است و دیگری ماده ی لطیف و زداینده بورقی .براثر پختن کلم ، ماده ی لطیف و زداینده ی بورقی می گذارد و گوهر قابض خاکی بر جای می ماند و از آن روست که آب کلم پخته مسهل است و نپخته آن بند آورنده .

جزء های ساده گروهی از این داروها را می توان به وسیله ی شستن آنها از هم جدا نمود مانند کاسنی و بسیاری از سبزی ها .

۳ ـ در برخی از داروهای مفرده به نظر می رسد که دو گوهر مختلف المزاج در آنها وجود داشته باشد که با هم نیامیخته باشند . این اختلاف در برخی از آنها مثل ترنج آشکار است و با حس می توان درک کرد و در برخی مثل اسفرزه نامحسوس است .

شناسایی قوای مزاج داروها :

قوت دارو را می توان از دو راه شناخت :الف ـ مقایسه ب ـ آزمایش

الف ـ مقایسه

درشناخت قوای داروهای مفرده ازراه قیاس قوانینی به شرح زیر وجود دارد :

۱-زود گرم شدن و تبدیل سریع به آتش

۲ ـ دیر گرم شدن و گرمی پذیرفتن

۳ ـ سرعت انجماد

۴ ـ تأخیر در انجماد

۵ ـ بو ، مزه ، رنگ

۶ ـ اثرات دارویی و قوه ای که از آن پدید می آید .از این راه می توان دلیل های آشکار بروجود قوای مجهول بدست آورد .

شناختن گرمی و سردی :

از دو جسم یکسان از نظر قوام بنیادی یعنی تخلخل ،آنکه زودتر گرمی پذیر باشد ، آن را گرمتر می گوییم و هر کدام زودتر سردی پذیر باشد آن را سردتر می نامیم .

یعنی آنکه زودتر گرم می شود دلیل بر این است که در گوهر ذاتی گرمتر بوده است و آنکه سردی را زودتر پذیرا می شود سردتر است .

ممکن است دو شیء تحت تأثیر یک عامل یکی زودترو دیگری دیرتر گرم شود .آنکه زودتر گرم می شود در ذات خود گرمتر از دیگری است و این سرمای عارضی است که آن را سرد می کند .

از دو جسم یکسان در قوام ذاتی ، اگر یکی بر اثر سرما زودتر از دیگری منعقد شود سردتر است .

اجسامی نیز وجود دارند که بر اثر گرما منعقد می شوند و هرآنچه بر اثر گرما منعقد شود بر اثر سرما تحلیل می رود و همچنین اشیایی هستند که بر اثر سرما منعقد می شوند و هر آنچه بر اثر سرما منعقد شود گرما آن را ذوب می نماید .

جالینوس عقیده دارد که گرما به وسیله ی خشکانیدن ،اشیاء را منعقد می کند و سرما به وسیله ی رطوبت بخشیدن آن را مایع می سازد .

از دو دارو که یکی گرمتر ولی غلیظ تر باشد ممکن است در انعقاد پذیری با آنکه سردتر است یکسان باشد و این به دلیل غلظت آن است .

اگر آنچه زودتر یخ می بندد در شکل با آنچه دیرتر یخ می بندد متساوی باشد ، آن از دیگری سردتر است .

برای شناسایی قوه ی دارو به ترتیب از :

۱ ـ مزه

۲ ـ بو

۳ـرنگ

استفاده می کنیم .

اقسام مزه :

منظور اطباء از واژه ی «مزه »آن چیزی است که حس ذائقه ی آن را درک می نمایـد بـدون اینکه از آن چیز تأثیر پـذیر باشد .بدون مزه در این توصیف می گنجد .بدون مزه در واقع دو نوع است :

۱ ـ یا اصلاً بدون مزه است مثل آب .

۲ ـ یا اینکه مزه دارد ولی حس آن را درک نمی کند .

ممکن است چیزی در خود مزه ای داشـته باشـد ولی آنقـدر غلیـظ و مـتراکم است که چیزی از آن تحلیـل نمی شود که بـا زبـان در آمیزد و زبان آن را حس نماید .

مزه ها عبارتند از :شیرین ، تلخ ، تند ، شور ، ترش ، گس ، قابض و چرب.

اطباء برای گوهری که مزه را در بردارد تقسیماتی قائلند و گویند :

آن گوهر یـا متراکم و خـاکی است ، یـا لطیف است یا معتـدل و قوه ی آن یا گرم یا سـرد یا حـد وسط بین گرم و سـرد است . اگر متراکم و خـاکی گرم باشـد مزه آن تلـخ است .اگر متراکم و خاکی سـرد باشـد مزه ی آن گس است . اگر متراکم و خاکی معتـدل باشد مزه ی آن شیرین است .

چنانچه گوهر جسم در بردارنـده ی لطیف باشـد در حالت گرمی تنـد مزه ، در حالت سـردی ترش و در حالت اعتـدال چرب است . اگر گوهر در بردارنـده ی مزه ی معتـدل باشـد یعنی حـد وسط بین تراکم و لطـافت باشـد در حـالت گرمی شور ، درحالت سـردی گیرنده (قابض) و در حالت اعتدال گویند بی مزه است .

مزه های گرم :

مزه هایی که دلالت بر گرمی دارند به ترتیب عبارتند از : مزه های تند ، تلخ ، شور.

تنـد بیشتر از تلـخ و شور دلالت بر گرمی دارد ، زیرا در تحلیل بردن مواد و تقطیع و زدودن فعال تر از تلـخ و شور است . مزه ی تلخ گرمتر از شور است ، زیرا شور تلخی بوده است که به وسـیله ی رطوبتی سـرد که بر او روی آورده است از مزه ی اصـلی اش کاسته است و در این تحویل و تحول قسمتی از گرمی را نیز از دست داده است .

مزه های سرد :

مزه های سرد مزاج به ترتیب اولویت عبارتند از :مزه های گس ، قابض و ترش .

این سه مرحله ی گسـی و قبضی و ترشی را می توان در میوه ای یافت که در سرانجام مزه ی شیرین می دهد و در نخستین مرحله ی تکوین بسیار سردی بخش است و این سردی از گسی مزه ی آن ناشی می شود .

هر گـاه جریـان هوا و مـاده ی آبکی در آن حاصل شـد و از هوا و گرمی آفتاب اعتـدالی یافت و به نوعی از پختگی رسـید به ترش مزگی می زند ،مثل غوره .

تأثیر شیرین و چرب بر زبان :

هر آنچه که بر زبان سـردی گردآورده و بند کرده و مایه ی غلظت این عضو شده است به وسـیله ی شـیرین یا چرب سیلان می یابد

اما تحلیل نمی رود . از این رو شیرین و چرب، زبان را منبسط می کند و زبری زبان را از بین می برد و آن را نرم می سازد .

چربی بـدون اینکه از آن گرمی احساس شود کـار خود را انجام می دهـد ، اما شیرین همراه گرمی است و به همین علت است که رساندگی شیرین بیشتر است .

لذت بخشـی مزه شیرین به این دلیل است که این مزه غلظت را به کلی از بین می برد و سبب سیلان و نرمی می شود و آزار ناشی از انجماد را از بین می برد .

ماده ی غلیظی که در اثر گرما به سیلان می افتد برای تبدیل شدن به شیرینی و چربی آمادگی دارد .

کنش های مزه شـیرین عبارتند از :پخته گردانیدن ، نرم کردن و تکثیر غذا . مزاج آن را دوست دارد ، نیروی جاذبه آن را جذب می کند .

کنش تلخ و شور :

تلخ و شور هر دو زبان را می تراشـند و فرق آن دو در این است که زدودن در مزه ی شور سـبک است و زبان را شستشو می دهد و زبری همراه نـدارد . لطیف است و به کلیه ی اجزای اندام می رسد و در همه یکنواخت پراکنده می شود و لیکن دهانه معده را آزار می دهـد . لیکن مزه تلـخ در تراشـیدن به حـدی شدید است که زبان را زبر می نماید و به این دلیل زبر است که به تمام سـطح زبان نمی رسد.کار مزه ی تلخ زدودن و زبر نمودن است .

کنش مزه ی تند و ترش :

تندو ترش هر دو زبان را می گزند ولی تند بسیار گزندگی بیشتری دارد و گرمی ببار می آورد .

مزه ترش زبان را می گزد و لیکن گزنـدگی آن زیاد نیست و می توان آن را حـد وسط نامید و گرمی همراه او نیست .هرگاه جسـم تلخ مزه در مایعی بی مزه حل شود و سپس محلول منعقد گردد مانند آب خاکستر شور می شود .

هرگـاه مزه گس بر اثر افزایش رطوبت و حرارت پخته شود و حرارت کمتر از آن باشـد که عمل پختن را به طور کامل انجام دهـد، ترشـی به وجود می آید در صورتی که گوهر ترش عموماً تری است و همچنین گوهر شیرین گرایش به تری دارد اما گوهر تلخی و گسی به خشکی نزدیک تر است .

مزه ی گس اگر ضعیف باشد قابض است و اگر شدید باشد فشرنده است .

کار مزه تند تحلیل و تقطیع و تعفن است .کنش مزه شور زدودن ، شستن و خشک گردانیدن و ممانعت از تعفن می باشد .کنش مزه ترش سرگردانیدن و بریدن است .

کنش قابض :

کار قبض غلظت بخشیدن و سخت گردانیدن و باز داشتن است .

کنش چرب:

نرم کردن ،لیزی دادن ، کمی پختن و رسانیدن است .

آمیختگی مزه ها :

گاهی دو مزه در یک جسم گرد هم آمده اند ، مثلاً :۱ ـ تلخی و قبضی در افشره گیاه فیل زهره و چنین مزه ای را بشاعت می گویند . ۲ ـ تلخی و شوری در دارچین ختایی که این مزه را زعوقت نامیده اند . ۳ ـ تندی و شیرینی در انگبین پخته .۴ ـ تلخی و تندی قبض در بادمجان . ۵ ـ تلخی و بی مزگی در کاسنی .گاهی اتفاق می افتـد که گرد آمدن دو مزه در یک جسم سـبب می شود که کنش یکی از مزه ها تقویت گردد .گاهی گرد آمدن دو مزه موجب خنثی شدن هر دو مزه می شود . مثلاً در گردآمدگی ترشـی و گسـی در غوره ، گسی نمی گذارد ترشی زیاد نفوذ کند و سردی برساند .

گاهی قوام ضد کیفیت است مثلاً غلظتی که در ماست چکیده (کسیه ای) حاصل می شود و سردی آن را به کمترین حد می رساند .

گاهی برخی از مزه ها که با مزه دیگری آمیزش دارند به مرور زمان خالص می شوند مانند آب غوره که اگر مدت زیادی بماند مزه گس و مشابه آن که در آن هست به تدریج ته نشین می شود و تنها ترش مزگی خالص می ماند .

گـاهی مزه ای که خالص است (با مزه ها آمیخته نیست) به مرور زمان با مزه دیگری می آمیزد و ناخالص می شود . ماننـد عسل که اگر زیاد بمانـد تلـخ و تنـد مزه می شود یا ماننـد افشـره ی انگور که به مرور زمان سـخت تلـخ و تنـد می شود و سپس تمایل به تند مزگی پیدا می کند .

کنش های مزه های به هم آمیخته :

اگر گس و تلخ را به هم آمیزند ، کنش آن زدودن همراه با قبض است .

اگر گس و تلخ با هم باشند در چند حالت مفید هستند :

۱ ـ برای شـفا بخشـیدن زخم هایی که کمی فروهشـتگی دارنـد . ۲ ـ برای بـاز نمودن انسـداد عمومی. ۳ ـ برای طحال به شـرطی که تلخی در این ترکیب زیاد ضعیف نباشد مفید است .

بطور کلی هرگاه مزه های گس وتلخ با هم باشـند برای معده وکبد مفید هسـتند. مزه تلخ مطلق یا تند مزه خالص هر دو برای احشاء زیان آورند ، اما اگر تلخ همراه قبض باشد برای آن مفید است ،زیرا تلخی را می زداید و قبض قوت درون را نگهداری می کند .

بطور عموم مزه شیرین که همراه قابض باشد مطلوب احشاء است ، زیرا شیرین قابض هم لذیذ است و هم مقوی و از آنجا که شیرین همراه قبض به حالت اعتدالی می ماند زبری مری را نافع است .

هر چیزی که مزه گسـی خشک کننـده یا قبضـی خشـکی دهنـده در آن است اگر همراه آن گسـی یا قبضـی ، چربی یا بی مزگی یا شیرینی یا هر چه مانع گزش است باشد باعث رویش گوشت می شود .

شناخت دارو به وسیله ی بو :

منشاء هر بویی گرمی ، یا سـردی است . ولی در اکثر حالات بوهایی که شایسـتگی بوییـدن یا اسـتنشاق دارنـد از حرارت بوجود می آینـد .زیرا در اکثر موارد ، علت نزدیـک شـدن بو به قوه ی بویـایی گوهری است لطیف و بخـاری هرچنـد ، گاه ممکن است که از طریق استحاله هوا باشد بی آنکه چیزی از شیء بودار تحلیل رود ،ولی آنچه که در اکثر موارد صادق است همان صورت اول است .

تمـام بوهـایی که از آنهـا احساس سوزش می شود و یا گرایش به طرف شـیرینی دارنـد از گرما منشاء گرفته انـد و هر نوع بویی که ترش احساس می شود یا بوی نا(کفک)می دهد سرد است .

بوهای خوش (عطری)اکثراً گرم مزاجند مگر آنهایی که رطوبتی همراه دارند و آرامشی برای روح و نفس در بر دارند مانند :کافور و نیلوفر . در جسم این گـونه از مـواد بوییـدنی ، گوهر سـردی بخش موجود است که همراه بو به مغز راه می یابـد .هر چه خوش بو است گرم است و همچنین هر نوع از افاویه گرم مزاجند و این گرم مزاجی است که مایه ی سردرد می شود .

شناخت مزاج دارو به وسیله ی رنگ :

در زمینه ی رنگهـا قاعـده ای هست که در اکـثر حالاـت می توان از آن اسـتفاده کرد و مزاج دارو را حـدس زد .در نوعی از داروی معینی کـه دارای رنـگ هـای مختلفی است ابتـدا بایـد مزاج آن را در نظر گرفت .اگر مزاج آن سـرد است هر آنچه از آن نـوع دارو ،رنگش به سفیدی می زند ، سردترین است و

هرآنچه به سرخی یا سیاهی تمایل دارد کمتر سرد است ، اما اگر مزاج نوع دارو گرم است باید بر عکس قیاس کرد .

شناسایی اعمال داروهای ساده :

کنش و اثربخشی داروها بر سه وجه می باشد که عبارتند از:اثرات عمومی ، اثرات جزیی و کنش هایی که جزیی هستند و به کنش های عمومی شباهت دارند .

اثرات عمومی از قبیل گرمی دادن ،سرد کردن،جذب ،دفع ، بهم آوردن دهانه های زخم ،بوجود آوردن زخم و از این قبیل .

اثرات جزیی مانند اثرات درمانی داروهایی که در معالجه سرطان و بواسیر و یرقان و این قبیل بیماری ها مفید هستند .

اثرهایی که جزیی به حساب می آیند و شباهت به کنش های (اثرات) عمومی دارند از این قبیل است :اسهال آوردن ، جاری کردن ادرار و حالاتی که شبیه به آنهاست .

دارو در چنین مواقعی با اینکه بر اندام و یا دستگاه ویژه ای اثر می گذارد و مربوط به کل تن آدمی نیست ، باز باید شبیه تأثیرات کلی تلقی شود .زیرا نفع و زیان آن مربوط به همه اندام هاست و سراسر بدن از آنها تأثیر پذیر است و تأثیر از خود آنهاست و عرضی در کار نیست .

اثرات عمومی و اثرات شبه عمومی :

اثرات عمومی به دو درجه اولیه و ثانویه تقسیم می شوند .

اثرات عمومی اولیه اثرات چهارگانه اصلی هستند که عبارتند از سرد کردن ، گرمی دادن ، تر نمودن و خشکانیدن .

اثرهایی که ثانوی هستند به دو گروه تقسیم می شوند :

گروه اول همان اثرات چهارگانه نامبرده و لیکن برآورد و مقایسه در زیادی و کمی آنها است .از قبیل سوختن ، گندیدن ، یخ بستن و میان تهی شدن که این حالات نیز از گرمی دادن و سرد گردانیدن سر می زنند ، ولی گرمی و سردی آنها از راه برآورد و قیاس کمی و بیشی است .

گروه دوم ، اثراتی که با این کنش ها مغایرت دارند ،ولیکن از این کنش ها پدید می آیند مانند :ختم ، خدر ، الزاق ، تفتیح ، تغریه و از این قبیل .

اثرات شبه عمومی از قبیل اسهال ، ادرار و پیدایش عرق اندام و نظیر آنها هستند .

صفات داروها :

داروها خود به خود دارای صفاتی هستند که برخی از این صفات همان کیفیات چهارگانه شناخته شده (گرمی ، سردی ، تری ، خشکی) است .

برخی از این صفات نیز عبارت از بو ورنگ است و عده ای نیز صفت های مغایرند که می توان در بین آنها از لطافت ، غلظت ، لزج بودن(چسبندگی)،شکنندگی ،جمود،سیلان ،لعابی بودن ،چرب بودن، خشکی دهنده ، سبکی و سنگینی نام برد.

۱ ـ داروی لطیف عبارت از دارویی است که هرگاه به وسیله ی نیروی طبیعی جسم ما تأثیر پذیرفت ،به اجزای بسیار ریز تقسیم می شود و در بدن پخش می گردد .مانند زعفران و دارچین .چنین دارویی در

همه حالات بسیار مفید است ،حتی خشکانیدن بوسیله ی آن حتی اگر هیچ گزندگی از آن حس نشود با اثر داروی بسیار سوزناک و قوی برابر است .

۲ ـ منظور از داروی غلیظ آن نوع دارو است که نمی تواند کار داروی لطیف را انجام بدهد ، مانند کدو و گچ .

۳ ـ منظور از داروی لزج (چسبنده)دارویی است که هرگاه گرمای غریزی جسم بر آن دارو تأثیر بگذارد و کنش یا نیروی آن را بکار گیرد برای هرنوع کش آمدن آمادگی دارد و هر قدر کش داده شود از هم نمی گسلد . چنین دارویی اگر از دو طرف به دو جسم که به حرکت در آمده اند و در حال دور شدن از هم هستند بچسبد ،حرکت آنها را به تعویق نمی اندازد و هر دو جسم با او حرکت می کنند و گسستگی در میان رخ نخواهد داد مانند عسل

۴ـ مقصود از داروی شکننده دارویی است جامد و خشک و به کمترین فشاری که بر او وارد می آید ریز ریز می شود مانند الوای خوب (صبر)

۵ـ منظور از داروی جامد دارویی است که می توان اجزای آن را به حرکت در آورد و وضع آن را تغییر داد ، لیکن در حال حاضر به واسطه ی عامل بسیار سرد بر وضع خود باقی مانده است ، مانند شمع .چنین دارویی می تواند به شکل روان در آید ولی جامد به نظر می آید .

۶ـ مراد از داروی مایع (سائل)دارویی است که اگر آن را در چیزی سخت قرار دهیم شکل و وضع خود را از دست می دهد و قسمت های بالایی آن از هر طرف که راه داشته باشند پایین گرا می شوند .داروهای مایع از نوع داروهای سائل هستند .

۷ـ دارویی را لعابی می نامیم که اگر آن را در آب فرو بریم یا در مایعی قرار دهیم اجزایی از آن جدا می شود و با رطوبت همجوارش می آمیزد و بر اثر این آمیزش نوعی چسبندگی به بار می آید مانند :اسفرزه و ختمی .

دانه های لعاب دار به وسیله ی لیز دادن اسهال ایجاد می کنند ، اگر این دانه ها برشته شوند خاصیت لعاب دهندگی آنها پوشیده می شود و شکم رابند می آورد. ۸ـ ماده روغنی دارویی است که در گوهرش مقداری روغن موجود است مانند حبوب (دانه).

۹ـ منظور ازخشک شدن آن نوع دارو است که اثر مزاج خاکی در آن فراوان و به خشکی انجامیده است .

هرگاه آب یا رطوبت های جاری به وی برسند آنها را در خود فرو می برد و رطوبت از سوراخ های بسیار ریز و پنهانی آن می گذرد ولی دیده نمی شود مانند آهک زنده .

۱۰ و ۱۱ ـ سبک و سنگین بودن که نیازی به تعریف ندارد و برهرکس آشکار است.

داروها از نظر کنش چهارده تا هستند که عبارتند از :

گروه اول :شامل گرم کننده ،لطیف کننده ، گدازنده ، جنباننده ، زبری دهنده ، بازکننده ،سستی آور ، پزنده (رساننده)، کشنده (جاذب)، برنده یا تکه تکه کننده (مقطع)، بادشکن سرخ کننده (محمر)،خارنده (محکک)، قرحه آور ،خورنده ،سوزنده ، سوزش دهنده (لاذع)، خرد کننده ، متعفن کننده ، داغ گذار (کاوی)و پوست کن .

گروه دوم :سرد کننده ،توان بخش ، بازدارنده ، غلیظ کننده ، فاصله دهنده و مخدر را شامل است .

گروه سوم :مرطوب کننده ،شوینده ،رساننده زخم ، لغزش دهنده و هموار کننده (مملس).

گروه چهارم :خشکاننده ، فشرنده ، گیرنده ، بندآورنده ، پوشنده ، دمل آور ، رویاننده گوشت و مهرگذار (خاتم).

برخی دیگر از داروها هستند که ضعف آنها بر حسب اثرات آنهاست . این قسم داروها عبارتند از :داروهای کشنده ، زهر ، پادزهر ، مسهل ، داروهای ادرار دهنده ، عرق آور .

۱ـ داروی لطافت بخش (ملطف):دارویی است که بوسیله حرارتی معتدل خلط را رقیق تر از آنچه هست می نماید .مثل :زوفا ، پونه کوهی (حاشا)و بابونه .

۲ـ داروی تحلیل برنده (محلل):دارویی است که خلط را تبخیر می نماید و آن را از جای خود بر می کند و اجزاء آن را جدا می سازد و بیرون می اندازد و در اثر تداوم اثر با نیروی گرم خویش خلط را به کلی نابود می سازد مثل :خایه سگ آبی .

۳ـ داروی زداینده (جالی):دارویی را گویند که رطوبت های چسبنده بند آمده را از دهانه سوراخ ریز سطح اندام به حرکت در می آورد و دور می کند مثل :عسل آب (ماء العسل) .

هرداروی جنباننده بواسطه ی خاصیتی که دارد ملین مزاج است ،هرچند که قوت اسهال دادن در آن نباشد .

هر تلخ مزه ای حتماً زداینده است .

۴ـ داروی زبری بخش (مخشن):دارویی را گویند که سطح اندام را ناهموار می نماید .برخی را بلندتر و بعضی را پست تر می کند

.چنین دارویی از سه حالت خارج نیست(به سه شکل این کار را انجام می دهد): الف ـ یا گوهرش متراکم است و بسیار قابض .
ب ـ یا گوهرش لطیف است ولی بسیار تند مزه که برندگی دارد و همواری را از بین می برد .
ج ـ یا اینکه اندامی که بر اثر دارو زبر می شود سطح آن در اصل زبر بوده ، رطوبتی چسبنده بر آن روی آورده و به طور عرضی هموار گشته است ، داروی زبر کننده آن رطوبت چسبنده را که بیگانه عرضی است از بین می برد و اندام به حالت اصلی خویش باز می گردد که حالت اصلی زبری و ناهمواری اجزاء بوده است .

از داروی زبری بخش اسپرک (اکلیل الملک)را نام می بریم . این دارو بیشتر به استخوان و غضروف زبری می دهد و تأثیر آن در زبر کنندگی پوست کم است .

۵ ـ داروی باز کننده (مفتح):دارویی است که ماده داخل تجویف منفذها را به بیرون دفع می نماید و کاری می کند که مجراها باز باشند و بند نیایند .

داروی باز کننده قوی تر از داروی زداینده (جالی)است .یکی از داروهای باز کننده کرفس است .دارویی که این کار را انجام می دهد یکی از سه حالت را دارد :یا لطیف و محلل است .یا لطیف و شستشو دهنده است (غسال).یا لطیف و برنده است (مقطع).

هرچند تند مزه است ، هر چه تلخ است و هر آنچه لطیف و سیال می باشد به شرطی که گرایش به گرمی داشته باشد و یا معتدل باشد ، همه بازکننده هستند و هرچه لطیف و ترش مزه است نیز بازکننده است .

۶ ـ داروی سست کننده (مرخی):دارویی را سست کننده نامند که بوسیله ی حرارت و رطوبتی که دارد قوام اندام هایی را که دارای سوراخ های زیر و متراکم هستند نرم تر بنماید و در نتیجه این نرم شدن سوراخ ها وسعت بیشتر پیدا کنند و مواد قابل دفع آسان تر دفع شوند .از داروهای سست کننده ضماد شبت و تخم کتان را نام می بریم .

۷ ـ داروی رساننده (منضج):دارویی را رساننده نامند که گرمی معتدل دارد همراه با قوه قبض که خلط را حبس می کند تا پخته شود . گرمی اش به حدی زیاد نیست که خلط را به شدت تحلیل
برد و در نتیجه ترش از خشک جدا شود :اگر به آن حد گرم گردد پخته شدن به سوختن تبدیل می گردد .

۸ ـ داروی هاضم :دارویی است که در هضم غذا کمک می نماید .

۹ ـ داروی بادشکن :دارویی است که بوسیله ی گرمی و خشکانیدن بادی را که در جایی از اندام ها جمع آمده است رقیق و هوایی گرداند تا بر اثر این تغییر به خارج راه یابد مانند :تخم اسپند .

۱۰ ـ داروی پاره کننده (مقطع):دارویی را گویند که بر اثر لطافت خود به میان سطح اندام و خلط چسبنده می خزد و اندام را از خلط می رهاند .خلط بواسطه ی اثر دارو تکه تکه می شود و به اجزای مختلف الحجم در می آید و آنگاه از جای خویش برکنده می شود و خارج می گردد .مانند :خردل و سکنجبین .

۱۱ ـ داروی کشنده (جاذب):دارویی که بر اثر لطافت و حرارت رطوبت ها را به طرف خود می کشد مانند :خایه سگ آبی ،آن را جاذب می نامند .

دارویی که نیروی کشش آن زیاد باشد ،اگر آن را پس از پالایش ضماد کنند برای عرق النساء و درد مفاصل داخلی بسیار خوب است و همچنین بوسیله ی ضماد چنین دارویی می توان خار و پیکان های ریز استخوانی را از قرارگاه آن بیرون آورد .

۱۲–داروی سوزش دهنده (لاذغ):دارویی را گویند که لطیف و بسیار نفوذ کننده است وبوسیله ی تفرق ،پیوسته را به قطعات بسیارکوچک در می آورد .

این قطعات جدا شده به حدی نزدیک به هم می مانند که نمی توان یکی را جدا از دیگران حس کرد و مثل این است که همه با هم در یک جای جمعند ،ضماد خردل با سرکه و سرکه به تنهایی نمونه داروهای سوزنده هستند .

۱۳ ـ داروی سرخ کننده (محمر):دارویی است که هر وقت به یکی از این اندام ها می رسد آن را گرمی زیاد می بخشد . بر اثر گرم شدن خون به سوی آن جذب می شود و به سطح آن روی می آورد و اندام سرخ رنگ می گردد .خردل ،انجیر، پونه ، کرویا (قردحانا)از این گروه هستند .کنش داروهای سرخ کننده به کنش داغ کنندگی نزدیک است .

۱۴ ـ داروی خارنده (محکک):دارویی است که خلط های سوزناک و خارش دهنده را بوسیله ی کشش و گرمی به سوی مسامات می کشاند .چنین دارویی تا این اندازه فعال نیست که قرحه بوجود بیاورد .شاید خارشی که بوجود می آید از خارهای کرکی سخت و ریز باشند که محسوس نیستند مثل گیاه کبیکه .

۱۵ ـ داروی قرحه آور(مقرح):دارویی است که رطوبت های واقع در میان اجزای پوست را تحلیل می برد و ماده ناپسند را که مایه قرحه (دمل چرکین)می شود به سوی پوست می آورد.داروی قرحه آوررا مقرح می نامند مثل گیاه بلادر (آکاژو).

۱۶ ـ داروی سوزنده (محرق):دارویی را گویند که قسمت لطیف خلط ها را از بین می برد و تنها خاکستر آنها را باقی می گذارد مثل:شبرم .

۱۷ـ داروی خورنده (اکال):دارویی است که با عمل تحلیل بردن و ایجاد قرحه از گوهر گوشت می کاهد.مثل زنجار .

۱۸ ـ داروی خرد کننده (مفتت):دارویی است که در برخورد با خلط سفت و سخت آن را به چندین پارچه ریز در می آورد مثل :حجر الیهود که سنگ مثانه یا کلیه را خرد و له می کند .

۱۹ ـ داروی معفن (گندانده):دارویی است که بتواند مزاج اندام یا مزاج روحی را که به سوی اندام می آید فاسد نماید و بوسیله ی تحلیل رطوبت مزاج اندام را چنان به تباهی بکشاند که برای تبدیل شدن به جزیی از اندام بکارنیاید .

داروی معفن نه می سوزاند و نه می خورد بلکه رطوبتی تباه که حرارتی بیگانه در آن است در اندام باقی می گذارد، درنتیجه عفونت روی می دهد .زرنیخ و تافسیا (صمغ سداب کوهی)و نظایر آنها از این گروه هستند .

۲۰ ـ داروی داغ گذار (کاوی):دارویی را گویند که پوست را می سوزاند و خشک می گرداند .پوست از اثر آن چنان سفت می شود که گویی سوختگی ناشی از آتش است .آنگاه گوهر پوست راه را بر خلط سیال می بندد تا نتواند بیرون بیاید .این جای داغ و سوختگی بر پوست را خشک ریشه می نامند .

چنین دارویی را برای بند آمدن نزیف شرایین (خونریزی شرایین)و حالات مشابه آن بکار می برند مثل زاج و زاج زرد (قلقطار).

۲۱ـداروی پوست کن (قاشر):دارویی است که اجزای فاسد پوست را می زداید و در معالجه بهق و کلف و غیره بکار می رود .مثل :قسط و راوند (ریواس)

۲۲ ـ داروهای سرد کننده (مبرد):داروهای سرد کننده که معروف است .

۲۳ ـ داروهای توان بخش (مقوی):داروهایی هستند که شکل و مزاج اندام را از آسیب نگهداری می کنند و نمی گذارند مواد زائد بر آن اثر بگذارند .

چنین داروهایی یا خاصیتی در خودشان دارند .مثل :گل مختوم و تریاق و یا این اثر بخشی از اعتدال مزاج آن دارو است که گرم تر را سرد و سردتر را گرم می نمایند .جالینوس این اعتدال را در روغن گل محمدی می بیند .

۲۴ ـ داروی بازدارنده (رادع):بازدارنده ضد جذب کننده است و عبارت از دارویی سرد است که اندام را سردی می بخشد و درنتیجه ی این سردی تراکم در اندام بوجود می آید و سوراخ های ریز اندام تنگ می شوند و حرارت جذب کننده اش کاهش می یابد و مایعی که به سوی آن در جریان است بند می آید یا منعقد می شود و به اندام نمی رسد و اندام آن را نمی پذیرد مثل تاجریزی که در معالجه دمل ها استعمال می شود .

۲۵ ـ داروهای غلیظ کننده (مغلظ):مقابل رقیق کننده است و داروهایی هستند که قوام رطوبت را از آنچه هست غلیظ تر می گرداند

و این یا بوسیله ی خاصیت منجمد کنندگی یا منعقد کنندگی یا مخلوط شدن صورت می گیرد .

۲۶ ـ داروی مفحج (فاصله انداز):داروهایی هستند که ضد هاضم و رساننده (پزنده)باشند ، بوسیله ی سرد مزاجی که دارند گرمای غریزی و حرارت بیگانه را در غذا خنثی می سازند .غذا نه هضم می شود و نه به پختگی می رسد .

۲۷ ـ داروی تخدیر کننده (مخدر):دارویی است که بسیار سرد مزاج است و به حدی اندام را سرد می کند که گوهر روح حامل نیرو ،حس و حرکت در مزاج آن اندام سرد می گردد ،گوهرش غلیظ می شود و قوای نفسانی تأثیر پذیر نخواهد ماند ،مثل افیون و بنگ .

۲۸ ـ داروهای مرطوب کننده :معروف است .

۲۹ ـ داروهای بادزا (منفج):دارویی است که در گوهرش رطوبتی بیگانه و غلیظ موجود است و هرگاه گرمای غریزی در آن بکار بیفتد آن رطوبت به زودی از بین نمی رود و به گاز تبدیل می شود .مانند :لوبیا .هر آنچه بادزا است سردرد می آورد و برای چشم زیان دارد .لیکن برخی از داروهای بادزا اعم از دارو یا غذا رطوبتشان در مرحله هضم اول باد می شود و در معده و روده ها جای می گیرد .

۳۰ ـ داروی شوینده (غسال):دارویی است که می زداید ، اما این زدودن از نیروی مؤثری نیست که در او موجود است بلکه از نیرویی است که از نیروی مؤثر دیگر تأثیرپذیر است و حرکت آن را یاری می کند .مثل :ماء الشعیر و آب زلال .

۳۱ ـ داروی چرک آور :دارویی است مرطوب که با رطوبت قرحه می آمیزد و چرک و رطوبت قرحه را فزونی می دهد و مانع خشکیدن و بهم آمدن زخم می شود .

۳۲ ـ داروی لغزنده (مزلق):وقتی جسمی در مجرایی گیر کرده است و نمی تواند بیرون بیاید ، دارویی است مرطوب که می تواند جسمی را که در مجرا گیر کرده است برکند .این دارو با اجزای آن می آمیزد و بر اثر این آمیزش اجزای آن نرم می شود و برای جریان یافتن در مجرا آمادگی پیدا می کند و با سنگینی طبیعی که دارد یا بوسیله ی نیروی دافعه به حرکت می افتد . گویند آلو که اسهال می آورد از لغزاننده هاست .

۳۳ ـ داروی هموار کننده (مملس):دارویی را هموار کننده گویند که بر سطح اندامی زبر می گسترد و زبری را می پوشاند ، یا رطوبتی به سوی سطح زبر روان می سازد و زبری را می پوشاند .

۳۴ ـ داروی خشکاننده :دارویی را که لطیف و گدازنده است و رطوبت ها را از بین می برد خشکاننده می گویند .

۳۵ ـ داروی گیرنده (قابض):دارویی است که حرکات اجزای اندام را به گرد هم آیی وا می دارد تا در جای خود متراکم شوند و مجراها بند آیند .

۳۶ ـ داروی فشرنده (عاصر):دارویی است که اجزای اندام را چنان جمع می آورد و می گیرد که رطوبت های رقیق آن تحت فشار قرار می گیرند و ناگزیر می شوند .

۳۷ ـ داروی بندآورنده (مسدد):دارویی است خشک و از خشکی و تراکمی که دارد یا از آنجا که پوشنده است در مجراها (منفذها)متوقف می شود و موجب بند آمدن می گردد . ۳۸ ـ داروی پوشاننده (مغزی):دارویی را گویند که خشک است و کمی رطوبت لزج در آن هست و به دهانه می چسبد و بند می آورد و در نتیجه سیلان باز می ایستد .

هر چه لزج و سیال و لغزاننده باشد و به گرمی نزدیک شود پوشاننده و بند آورده و متوقف کننده می شود .

۳۹ ـ داروی به هم آورنده (مدمل):دارویی است که رطوبت میان هر دو طرف زخم را غلظت بخشد و آن را خشک نماید تا به حالتی درآید که برای پوشیدن و به هم چسبیدن آماده شود و به این ترتیب هر دو طرف زخم را به هم آورد .مثل خون سیاوشان و صبر زرد .

۴۰ ـ داروی رویاننده گوشت :این نوع دارو مزاج خونی را تعدیل می کند که بر زخم وارد می آید و خون را منعقد می کند و سرانجام آن را تبدیل به گوشت می سازد .

۴۱ ـ داروی مهر گذار (خاتم):مهرگذار یا پایان بخش دارویی است که سطح زخم را می خشکاند و موجب بوجود آمدن خشک ریشه می شود که زخم را تا رویش پوست طبیعی از آسیب نگه می دارد .

هر دارویی که به اعتدال بخشکاند و پوست را به اعتدال برویاند و سوزش نداشته باشد از داروهای مهرگذار به شمار می آید .

۴۲ ـ داروی کشنده (قاتل):عبارت از دارویی است که مزاج را به افراطی تباه سازد .مانند :شبرم و افیون .

۴۳ ـ سم :دارویی را سم (زهر)می نامیم که نه تنها بواسطه ی ضدیت کشنده است بلکه با خاصیتی که در خود آن موجود است سبب مرگ می شود مانند بیش .

۴۴ ـ تریاق و پادزهر:دارویی است که تندرستی و نیروی روح را نگه می دارند تا بتواند زیان سم را از خود دفع نماید گو اینکه پادزهر مصنوعی را تریاق می نامند و واژه پادزهر به داروهای پادزهری ساده اطلاق می شود که طبیعی و غیرصنعتی هستند و شاید نباتات شایستگی اسم تریاق را بیش از مصنوعات داشته باشند و احتمال این هم هست که بسیار تفاوت میان این دو اسم نباشد .

۴۵ ـ داروهای اسهال آور ، عرق آور ، ادرار آور (مسهل ،معرق ، مدر) :این داروها را همه می شناسند .

تأثیر عوامل خارجی بر دارو :

در بعضی از حالات که به وسیله ی صفت بر داروها عارض می شود حکم داروها نیز تغییر می یابد و ویژگی های اولیه آنها دگرگون می شود ، مثلاً پختن ، کوبیدن ، آتش زدن ، شستن ، یخ بستن از سرما و

مجاورت دارویی با داروی دیگر شاید دارو را ازحالی به حالی دگرگون سازد. گاهی آمیختن دارویی با دارویی دیگر خصایص اولیه دارو را تغییر می دهد. ـ پختن دارو :

دارویی که جرم آن متراکم و غلیظ است و تا بسیار جوشانده نشود اثر نمی بخشد مثل :ریشه کبر ، زراوند ، زرنباد و شبیه آنها .

دارویی که در حالت اعتدال (میان غلیظ و رقیق)است باید به حالت اعتدال جوشیده شود چه اگر بسیار بجوشد از تأثیر می افتد مانند داروهای مدر ، استخودوس و مانند آنها .

دارویی که رقیق تر از حالت اعتدال است و کمترین جوشیدن برای آن کافی است اگر بیشتر از یک غل بجوشد تأثیر دارویی را از دست می دهد .مانند افتیمون (سس صغیر).

کوبیدن دارو :

برخی از داروها بعد از کوبیده شدن اثری ندارند مانند گیاه محموده (سقمونیا)،پس باید با کمال نرمش و آهستگی و تأنی کوبید و نباید بر آن فشار زیاد آورد تا بر اثر کوبیدن چنان گرمایی حاصل شود که نیروی آنها را تباه گرداند .

انگم (صمغ ها)غالباً این حالت را دارند و بر اثر کوبیده شدن تأثیر خود را از دست می دهند ،اگر آنها را در آب حل کنند بهتر از آن است که بکوبند . هر دارویی اگر زیاد کوبیده شود بی اثر می شود .

سوزاندن دارو :

برخی از داروها را باید سوزاند تا از تأثیرش کاسته شود و برخی را به این منظور باید سوزاند تا تأثیرش بیشتر گردد .

کلیه ی داروهای تندی (حاد)که دارای گوهر لطیف یا معتدل هستند بر اثر سوختن گوهر آتشی که در بردارند تحلیل می رود و می کاهد و از این رو گرمی و تندی آنها هم رو به کاهش می رود مانند زاج ها و زاج زرد .

داروهایی که دارای گوهر متراکم و نه تند هستند و نه گرم بر اثر سوختن نیروی تند می یابند مانند :آهک .

آهک سنگی بوده است که حدتی (تندی)نداشته است و بعد از آن که به آتش کشیده شده است تندی را کسب کرده است .

بطور کلی هدف از سوزاندن دارو یکی از حالات پنج گانه زیر است :

الف ـ از حدت دارو بکاهیم مانند زاج و زاج زرد .

ب ـ دارو حدت یابد مانند حالت آهک .

ج ـ دارویی که گوهرش متراکم است و می خواهیم لطیف شود مانند :خرچنگ و شاخ گوزن که می سوزانند .

د ـ برای کوبیده شدن (خرد شدن)آمادگی پیدا کند مانند :ابریشم . ابریشم را برای تقویت قلب می سوزانند ،لیکن اگر آن را با قیچی ریزریز کنند بهتر و تأثیرش از سوخته آن بیشتر است .اما با قیچی بریدن به اندازه ای که لازم است ریزریز شود دشوار است و ناگزیر آن را به آتش می کشند .

هـ برای اینکه از تباهی گوهرش اثری نماند مانند :کژدم که آن را برای معالجه سنگ مثانه می سوزانند .

شستن دارو :

هر دارویی که مقداری از گوهر تند لطیف با آن آمیخته باشد می توان بوسیله ی شستن آن تندی را از آن پاک کرد و گوهرش را تعدیل نمود .تعدیل دارو بوسیله ی شستن در سه حالت بکار می آید :

۱ ـ وقتی دارو بیش از حد لازم گرم است ، بوسیله ی شستن رو به سردی می آورد و اعتدال می یابد .آن بخش دارو که مزاج خاکی دارد وقتی به آتش کشیده می شود گرمی را از آتش دریافت می دارد .عمل شستن آن را از گرمی اکتسابی می رهاند .آهک شسته همین حال را دارد که اثر سوختن آن از بین می رود و معتدل می گردد .

منجمد کردن دارو :

هردارویی که دارای گوهر سرد است در حالت انجماد نیروی لطیف را از دست می دهد و سردی آن افزایش می یابد .

= مجاورت دارو با داروی دیگر :

داروها گاهی بر اثر همنشینی و مجاورت کنش ویژه خود را تغییر می دهند .

داروی سرد از همسایه گرم ،گرمی کسب می کند و داروی گرم از همنشینی سرد به سردی می گراید .

بسیاری از داروهای سرد مزاج را که در کنار انکثره (حلتیت)، شبرم ، جندبیدستر و مشک قرار دهند به گرمی مزاجی روی می آورند و گرمی می بخشند .

بسیاری از داروهای گرم را اگر در مجاورت کافور و صندل که سرد هستند بگذارند به سردی می گرایند و سردی رسان می شوند .

پس باید دانسته شود که همنشینی اثر می بخشد و نباید داروهای مختلف در کنار هم نهاده شوند و از یکدیگر تأثیر بپذیرند .

آمیزش داروها :

در آمیزش داروها با هم ممکن است یکی از حالات زیر ایجاد شود :

۱ ـ اثرات دارویی با آمیختن بیشتر گردد .

۲ ـ داروها بر اثر آمیزش اثر خود را از دست بدهند .

۳ ـ براثر این آمیخته شدن ، خطرات دارو از بین برود و مفید واقع شود .

مثال :

حالت اول :برخی از داروها دارای نیروی اسهالی هستند و لیکن بدون کمک از غیر نمی توانند کار را یکسره کنند . سپس به کمکی نیازمند هستند تا قوت لازم را بیابند .مثال :

گیاه ترُبِد مسهل است ولی به آن اندازه که برای اسهال شدید بکار آید .اگر فلفل و داروهای لطیف همراه تربد باشند در عمل تحلیل بردن به آن کمک می کنند و اسهال سریع تر صورت می گیرد .

حالت دوم :دو نوع از دارو که هر دو یک اثر می بخشند ، لیکن اثر آنها بوسیله ی دو نیروی متضاد یا شبیه متضاد است و اگر این دو نوع دارو با هم باشند چنانچه یکی از آن دو زودتر برسد اثر خود را نشان می دهد و اگر هیچ کدام از دیگری پیشی نگیرد و با هم به مقصد برسند مانع کار یکدیگر می شوند و هیچ کاری انجام نمی دهند .مثال :

هلیله و بنفشه این حالت را دارند .

بنفشه نرمی بخش است و هلیله از راه فشردن و متراکم کردن اثر مسهلی دارد ، اگر هر دو با هم در یک آن بر ماده وارد آیند اثری نخواهند بخشید و اگر هلیله قبلاً بیاید و بعد از آن بنفشه سر برسد یکی از آنها بی کار می ماند و چنانچه بنفشه اول بیاید و نرمش دهد و بعد هلیله سر برسد و فشار آورد اثر قوی تر می گردد .

حالت سوم :صبر و کتیرا و مقل را برای این حالت مثال می آوریم :

صبر مسهل است و معده را می پالاید ولی خراشنده است و دهانه رگ ها را باز می نماید .کتیرا پوشاننده (چسبنده) است .مقل قابض است .

هر گاه صبر را به روان کردن کار دفع استعمال می کنیم آن را با کتیرا و مقل می آمیزیم .

در این صورت صبر اسهال می دهد .کتیرا آنچه را که صبر تراشید ، پر می نماید (می پوشاند)و مقل دهانه رگ ها را تقویت می کند و کار به سلامت به انجام می رسد .

چیدن داروها و نگهداری آنها :

گروهی از داروها معدنی و برخی گیاهی هستند . دسته ای نیز از جانوران بدست می آیند .

داروهای معدنی :

در گزینش داروهای معدنی شرط هایی مورد نظر هستند به قرار زیر :

۱ ـ داروها از معدنی استخراج شده باشند که فراورده هایش به خوبی مشهور باشند مانند زاج سبز (قبرسی)زاج کرمانی و مشابه آنها .

۲ ـ داروی معدنی باید صاف و بی آلایش و دور از هر آمیزه بیگانه ای باشد .

۳ ـ باید مواد برچیده به عنوان دارو ،گوهر تمام عیار باشد و رنگ و مزه ویژه آن بدون کاستی و درست باشد .

داروهای گیاهی :

داروهای گیاهی به چند نوع هستند به قرار زیر :

برگ ،گیاه ،تخم گیاه ،ریشه و ساقه و شاخه گیاه ، گل و شکوفه گیاه ، میوه گیاه و گاهی نیز تمام گیاه مورد استفاده قرار می گیرد .

ـ چیدن و نگهداری برگ ها :گیاه باید به حجم نهایی خود رسیده باشد تا برگ نیز به مرحله ی نهایی نمو رسیده باشد و باید قبل از آن که برگ تغییر رنگ بدهد یا بشکند و یا پژمرده شود و به زمین بیفتد آن را چید .

ـ چیدن تخم دارویی گیاهان :تخم گیاه را باید هنگامی چید که کاملاً سفت شده باشد و اثری از رطوبت و نارسیدگی در آن نمانده باشد .

ـ چیدن ریشه گیاهان :ریشه گیاه را هنگامی به منظور دارویی باید بچینند که گیاه در شرف برگ ریزی است .

ـ چیدن شاخه و ساقه :زمان چیدن شاخه و ساقه گیاه دارویی وقتی است که گیاه کاملاً نمو یافته و رسیده است و هنوز پژمردگی به آن راه نیافته است .

ـ چیدن شکوفه ها :شکوفه را باید بعد از باز شدن کامل و قبل از پژمردن و افتادن چید .

ـ چیدن میوه گیاهان :میوه گیاه را باید تمام رسیده از درخت یا گیاه چید و چیدن آن قبل از هنگامی باشد که آماده ریختن و افتادن است .

ـ چیدن گیاه کامل :گیاه باید هنوز شاداب باشد ، تخم آن رسیده باشد ، ساقه ی آن کمتر ترنجیده و شاخه آن کمتر پژمرده باشد . تخم آن پرمغزتر و چاق تر و میوه اش پرمایه و سنگین تر باشد . میوه

حجیم و بی مایه و پژمرده چندان ارزشی ندارد ، اما اگر بزرگ و پرمایه باشد از کوچکترش مفیدتر است .

چیدن گیاه داروی در هوای صاف و آفتابی بهتر از آن است که در هوای مرطوب و بارانی و بعد از باران بچینند .گیاهان بیابانی (وحشی)هر چند غالباً از گیاهان کاشته شده (زراعتی)کم حجم تر هستند لیکن بهتر از آنها می باشند .در این مورد گیاهان کوهستانی با ارزش تر از گیاهان جلگه ای هستند .هرگیاهی که در وقت و موقع خود چیده شود بهتر از آن است که قبل یا بعد از وقت چیده اند .

شرایطی که ذکر شد در اکثر حالات مطابقت دارد و باید مراعات شود . هرقدر رنگ گیاه سیرتر و مزه ای آشکارتر و بوی آن قوی تر باشد نشانه خوبی آن است .

از تأثیر گیاه خشک شده بعد از سه سال کاسته می شود به استثناء چند گیاه از قبیل دو نوع خربق سیاه و سفید .

ـ انگم و شیره ها :شیره و انگم (صمغ)گیاهان را به منظور استفاده دارویی باید بعد از منعقد شدن و قبل از آن که آنقدر خشک شود که به آسانی خرد شود چید .اکثر انگم ها به ویژه افربیون بیشتر از سه سال تأثیر نمی بخشد .

بهترین نوع انگم ها آن است که مدت بیشتری پایدار و اثر بخش بماند .اگر انگم تازه و نیرومند در دسترس باشد بهتر است ،اما اگر چنین انگمی پیدا نشود می توان کهنه آن را که در اثر بخشی تا حدی ناتوان شده است به جای آن بکار برد و مقدار آن را بیشتر کرد .

داروهای حیوانی :

تهیه عناصر درمانی از حیوانات شرط هایی دارد به قرار زیر :

حیوان باید جوان باشد ،در فصل بهار مورد استفاده قرار گیرد و صحیح و سالم و تمام اعضایش کامل باشد .

باید ماده دارویی را بعد از سر بریدن حیوان از آن جدا کرد و حیوانی که بر اثر بیماری مرده است نباید مورد استفاده قرار گیرد .

منبع:کتاب گیاه درمانی

آشنایی با برخی از منابع مهم در طب سنتی

۱– الحشائش (ماتریامدیکا)

پدانیوس دیسقوریدوس در میانه نخستین نیمه قرن نخست میلادی در شهر آنازارب که از بخش های سیسیل سرزمین ترکیه بوده ، ز اده شد. وی علاقه زیادی به فراگیری دانش پزشکی ، گیاه شناسی و داروسازی داشته و حدود ۴۰ سال از عمر خود را همراه با لشکریان رومی به شهرها و مناطق مختلف سرزمین یونان و کشورهای مجاور سفر کرده و همه جا ، ضمن انجام وظیفه بعنوان پزشک، به شناسایی و آزمایش گیاهان و مواد دارویی مختلف می پرداخته، پس از سپری شدن مدت یاد شده ، نتایج دقیق ارزیابی هایش را همراه با تصاویر مشاهدات خود ، پس از گردآوری و بمنظور ارائه آنها بعنوان کتاب آموزشی، برای دانشجویان و دیگر علاقمندان ، در پنج یا هفت مقاله به نام « بنیاد پزشکی materia medical » نگاشته و به جای گذاشته است . این کتاب گرانمایه، در طی بیست قرن که از نگارش آن می گذرد برای برجسته ترین پزشکان و مکاتب پزشکی ، همواره بعنوان یکی از گرانبهاترین میراث فرهنگ بشری بشمار می آمده است.

حـدود یـک هزار موضوعی که در این کتـاب مورد بحث قرار گرفته انـد، شامـل گیاهـان خوارکی و دارویی جـانوران ، کـانی هـا ، فرآورده های هر کدام از آنها ، چگونگی شناسایی زهرها و زهرآلودگی های گوناگون و پیشگیری و درمان آنها و موارد ارزشمند دیگری می باشـد . برای طبقه بندی گیاهان، به جای استفاده از شیوه الفبایی ، ویژگی و کاربرد آنها منظور گردیده و این ، یکی از امتیازات کتاب بشمار می آیـد زیرا شیوه علمی نوین، برای فصل بندی کتاب های داروشناسی به همین گونه می باشد. این کتاب، خیلی زود به مراکز علمی راه یافت و هر چه دانشمندان و پژوهشگران در هر مقطع زمانی یا مکانی به محتویات آن آگاهی بیشتری پیدا می کردند، بیشتر شیفته آن و نگارنده اش می شدند.

کتـاب دیسقوریدوس به زبـان هـای مختلف از جمله فرانسه ، اسپانیولی ، آلمـانی ، ایتالیایی ، سریانی، عربی و احیاناً زبانهای دیگر ترجمه شده است.

در دوره تمدن اسلامی کتاب دیسقوریدوس توسط دانشمندان مختلف مورد مطالعه و تحقیق قرار گرفته است . کامل ترین شرح و تفسیر کتاب دیسقوریدوس در قرن گذشته توسط ابن ابیطار صورت گرفته است و خوشبختانه در زمان حاضر دانشمند گرامی و استاد ارجمند آقای دکتر سید محمود طباطبایی با بیش از بیست سال تحقیق و پژوهش در زمینه تصحیح ، بازنویسی و ترجمه متون طب سنتی این کتاب ارزشمند را در در ۱۰ جلد (حدود پنج هزار صفحه) به عنوان دقیق ترین متن و جامع ترین شرح و ترجمه کتاب دیسقوریدوس، تهیه نموده اند.

۲- الحاوی الکبیر فی الطب

نام کتاب معروف محمد زکریای رازی «الحاوی الکبیر فی الطب» می باشد. که آنرا « الجامع الحاصر لصناعه الطب » و « الجامعالکبیر » و « الجـامع» نیز نامنـد . کتـاب الحاوی از بزرگترین و مشهورترین تالیفات محمـد بن زکریای رازی است که به قول خودش پانزده سال شب و روز ، وقت خود را صرف نوشتن آن کرده است .

این کتـاب یک دوره کامل علم طب تا دوران رازی است که در آن علاوه بر استفاده از نظریه ها تجارب و تالیفات پزشکان قبل از خود بخصوص بقراط ، دیسقوریدوس و جالینوس کلیه تجارب شخصی و بالینی خود را که در مدت طبابت در بغداد و ری کسب کرده بود به نگارش درآورده و همراه با شرح بیماری ها در باره آنها اظهار نظر کرده است . این کتاب دایره المعارف طبی است که در آن از کلیه شاخه های طب و اصول تـداوی و بهداشت و بیماری شناسی و داروشناسی و اخلاق پزشکی بحث شده است کتاب الحـاوی شامـل بیست و شش جلـد می باشـد و اکنون نسخ خطی متعـدد آن در کتابخـانه هـای معتبر عـالم ماننـد کتابخـانه ترجمه آکسفورد و کمبریج انگلستان و کتابخانه اسکوریال و کتابخانه موزه بریتانیا ، کتابخانه مونیخ(استانبول) و کتابخانه سلیمانیه(اسپانیا) و کتابخانه سلیم آقا وکتابخانه شهید علی پاشا (استانبول) و کتابخانه موصل، و کتابخانه هندوستان و کتابخانه آستان قدس رضوی و کتابخانه مدرس و کتابخانه ملک در تهران موجود است.

۳- قانون

شیخ الرئیس ابوعلی حسین بن عبدالله بن سینا (تولد ۳۷۰ هـ ق – وقات ۴۲۷ هـ . ق) شخصیت استثنایی فلسفه و حکمت اسلامی و دانشمند نامدار ایرانی که از قرن چهارم هجری تا امروز بیشترین اثر را در آموزش و ارائه خدمات پزشکی بر اساس طب سنتی داشته است بی نیاز از هرگونه معرفی است.

کتـاب قـانون او تـا قرن ها از مهمترین کتب پزشکی به شمار می رفت – شامل مطالبی درباره قوانین کلی طب، داروهای ترکیبی و غیر ترکیبی و امراض مختلف می باشد. این کتاب در قرن دوازدهم میلادی همراه با آغاز نهضت ترجمه به زبانهای لاتین ترجمه شد و تا امروز به زبان های انگلیسی ، فرانسه و آلمانی نیز برگردانده شده است . قانون – که مجموعه مدونی از کل دانش طبی باستانی و سنتی اسلامی است به عنوان متن درسی پزشکی در دانشگاههای اروپایی مورد استفاده قرار می گرفت چاپ کتاب قانون در پنج

جلد تا قرن ۱۸ و اوایل قرن ۱۹ مرتب ادامه داشت. کتاب قانون بوعلی سینا از پنج قسمت زیرتشکیل شده است:

– مسائل کلی پزشکی ، مانند : وضع اعضاء بدن و اعصاب، کالبد شناسی ، وظایف اندامهای مختلف بدن، بیماریها و علت آنها ، مسائل بهداشتی و قواعد کلی درمانها

– اقسام دواها که با بیان خاصیت آنها ، طبق حروف الفباء تنظیم شده است.

– انواع بیماریها و بیماریهایی که برای هر یک از اعضاء بدن به وجود می آید.

– بیماریهایی مثل تب، غده ها ، جوشها و مراقبت هایی که سبب حفظ زیبایی انسان می گردد.

– در قسمت پنجم هم مسائل داروسازی به طور مفصل مطرح گردیده است .

کتاب قانون یک دایره المعارف پزشکی است که در آن تمامی مبانی اصلی طب سنتی مورد بحث قرار گرفته است مانند : مبانی تشریح(اناتومی) مبانی علامت شناسی(سمیولوژی) داروشناسی و داروسازی ، فارماکولوژی و غیره کتاب قانون در سال ۱۳۶۰ توسط مرحوم شرفکندی هژار از زبان عربی به زبان فارسی امروزی ترجمه شد.

۴– ذخیره خوارزمشاهی

زین الدین اسماعیل بن حسن جرجانی پزشک معروف ایران قرن پنجم هجری قمری در سال ۴۳۴ هـ . ق در جرجان متولد شد. حکیم جرجانی پایه گذار مکتب ایرانی در دوره اسلامی بود و اولین طبیب ایرانی بود که کتاب ارزشمند خود ذخیره خوارزمشاهی را به زبان فارسی تألیف کرد . این کتاب ، دایره المعارف پزشکی بزرگی به زبان فارسی بشمار می رود.

وی در علوم مختلف استاد بود و پس از ابوعلی سینا نخستین دانشمندی بود که در آثار خود همه مباحث علم طب را (چنانکه قدما می اندیشیده اند) با تحقیقات مورد مطالعه قرار داد و کلیه مباحث پزشکی را در کتب خود جمع آوری و تدوین نمود.

در کتاب ذخیره خوارزمشاهی مباحث گوناگون پزشکی و امراض گوناگون مورد بررسی قرار گرفته و داروهای مختلفی برای تخفیف درد و معالجه بیماریهای گوناگون معرفی شده است. جرجانی با تألیف این کتاب علاوه بر خلق یک اثر علمی برجسته ، مکتب ملی فارسی نویسی را بنیان گذارد و مهم ترین مطالب پزشکی را بطور جامع و در عین حال موجز و قابل فهم به رشته تحریر درآورد ، به طوری که بسیاری از جملات و اصطلاحات حکیم جرجانی بعدها در علم پزشکی کاربرد وسیعی یافتند . کتاب ذخیره خوارزمشاهی پس از کتب رازی و ابن سینا از کتب مهم پزشکی قرون اولیه اسلامی بشمار می رود و در سده های بعد مورد استفاده دانشجویان طب قرار گرفت . نظامی عروضی سمرقندی این کتاب را هم پایه شانزده روش درمانی جالینوس، حاوی رازی و قانون ابن سینا دانسته است . حکیم جرجانی علاوه بر کتاب ذخیره خوارزمشاهی چند کتاب دیگر نیز در علم طب تألیف نموده است که مهم ترین این آثار عبارتند از : الطب الملوکی ، زبده الطب، یادگار، اغراض الطبیه و المباحث العلائیه ، خفی علائی . این پزشک برجسته در سال ۵۲۱ هـ ق در گذشت.

منبع: http://itme.behdasht.gov.ir

نگاهی به عوارض داروهای گیاهی بر پوست

مقدمه

استفاده از داروهای گیاهی به لحاظ ارزانی، در دسترس بودن و آسانی مصرف، در جهان و خصوصاً کشورهای در حال توسعه رو به افزونی یافته‌اند. همگام با افزایش مصرف و عرضه آنها، عوارض جانبی سویی خصوصاً در موارد مصرف بی‌رویه و بدون نظارت پزشکان به سراغ بیماران خواهد آمد، بنابراین این باور و نگرش که داروی گیاهی کاملاً بی‌خطر و بی‌عارضه بوده و بدون نظر پزشک در هر شرایط قابل استفاده می‌باشد، زیر سؤال می‌رود.

بیماریهـای پوستی از آنجاییکه اغلب به درمان‌های طولانی نیازمندنـد و بیماران را دچار اضـطراب و تنش ناشـی از قابل رؤیت بودن آنهـا، می‌نماینـد، بیشتـر از سـایر بیماری‌هـا در معرض مـواجهه بـا گیاهـان دارویی قرار دارنـد. رایـج‌ترین طرز مصـرف گیاهـان در بیماری‌هـای پـوست، بـه شـکل موضـعی (Topical) می‌باشــد و مــالش مـواد و عصـاره گیـاهی در سـطح پـوست گاهـاً منجر به حساسیت‌های تماسی و تحریکات موضعی و حساس شدن در برابر آفتاب و اشعه ماورای بنفش می گردد.

به عنوان مثال مرکبات و آویشن که دارای مواد روغنی به نام Essential Oils هستند می‌توانند ایجاد اگزمای تماسی آلرژیک در مناطق تحت درمان بویژه صورت، پلک‌ها و اطراف دهان نمایند. صـمغ گیاه آلویه‌ورا که در اگزماها و جراحات سـطحی و التهابات پوستی کاربرد درمانی داشته، می‌تواند ایجاد درماتیت تماسی آلرژیک نماید و در زخم‌های عمقی نیز اگر مصرف گردد، التیام آنها را به تأخیر می‌اندازد و می‌تواند مضر باشد.

در ساقه و برگ برخی از گیاهان که با کودهای حاوی آرسـنیک تغذیه شده‌اند، عنصـر آرسـنیک تجمع می‌یابد و می‌تواند در دراز مدت برای مصرف کنندگان آنها، ایجاد مسمومیت و حتی سرطان پوست یا ریه نماید.

موردی دیگر از عوارض سو جانبی ناشـی از گیاهان، مصـرف مقادیر زیاد شاه‌بلوط هندی (Horse Chestnut) بدلیل دارا بودن موادی که محرک سیسـتم ایمنی هسـتند، ایجاد لوپوس می‌نمایـد و یا مصـرف افـدرا (Ephedra) که در قرص‌هـای لاـغری از آن استفاده می گردد، ایجاد عوارض قلبی و حتی مرگ می‌نماید.برخی از گل‌ها و فرآورده‌های گیاهی خواص هورمونی دارند به عنوان مثال جینسـنگ (Ginseng) خواص استروژنی دارد و در خانم‌هـا می‌توانـد اختلالاـت قاعـدگی و حساسـیت پسـتان‌ها و اضـطراب روحی ایجاد کند.

اینها اشاراتی مختصر به عوارض عدیده ناشی از مصارف بی‌رویه و کنترل نشده پاره‌ای از گیاهان دارویی بوده است.

پروتکل پیشنهادی :

داروهای گیاهی حتماً با نسخه پزشک مجرب در این زمینه ارایه شوند. در زنان باردار، شیرده و اطفال زیر ? سال با نهایت احتیاط و دقت تجویز شوند. (بهتر است مصرف نگردد)

فقـط گیاهـانی که بسـته‌بندی بهـداشتی و دارای پروانه و مجوز سـاخت معتـبر هسـتند در بـازار دارویی مورد اسـتفاده قرار گیرنـد. از مصـرف قرص‌ها و شربت‌هایی که عنوان گیاهی داشته ولی فاقد بروشور و کاتالوگ راهنما هستند (و برای مصارفی همچون لاغری، تنظیم اشتها، بارور شدن، زیبایی پوست و محرک قوای جنسی تعبیه و تهیه شده‌اند) جداً خودداری گردد.

منبع:http://www.academist.ir

مرجع کامل داروها

ATENOLOL

در مورد این دارو آتنولول به علـل گونـاگونی مثـل افزایش فشـار خون تسـکین درد قلبی پیشـگیری از سـردردهای میگرنی و درمان بی‌نظمی ضـربان قلب تجویز می‌شود. همچنین برای جلوگیری از دومین حمله قلبی در افرادی که یـک بار دچار حمله قلبی شده‌انـد، کاربرد دارد. ممکن است در شـرایط دیگری نیز پزشـکتان این دارو را برایتان تجویز کند. آتنولول با مسدود کردن برخی تکانه‌های عصـبی به بخش‌هـای خاصـی از بـدن عمـل می‌کنـد؛ به همین علت آن را یـک مسدودکننـده بتـا می‌شناسـند. بـا مسـدود کردن این تکانه‌ها، آتنولول به قلب کمک می‌کنـد تا منظم‌تر و مؤثرتر بزند و در نتیجه بار کاری قلب کاهش یابد. چگونگی مصـرف آتنولول معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز سر ساعت معینی بخورید. معمولاً بهتر است دارو را صبح پیش

از صبحانه مصرف کنید تا فراموشش نکنید. آتنولول را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن آتنولول نبضتان را بشمارید. اگر زیر ۵۰ در دقیقه بود پیش از خوردن داروی آن روز، با پزشکتان مشورت کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید و دارو را بدون هماهنگی با پزشکتان قطع نکنید. با قطع مصرف آتنولول ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی باشید. در اکثر مواردی که آتنولول تجویز می‌شود، بیماری مهار می شود ولی درمان نمی شود. و این بدین معناست که ممکن است لازم باشد چندین سال یا تا پایان زندگی آن را مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبیدر صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر، مصرف آتنولول را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: - اشکال در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه - سرد شدن کف دست و پا؛ - ضربان قلب زیر ۵۰ در دقیقه - سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابیده یا نشسته - تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلو در ۴۸-۲۴ ساعت ؛- افسردگی گیجی یا توهم (شنیدن دیدن یا احساس چیزهایی که وجود ندارند)؛ - درد قفسه سینه مفاصل یا کمر؛ - تب گلودرد؛ - بثورات جلدی - یا هرگونه کبودی یا خونریزی غیرعادی نشانه‌های زیر تا هنگام عادت کردن بدنتان با دارو ممکن است مشاهده شوند:خواب‌آلودگی خستگی مشکل در خوابیدن اضطراب یبوست یا اسهال کابوس یا کاهش توانایی جنسی اگر این علایم ادامه یافتند یا مشکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید.موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آتنولول پزشکتان را مطلع سازید: - حساسیت به آتنولول یا دیگر داروهای مسدودکننده بتا بارداری یا شیردهی - در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه تزریقات حساسیت‌زدایی کافئین داروهای آسم (آمینوفیلین دیفیلین اکستریفیلین تئوفیلین ، داروهای دیابت (انسولین داروهای خوراکی پایین‌آورنده قند)، دیگر داروهای کاهنده فشار خون (مسدودکننده‌های کانال‌های کلسیمی کلونیدین گوانابنز)، کوکائین یا مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز. - سابقه یا ابتلا به حساسیت آسم یا آمفی‌زم مشکلات احتقانی قلب بیماری قند؛ پرکاری تیروپید؛ افسردگی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی اگر بیماری قند دارید، آتنولول ممکن است قند خون شما را افزایش دهد و نیز ممکن است علایم افت قند خون را مخفی کند. اگر دچار حساسیت باشید با مصرف آتنولول واکنش‌های حساسیتی‌تان ممکن است تشدید شود.هنگام مصرف آتنولول توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودی‌تان را زیر نظر داشته باشد.-در مورد میزان فعالیت قابل قبول بر اساس وضعیت بدنی‌تان با پزشکتان مشورت کنید. آتنولول ممکن است درد قفسه سینه را کاهش دهد یا از آن جلوگیری کند و در نتیجه باعث شود تا از آن حد که برایتان بی‌خطر است فعال‌تر باشید. که این خود موجب درد قفسه سینه و علایم جدی دیگر می‌شود. - وزن‌تان را نسبت به قد و استخوانبندی‌تان در یک محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید.-اگر برای کاهش فشار خون آتنولول مصرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستوارات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. -اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید، از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کنید.الکل ننوشید. - از وضعیت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرم‌تر بپوشید، چرا که آتنولول ممکن است شما را به سرما حساس‌تر کند.

برای روزهای تعطیل مقدار کافی دارو در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد آتنولول مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید.

پزشکان دیگر را از اینکه آتنولول مصرف می‌کنید مطلع سازید؛ زیرا آتنولول ممکن است بر روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی

اثر بگذارد. آتنولول را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط آتنولول فاسد می‌شود). آتنولول تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف آتنولول نباید تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل‌ساز شد، با پزشکتان مشورت کنید.

بدون مشورت با پزشکتان دارویی مصرف کنید؛ به ویژه داروهای محرک و داروهای سرفه یا سرماخوردگی که بدون تجویز پزشک قابل تهیه هستند.

AZITHROMYCIN

در مورد این دارو آزیترومایسین یک آنتی‌بیوتیک است که برای گلودرد استرپتوکوکی برونشیت برخی انواع سینه‌پهلو (پنومونی ، و عفونت‌های کلامیدیایی تجویز می‌شود. چگونگی مصرف آزیترومایسین باید با شکم خالی خورده شود، حداقل ۱ ساعت قبل یا ۲ساعت بعد از غذا. این دارو برای بعضی از عفونت‌ها به صورت تک‌نوبتی تجویز می‌شود یا در سایر موارد به شکل روزی یک نوبت برای ۵ روز. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل مصرف شود، حتی در صورت احساس بهبودی چنانچه پیش از مصرف تمام دارو آن را قطع کنید علایمتان ممکن است برگشت کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است این نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، مصرف آزیترومایسین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال دردهای شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبان خارش یا ترشح واژن پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان تب درد مفصلی یا بثورات جلدی یک پاسخ حساسیتی نادر به آنتی‌بیوتیک‌ها آنافیلاکس است که نیازمند توجه و مراقبت فوری پزشکی می‌باشد. از آنجایی که آنافیلاکس به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم کهیر یا تورم‌های پوستی غش ناگهانی ضربان قلب تند یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را قطع کرده بلافاصله با یک مرکز خدمات اضطراری پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آزیترومایسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آزیترومایسین اریترومایسین یا آنتی‌بیوتیک‌های دیگر. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین ضدانعقادها (رقیق کننده‌های خون مثل وارفارین ، تئوفیلین و آنتی‌اسیدهای حاوی آلومینیم منیزیم سابقه یا ابتلا به بیماری کبدی هنگام مصرف آزیترومایسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبود دوره کامل دارویتان را مصرف کنید تا عفونت در بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. اگر ظرف ۳ روز از آغاز درمان با آزیترومایسین احساس بهبودی نکردید با پزشکتان مشورت کنید.

آزیترومایسین را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط آزیترومایسین فاسد می‌شود). هنگام مصرف آزیترومایسین نباید از داروهای تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید. پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشکتان

ASPIRIN

در مورد این دارو آسپیرین یک داروی رایج است که بدون نسخه پزشک قابل تهیه می‌باشد. این دارو یک مسکن غیرمخدر برای تسکین دردهای خفیف تا متوسط نظیر سردرد، دنداندرد، و دردهای هنگام عادت ماهانه است آسپیرین تب را کاهش می‌دهد و التهاب را در موارد درماتیسمی کاهش می‌دهد. آسپیرین خشکی تورم و درد مفاصل را درد آرتریت می‌کاهد ولی بیماران را

درمان نمی‌کند. از این دارو همچنین در پیشگیری از لخته شدن خون کاهش خطر حمله قلبی و مغزی و موارد دیگر استفاده می‌شود. البته این خاصیت آسپیرین ممکن است موجب افزایش احتمال خطر خونریزی شود. استیل سالیسیلیک اسید یک نام دیگر آسپیرین است چگونگی مصرف برای جلوگیری از اثرات مضر آسپیرین بر روی معده این دارو را با غذا، شیر، داروهای ضداسید، یا یک لیوان پر از آب مصرف کنید (این در مورد قرص‌های پوشش‌دار یا شیاف صدق نمی‌کند).همچنین برای پیشگیری از دل بهم خوردگی بهتر است از ۳۰-۱۵ دقیقه پس از خوردن آسپیرین دراز نکشید. بجز در مورد قرص‌های پوشش‌دار و قرص‌های طولانی‌اثر، سایر قرص‌های آسپیرین را می‌توان برای سهولت بلع خرد یا در یک مایع حل کرد. به‌منظور استعمال راحت‌تر شیاف آسپیرین آن را برای ۳۰ دقیقه قبل از استفاده داخل یخچال بگذارید. برای استعمال شیاف پوشش شیاف را باز کرده شیاف را با آب سرد مرطوب کنید، به یک پهلو دراز کشیده شیاف را با کمک انگشتتان داخل مقعد فرو کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید، البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، مصرف آسپیرین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: سوزش سر دل بثورات جلدی تورم دست‌ها، پاها و پلک‌ها؛ افزایش وزن خس‌خس سینه مدفوع سیاهرنگ خونریزی از لثه‌ها در هنگام مسواک زدن موارد احتیاط‌در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آسپیرین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر چیز، به ویژه آسپیرین یا داروهای شبه آسپیرین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (مثل ایبوپروفن ، داروهای ضدانعقادی (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین ، داروهای خوراکی ضددیابت آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها، وانکومایسین ، داروهای ضدسرطان (متوترکسات ، والپروئیک اسید، پروبنسید و سولفین پیرازون (داروهای نقرس ، و زیدوودین سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (مثل زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی ، پولیپ‌های بینی ناشی از آسپیرین نقرس کمبود آنزیم G6PD ، پرفشاری خون و بیماری‌های کبدی کلیوی و قلبی هنگام مصرف آسپیرین توصیه می‌شود برچسب روی دارو را خوانده و از دستوراتش پیروی کنید. برچسب روی سایر داروهای بدون نیاز به تجویز پزشک را بخوانید تا مبادا در حال مصرف داروهایی باشید که حاوی آسپیرین هستند یا حاوی داروهایی باشند که با آسپیرین تداخل ایجاد می‌کنند.آسپیرین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آسپیرین فاسد می‌شود). شیاف آسپیرین را در یک جای خنک نگاه دارید، ولی آن را و شکل‌های مایع آسپیرین را منجمد نکنید. آسپیرین تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. در صورتی که آسپرین را برای درد، تب یا گلودرد می‌خورید، در موارد زیر با پزشکتان مشورت کنید:

درد بیش از ۱۰ روز طول بکشد یا علامت جدیدی اضافه شود.تب بیش از ۳ روز طول بکشد، تشدید شود یا علامت جدید اضافه شود. گلودرد دردناکتر شود، بیش از ۲ روز به طول انجامد، یا تب تهوع استفراغ بثورات جلدی یا سردرد رخ دهد. آسپیرین را فقط به مقدار تجویز شده برای جلوگیری از حمله قلبی مغزی و دیگر مشکلات ناشی از لخته شدن خون مصرف کنید هنگام مصرف آسپیرین نباید آسپیرینی را که بوی سرکه می‌دهد استفاده کرد. این به معنای فاسد شدن آسپیرین است در صورتی که در عرض ۷ روز گذشته عمل جراحی لوزه کشیدن دندان یا جراحی دندان یا دهان داشته‌اید، آسپیرین را بجوید. آسپیرین را به همان صورت ببلعید. آسپیرین را مستقیماً روی دندان یا لثه گذاشت در این صورت ممکن است موجب سوزش شود. بدون مشورت با پزشکتان آسپیرین را قطع کنید، اگر آن را برای پیشگیری از لخته شدن خون مصرف می‌کنید. تا ۵ روز پیش از هر جراحی آسپیرین مصرف کنید مگر به دستور پزشک این کار موجب خونریزی خواهد شد. به کودکی که تب یا دیگر علایم شبه آنفلوآنزایی که ممکن است ناشی از یک ویروس مثل ویروس آبله‌مرغان یا آنفلوآنزا باشد آسپیرین بدهید. آسپیرین در برخی از موارد با نشانگان" رای که یک بیماری وخیم است ارتباط داشته است در این موارد در مورد داروی مناسب با پزشکتان مشورت کنید. مسمومیت در

صورت شک به مصرف بیش از حد آسپیرین بلافاصله درخواست کمک پزشکی کنید. علایم مصرف بیش از حد عبارتند از: صدای زنگ داخل گوش‌ها، خواب‌آلودگی گیجی افت شنوایی اضطراب هیجان شدید، تنفس تند و عمقی برای پیشگیری از عوارض جدی نظیر تشنج یا حتی مرگ بلافاصله به دنبال مراقبت‌های پزشکی باشید. اطلاعات دیگر انواع ژنریک آسپیرین از انواع دارای نام تجاری ارزانترند و در اکثر موارد به همان اندازه مؤثرند. انواع طولانی‌اثر گرانترند ولی ممکن است مصرف آنها راحت‌تر باشد.

ACYCLOVIR

در مورد این داروآسیکلوویر یک داروی ضدویروسی رایج است از این دارو برای جلوگیری و درمان عفونت‌های ویروسی نظیر هرپس سیمپلکس و هرپس ژینتالیس و درمان آبله‌مرغان استفاده می‌شود. اگر برای جلوگیری از تبخال راجعه استفاده شود، آسیکلوویر باید به مجردی که احساس گزگز یا سوزش (که اولین علامت عود مجدد است آغاز شد مورد استفاده قرار گیرد. در مورد آبله‌مرغان اگر درمان ظرف ۲۴ ساعت اول از شروع پیدایش بثورات جلدی آغاز شود بیشترین تأثیر را خواهد داشت زویراکس نام تجاری آسیکلوویر است چگونه مصرف کپسول قرص و سوسپانسیون خوراکی آسیکلوویر را می‌توان با غذا مصرف کرد. دارو در هر نوبت باید با یک لیوان پر از آب مصرف شود. بهتر است برای حفظ یک سطح ثابت دارو در خون آسیکلوویر در فواصل یکسان در طی ۲۴ ساعت مصرف شود. آسیکلوویر معمولاً هر ۴ ساعت ۵ بار در روز تجویز می‌شود. برنامه زمانی مصرف دارو می‌تواند ۶ صبح ۱۰ صبح ۲ بعدازظهر و ۶ عصر و ۱۰ شب باشد. اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما تداخل می‌کند از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه دارویی که برای شما مناسب‌تر بوده و در عین حال اهداف درمانی را برآورده سازد، به شما کمک کند. بسیار مهم است که دارو سر وقت و به مقدار تجویز شده کامل مصرف شود، حتی اگر احساس می‌کنید حالتان بهتر شده است اگر پیش از مصرف کامل دارویتان آن را قطع کنید، علایمتان ممکن است مجدداً ظهور کنند. پیش از مصرف سوسپانسیون خوراکی شیشه را به خوبی تکان دهید و از وسیله‌ای اندازه‌گیری همراه دارو برای تعیین مقدار مصرفی در هر نوبت استفاده کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، آن را به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً زمان مصرف نوبت بعدی رسیده است نوبت قبلی را رها کرده به برنامه دارویی خود برگردید، مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال دردهای شکمی تهوع و استفراغ سردرد، یا سیاهی رفتن چشم موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آسیکلوویر پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت نسبت به آسیکلوویر یا گان‌سیکلوویر [cytovene، vitrasert]. بارداری یا شیردهی در حال مصرف دیگر داروها، به ویژه آنهایی که ممکن است برای کلیه‌هایتان مضر باشند، مثل مقادیر بالای استامینوفن تیلنول داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (NSAID) مثل ایبوپروفن سیکلوسپورین فوسکارنت لیتیم ریفامپین سولفونامیدها و تتراسایکلین‌ها.دارای سابقه یا دچار دهیدارتاسیون (کاهش آب بدن یا بیماری کلیوی در هنگام مصرف آسیکلوویر توصیه می‌شود دوره درمان با آسیکلوویر را به‌طور کامل طی کنید تا عفونت در بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود؛ حتی اگر احساس بهبود می‌کنید.اگر خانمی هستید که به علت هرپس ژینتالیس (تبخال در ناحیه تناسلی آسیکلوویر مصرف می‌کنید، هر ساله یک آزمون گستره پاپانیکولا (پاپ انجام دهید؛ زیرا این عفونت با افزایش احتمال ابتلا به سرطان گردن رحم همراه است منطقه مبتلا را تا آنجا که می‌توانید تمیز و خشک نگاه دارید. لباس زیر گشادتری بپوشید تا ضایعات آزرده نشوند. آسیکلوویر را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آسیکلوویر فاسد می‌شود). اگر آسیکلوویر مصرف می‌کنید و در عرض چند روز بهتر نشده‌اید با پزشکتان مشورت کنید.در هنگام مصرف آسیکلوویر، نباید با همسرتان اگر دچار تبخال ناحیه تناسلی است

نزدیکی داشته باشید. کاندوم می‌تواند به جلوگیری از سرایت هرپس کمک کند، ولی ژل‌های اسپرم‌کش یا دیافراگم در پیشگیری از سرایت این بیماری نقشی ندارند. از آسیکلوویر تاریخ گذشته استفاده کنید. تا وقتی که دارو تمام نشده است مصرف آن را قطع کنید مگر اینکه پزشکتان چنین دستور دهد.

ALBUTEROL

در مورد این دارو آلبوترول تجویز می‌شود تا لوله‌های برونش (مجاری هوایی را در ریه‌ها باز کند تا راحت‌تر نفس بکشید؛ به آن گشادکننده برونش می‌گویند. آلبوترول اسامی تجاری متفاوتی دارد. این دارو تحت عنوان سالبوتامول هم شناخته می‌شود. چگونگی مصرف آلبوترول را می‌توان به صورت استنشاقی یا خوراکی به شکل قرص محلول یا شربت مصرف کرد. هیچگاه بیش از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر طبق یک برنامه منظم از این دارو مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید آن نوبت را مصرف کنید. نوبت‌های باقیمانده در روز را با فواصل زمانی منظم مصرف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. آئروسل استنشاقی آلبوترول برای درمان و جلوگیری از انقباض برونشی (تنگ شدن مجاری هوایی ریه استفاده می‌شود. دارو را ۱۵ دقیقه پیش از شروع ورزش مصرف کنید تا از انقباض برونشی ناشی از ورزش پیشگیری شود. پیش از استفاده ظرف حاوی دارو را به خوبی تکان دهید. یک پُف از دارو را استنشاق کنید، نفستان را ۵ شماره نگاه دارید و سپس نفستان را بیرون دهید. بیش از دو بار در یک زمان با ۲-۱ دقیقه فاصله استنشاق نکنید. از اسپری کردن به سمت چشم‌ها خودداری کنید. هر کپسول دارو حاوی ۲۰۰ بار اسپری است اگرچه یک نوع کانادایی ۸۰ بار اسپری دارد.محلول استنشاقی آلبوترول سولفات از طریق دستگاه تنفس با فشار مثبت متناوب (IPPB) یا یک نبولایزر با استفاده از یک ماسک صورت یا قطعه دهانی مصرف می‌شود. اطمینان حاصل کنید که در مراقبت و نحوه استفاده از این وسایل به خوبی توجیه شده باشید. پزشکتان یک دستورالعمل برای دستگاه IPPB تجویز می‌کند و درمان در هر نوبت ۵ تا ۲۰ دقیقه به طول می‌انجامد. معمولاً نبولایزر از ۱۰-۶ لیتر هوا یا اکسیژن فشرده در دقیقه استفاده می‌کند، و درمان معمولاً در حدود ۱۰ دقیقه طول می‌کشد. دو محلول وجود دارد. یکی حاوی ۸۳/۰ میلی‌گرم دارو در هر میلی‌لیتر است و به همین صورت قابل استفاده می‌باشد. محلول دیگر حاوی ۵ میلی‌گرم در هر میلی‌لیتر است و لازم است که قبل از استفاده رقیق شود. مطمئن شوید که دستورات خاص را از پزشکتان گرفته باشید. محلول رقیق شده را می‌توان تا ۲۴ ساعت در دمای اتاق یا ۴۸ ساعت در یخچال نگهداری کرد. آلبوترول سولفات برای استنشاق نیز برای درمان و جلوگیری از انقباض برونشی (تنگ شدن مجاری تنفسی استفاده می‌شود. برای پیشگیری از انقباض برونشی ناشی از ورزش ۱۵ دقیقه پیش از ورزش از دارو استفاده کنید. این دارو به شکل یک کپسول است و به وسیله خاصی نیاز دارد تا بتوان از آن استفاده کرد. این وسیله کپسول را به دو نیم می‌کند و دارو را آزاد می‌سازد. اطمینان حاصل کنید که روش استفاده از این وسیله را می‌دانید. هر پرسشی داشتید از پزشک یا داروسازتان بپرسید. شکل‌های خوراکی آلبوترول [محلول شربت قرص و قرص‌های طولانی‌اثر] باید در زمان‌های تجویز شده مصرف شوند. قرص‌های طولانی‌اثر باید به همان شکل خورده شوند و نباید آنها را شکست خرد کرد یا جوید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از نشانه‌های زیر آلبوترول را قطع کرده و با پزشکتان تماس بگیرید: آبی شدن پوست گیجی شدید؛ احساس غش افزایش خس‌خس سینه یا تنگی نفس بثورات جلدی یا کهیر؛ تورم صورت لب‌ها، یا پلک‌ها. سایر علایم نادر که ممکن است رخ دهند و باید بلافاصله گزارش شوند عبارتند از: درد قفسه سینه ضربان قلب نامنظم گزگز یا احساس خواب رفتگی انگشتان دست یا پا؛ خونریزی یا کبود شدگی غیرعادی اثرات معمول این دارو عبارتند از برآشفتگی و لرزش که معمولاً با مصرف دارو به تدریج بهبود می‌یابند. سرفه خواب‌آلودگی خشکی دهان نبض تند، سردرد، دردهای عضلانی تهوع یا بی‌خوابی گاهی ممکن است رخ دهند. شستن دهان با آب گرم پس از استفاده از اسپری

ممکن است خشکی دهان را کاهش دهد. در صورت بروز سردرد در مصرف این دارو، از استامینوفن استفاده کنید. در صورتی که این علامت‌ها مشکل‌ساز شدند یا اگر پس از دریافت مقدار معمول آلبوترول هنوز مشکلات تنفسی داشتید با پزشکتان مشورت کنید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آلبوترول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده رنگ‌های خوراکی یا دارو. بارداری یا شیردهی مصرف دیگر داروها، به ویژه داروهای ضدافسردگی داروهای فشارخون محرک‌ها، کوکائین داروهای قلبی (دیگوکسین ، یا داروهای میگرن سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی بیماری قند، پرکاری تیرویید، یا فئوکروموسیتوما. در هنگام مصرف آلبوترول توصیه می‌شود مراجعات منظمی به پزشکتان داشته باشید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.برگه‌ای همراه داشته باشید که نشان دهد دچار مشکل تنفسی هستید و آلبوترول و داروهای دیگر مصرف می‌کنید. آلبوترول را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید. (در این شرایط آلبوترول فاسد می‌شود). محلول آلبوترول از انجماد حفظ کنید.آلبوترول تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید (به‌جز ظرف حاوی آئروسل را). هیچگاه ظرف آئروسل را حتی در صورت خالی بودن سوراخ نکنید، به آتش نیاندازید و نشکنید. در هنگام مصرف آلبوترول نبایدهیچ دارویی (حتی فراورده‌های گیاهی و داروهایی که نیاز به نسخه ندارند) را بدون مشورت با پزشکتان مصرف کنید. اطلاعات دیگر شکل‌های ژنریک آلبوترول ارزان‌تر هستند و عموماً به همان اندازه انواع با اسامی تجاری مؤثر می‌باشند.

ALPRAZOLAM

در مورد این دارو آلپرازولام برای تسکین اضطراب اختلالات خواب و اختلالات هراس تجویز می‌شود. آلپرازولام دارای چندین نام تجاری متفاوت است چگونگی مصرف آلپرازولام در مقادیر متفاوت برای مشکلات متفاوت تجویز می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. به دقت از دستورات پزشکتان پیروی کنید. شکل مایع آلپرازولام را می‌توان با مایعات یا غذاهای نیمه‌جامد مثل مارمالاد پودینگ مخلوط کرد. اجازه ندهید آلپرازولام مایع یخ بزند. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید آن را مصرف کنید. اگر نزدیک نوبع بعدی بود، نوبت بعدی را حذف کنید و سپس به برنامه دارویی منظم‌تان باز گردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر، آلپرازولام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی کند شدن قوای ذهنی خواب‌آلودگی شدید، تکلم کند، کاهش ضربان قلب تنگی نفس عدم تعادل بثورات جلدی گلودرد، تب لرز، کبود شدگی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشم کاهش حافظه بی‌خوابی آشفتگی یا تحریک‌پذیری آلپرازولام می‌تواند اعتیادآور باشد و اگر دارو به‌طور ناگهانی قطع شود علایم قطع ممکن است مشاهده شوند که عبارتند از: گیجی کند شدن قوای ذهنی معده‌درد، افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور و صدا، یا احساس گزگز یا سوزن سوزن شدن در صورتی که بخواهید آلپرازولام را قطع کنید با پزشکتان مشورت کنید، تا احتمالاً۔ این کار به شکل تدریجی انجام شود. علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند باید گزارش شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب تند یا شدید، یا لرزش
موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آلپرازولام پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آلپرازولام یا دیگر بنزودیازپین‌ها، یا به هر نوع ماده غذایی رنگ‌های خوراکی یا نگه‌دارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، ضدافسردگی‌ها، و داروهای ضدصرع و تشنج سابقه یا ابتلا۔ به گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، سوءمصرف الکل یا مواد مخدر، میاستنی گراو، بیماری انسدادی ریوی مزمن شدید، یا آمفیزم هنگام مصرف آلپرازولام توصیه می‌شودمراجعات مقطعی به پزشکتان داشته باشید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.تا هنگامی که پاسخ بدنتان به آلپرازولام

مشخص نشده است در رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد در طی مصرف این دارو دچار خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شوند. اگر به مسمومیت ناشی از مصرف بیش از حد این دارو مشکوک هستید، بلافاصله تقاضای کمک پزشکی کنید. اگر در طی درمان با آلپرازولام دچار افکار یا احساسات عجیب شدید، حتماً موضوع را با پزشکتان در میان بگذارید. همیشه برگه‌ای همراه داشته باشید که نشان دهد تحت درمان با آلپرازولام قرار دارید.آلپرازولام را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید. (در این شرایط آلپرازولام فاسد می‌شود). آلپرازولام تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف آلپرازولام نبایدنوشیدنی‌های الکلی یا دیگر داروهای خواب‌آور استفاده کنید؛ این خواب‌آلودگی را افزایش و هوشیاری را کاهش می‌دهد. آلپرازولام را به‌عنوان یک قرص خواب‌آور استفاده کنید، مگر آنکه برنامه درمانی شما اجازه دهد تا ۸–۷ ساعت خواب داشته باشید؛ در غیر این صورت تا زمان خروج دارو از بدنتان ممکن است خواب‌آلوده بوده اختلال حافظه داشته باشید.

ALENDRONATE

در مورد این داروآلندرونات برای درمان پوکی استخوان بیماری استخوان که در زنان یائسه معمول است تجویز می‌شود. همچنین از این دارو در درمان بیماری پاژه که ضعیف شدن دردناک استخوان‌ها است استفاده می‌کنند. آلندرونات تحت نام تجاری فوساماکس شناخته می‌شود.چگونگی مصرف آلندرونات معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شود. این دارو باید با یک لیوان پر از آب حداقل ۳۰ دقیقه پیش از اولین وعده غذایی نوشیدنی یا دیگر داروهای روز خورده شود. با عقب انداختن بیشتر اولین وعده غذایی یا نوشیدنی جذب دارو بهتر نیز می‌شود. قرص آلندرونات را یکجا ببلعید؛ این قرص‌ها را نباید مکید، شکست خرد کرد یا جوید. برای جلوگیری از سوزش سر دل بهتر است حداقل تا ۳۰ دقیقه پس از خوردن آلندرونات دراز نکشید. مهم است که دارو هر روز در زمان معینی استفاده شود. هیچگاه مقدار بیشتری از آنچه برایتان تجویز شده مصرف نکنید. به دقت از دستورات پزشکتان پیروی کنید. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید آن را مصرف کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را حذف کنید و به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، آلندرونات را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: سوزش سر دل شدید، مشکل در بلع یا بثورات جلدی علایمی که ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شدند باید گزارش شوند عبارتند از: سردرد، تهوع یا استفراغ اسهال یبوست نفخ شکمی درد شکمی یا درد ماهیچه‌ای و استخوانی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آلندرونات پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آلندرونات یا دیگر داروها.بارداری یا شیردهی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه آسپیرین و آنتی‌اسیدها.سابقه یا ابتلا به مشکل در بلع بیماری مروی گاستریت (التهاب معده ، زخم معده یا بیماری کلیوی در هنگام مصرف آلندرونات توصیه می‌شود مراجعات منظمی به پزشکتان داشته باشید تا بهبود شما را زیر نظر داشته باشد. هیچ دارویی حتی فراورده‌های گیاهی ویتامین‌ها و داروهایی که نیاز به نسخه ندارند را بدون مشورت با پزشکتان مصرف نکنید.اگر مقادیر کافی کلسیم و ویتامین D در برنامه غذایی‌تان وجود ندارد از مکمل‌های حاوی آنها استفاده کنید. در صورت تأیید پزشکتان یک برنامه پیاده‌روی را آغاز کنید. ورزش‌هایی که در آنها بدن وزن خود را تحمل می‌کند، به تقویت استخوان‌ها کمک می‌کند. آلندرونات را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (این شرایط موجب فاسد شدن آلندرونات می‌شود).آلندرونات تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.در هنگام مصرف آلندرونات نبایدبیش از حد سیگار بکشید یا الکل بنوشید. سیگار کشیدن و نوشیدن الکل تشکیل استخوان‌ها را کاهش می‌دهد.

AMPICILLIN

در مورد این دارو آمپی‌سیلین یک آنتی‌بیوتیک رایج است از این آنتی‌بیوتیک در درمان عفونت‌های گوناگون باکتریایی نظیر عفونت گوش میانی سینوزیت و پوست بافت نرم دستگاه تنفس و دستگاه ادراری استفاده می‌شود. چگونگی مصرفبه‌منظور جذب بهتر آمپی‌سیلین باید با شکم خالی حدوداً ۱ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از غذا خورده شود. بهتر است آمپی‌سیلین در نوبت‌هایی با فواصل مساوی در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح خونی و ادراری ثابتی داشته باشد. برای مثال اگر لازم است روزی ۴ نوبت آمپی‌سیلین مصرف کنید، باید بین هر نوبت ۶ ساعت فاصله گذاری کنید (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب ۶ صبح . اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما مغایرت دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به مقدار کامل مصرف شود؛ حتی اگر احساس بهبودی می کنید. اگر پیش از اتمام داروی‌تان آن را قطع کنید ممکن است دچار عود علایم شوید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز علایم زیر آمپی‌سیلین خود را قطع کرده بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال شدید یا اسهال خفیف ولی پایدار، سردرد، تهوع و استفراغ بثورات جلدی زخم دهانی یا زبان خارش یا ترشح واژن پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان اختلالات ذهنی یا زردی چشم‌ها و پوست یک پاسخ حساسیتی نادر نسبت به آمپی‌سیلین آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدی کهیر، یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس بلافاصله دارو را قطع کرده با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاطدر صورت وجود یکی از موارد زیر پیش از مصرف آمپی‌سیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا سایر داروها، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها).بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (مثل ایبوپروفن آسپیرین ، داروهای ضدانعقادی (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، قرص‌های ضدبارداری حاوی استروژن (آمپی‌سیلین ممکن است اثرات این قرص‌ها را کاهش دهد)، داروهای نقرس (پروبنسید، آلوپورینول ، متوترکسات یا دیگر آنتی‌بیوتیک‌ها (آمینوگلیکوزیدها، اریترومایسین تتراسایکلین . سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (مثل زخم معده هموفیلی کمبود پلاکتی ، ونونوکلئوز عفونی کولیت (التهاب روده بزرگ مرتبط با آنتی‌بیوتیک یا بیماری کلیوی هنگام مصرف آمپی‌سیلین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی تمام داروی تجویز شده را برای درمان عفونتتان و جلوگیری از عود بیماری مصرف کنید. در صورتی که از قرص ضدبارداری استفاده می کنید تا یک دوره درمان با آمپی‌سیلین از یک روش جلوگیری از بارداری دیگر نظیر کاندوم یا ژل اسپرم‌کش هم استفاده کنید.با خوردن ماست از اسهال ناشی از این آنتی‌بیوتیک پیشگیری کنید. آمپی‌سیلین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط آمپی‌سیلین فاسد می‌شود). پس از تهیه سوسپانسیون آمپی‌سیلین دارو را در یخچال نگهداری کنید؛ پیش از مصرف سوسپانسیون شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از پیمانه‌ای که در داخل جعبه دارو فراهم شده است جهت اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید.

اگر در ظرف ۳ روز از مصرف آمپی‌سیلین احساس بهبودی ندارید با پزشکتان مشورت کنید.هنگام مصرف آمپی‌سیلین نباید دیگران را در مصرف دارو سهیم کنید؛ چرا که ممکن است نسبت به آن حساسیت داشته باشند.

داروی تاریخ گذشته را مصرف نکنید. پیش از اتمام دارو، درمان را قطع کنید، مگر با صلاحدید پزشکتان

AMLODIPINE

در مورد این داروآملودیپین برای پایین آوردن فشار خون در پرفشاری خون و تسکین درد قلبی تجویز می‌شود. پزشک شما به دلایل دیگری نیز ممکن است این دارو را برایتان تجویز کند. این دارو در بدن از طریق ممانعت از ورود کلسیم به داخل سلول‌ها از غشای سلولی عمل می‌کند؛ به همین علت است که این دارو را یک داروی مسدودکننده کانال‌های کلسیمی می‌دانند. این عمل مسدودکنندگی کانال‌های کلسیمی موجب کاهش مقدار کلسیم در سلول‌های قلب و رگ‌های خونی می‌شود، که به کاهش ضربان قلب و گشادشدن رگ‌های خونی منجر می‌گردد. بنابراین فشار خون پایین می‌آید، جریان خون افزایش می‌یابد، و بار کاری قلب کاهش پیدا می‌کند. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از آملودیپین برای علل متفاوتی تجویز می‌شود. مهم است که دارویتان را هر روز سر ساعتی معین مصرف کنید. آملودیپین معمولاً ـ روزی یکبار مصرف می‌شود. معمولاً ـ راحت‌تر است که صبح‌ها پیش از صبحانه مصرف شود تا فراموش نشود. این دارو را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر روزی یکبار آملودیپین مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کرده‌اید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۸ ساعت به نوبت بعدی مانده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. هیچگاه مقدار دارو را دوبرابر نکنید و نیز پیش از مشورت با پزشکتان آن را قطع نکنید. در صورت نیاز به قطع آملودیپین این کار باید به صورت تدریجی صورت گیرد. در اکثر مواردی که آملودیپین به خاطرشان تجویز می‌شود، دارو به مهار بیماری کمک می‌کند نه آنکه آن را درمان کند. این بدان معنا است که حتی اگر احساس بهبودی دارید ممکن است لازم باشد آملودیپین را سال‌ها یا تا پایان زندگی مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز علایم نادر ولی جدی زیر آملودیپین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه ضربان قلب کمتر از ۵۰ در دقیقه یا فشار خون سیستولی (عدد بزرگتر فشار خون کمتر از ۹۰ میلی‌متر جیوه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته تورم دست و پا یا افزایش وزن ناگهانی (بیش از ۱/۵ کیلو گرم در ۴۸-۲۴ ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ لرزش دست‌ها و انگشتان سفتی عضلات دست و پا؛ مشکل در صحبت کردن یا بلع از دست رفتن تعادل بثورات جلدی افسردگی تپش قلب (احساس ضربان قلب در سینه . علایم زیر ممکن است تا تنظیم شدن بدنتان به دارو رخ دهند: سردرد، خواب‌آلودگی خستگی خشکی دهان برافروختگی و احساس گرما، تهوع یا یبوست یا اسهال اگر این علایم ادامه یافته یا مشکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آملودیپین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آملودیپین یا دیگر داروهای مسدودکننده کانال‌های کلسیمی شیردهی یا بارداری در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین استروییدها، سایر داروهای فشار خون یا قلبی (داروهای مُدِر، داروهای مسدودکننده بتا، کینیدین دیجوکسین دیزوپیرامید، فلکاینید، پروکاینامید). سابقه یا ابتلا به حساسیت فشار خون پایین حمله قلبی یا بیماری کلیوی و کبدی

هنگام مصرف آملودیپین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.در مورد میزان فعالیت قابل قبول بر اساس وضعیت بدنی‌تان با پزشکتان مشورت کنید. آملودیپین ممکن است با کاستن یا رفع درد قفسه سینه موجب شود تا بیش از اندازه فعالیت کرده و به خود فشار آورید. وزن‌تان را نسبت به قدتان در یک محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید. در صورتی که برای کاهش فشار خون آملودیپین مصرف می‌کنید مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارید یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند.اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید تا شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کنند.الکل مصرف نکنید. به آرامی از حالت خوابیده به نشسته یا نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. بهداشت دهان و دندان‌تان را به خوبی حفظ کنید؛ مسواک بزنید، دندان‌هایتان را نخ

بکشید و مرتب به دندانپزشک مراجعه کنید تا از مشکلات دندانی و لثه‌ای ناشی از این دارو پیشگیری شود. مقدار کافی دارو برای روزهای تعطیل در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد آملودیپین مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید.پزشکان دیگر را از اینکه آملودیپین مصرف می‌کنید مطلع سازید، چرا که این دارو ممکن است روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد. آملودیپین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آملودیپین فاسد می‌شود). آملودیپین تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف آملودیپین نباید تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. در صورتی که خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل‌ساز شدند با پزشکتان مشورت کنید.پیش از تأیید پزشکتان داروهایی دیگر به ویژه محرک‌های بدون نیاز به نسخه و داروهای ضدسرفه یا سرماخوردگی را مصرف کنید.

AMOXICILLIN

در مورد این داروآموکسی‌سیلین یک آنتی‌بیوتیک رایج است که برای درمان انواع گوناگونی از عفونت‌های باکتریایی نظیر عفونت گوش میانی گلودرد، ذات‌الریه (یا پنومونی ، سینوزیت و عفونت‌های دستگاه ادراری تجویز می‌شود. این دارو با تضعیف دیواره سلولی باکتری‌ها موجب پاره شدن این دیواره و مرگ باکتری‌ها می‌شود. چگونگی مصرف آموکسی‌سیلین را می‌توان با شکم پر یا خالی مصرف کرد. سوسپانسیون آموکسی‌سیلین را می‌توان به همان شکل یا همراه با مقدار اندکی شیر، شیرخشک آب میوه آب گازدار، یا نوشیدنی‌های خنک دیگر مصرف کرد. در صورتی که آن را با چیزی مخلوط کردید باید بلافاصله مصرف شود؛ مقدار کامل تجویز شده را بخورید. بهتر است که آموکسی‌سیلین در فواصل مساوی در طول شبانه‌روز مصرف شود تا مقدار مشخصی از آن به‌طور ثابت در خون و ادرار وجود داشته باشد. برای مثال اگر لازم است ۴ بار در روز آموکسی‌سیلین بخورید، باید هر ۶ ساعت یکبار باشد (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح . اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما مغایرت دارد، از پزشکتان خواهید در تعیین یک برنامه دارویی مناسب‌تر به شما کمک کند. مهم است که دارو سر وقت و با مقدار کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام کل داروی تجویز شده آموکسی‌سیلین را قطع کنید، نشانه‌هایتان ممکن است عود کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید آن را مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده باشد، به برنامه دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر در حین مصرف آموکسی‌سیلین با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال سردرد، تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی و زبان خارش و ترشح از واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ نادر حساسیتی به آموکسی‌سیلین آنافیلاکسی است که به مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت تورم لب‌ها یا اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدی کهیر، یا تورم‌هایی بر روی پوست تب غش ناگهانی ضربان قلب سریع یا خس‌خس سینه یا مشکل تنفسی آموکسی‌سیلین را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید.موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آموکسی‌سیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده رنگ خوراکی یا داروهای دیگر به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری یا شیردهی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (NSAIDs ، نظیر ایبوپروفن ، آسپیرین ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، داروهای ضدسرطان (متوترکسات ، قرص‌های ضدبارداری حاوی استروژن (آموکسی‌سیلین ممکن است اثرات این قرص‌ها را کاهش دهد)، پروبنسید، یا آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (اریترومایسین تتراسایکلین . سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی کمبود پلاکت ، کولیت (التهاب روده بزرگ مرتبط با آنتی‌بیوتیک یا بیماری کلیوی هنگام مصرف آموکسی‌سیلین

توصیه می‌شودحتی در صورت احساس بهبودی تمام آموکسی‌سیلین تجویز شده را برای درمان عفونت‌تان و جلوگیری از عود مجدد مصرف کنید. اگر از قرصهای ضدبارداری استفاده میکنید، تا یک ماده پس از پایان دوره درمان با آموکسی‌سیلین از یک وسیله جلوگیری اضافی نیز نظیر کاندوم یا ژل‌های اسپرم‌کش استفاده کنید. آموکسی‌سیلین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط آموکسی‌سیلین فاسد می‌شود). پس از ریختن آب در شیشه محتوی پودر آموکسی‌سیلین و تهیه سوسپانسیون دارو را باید در یخچال نگاه داشت پیش از مصرف سوسپانسیون باید شیشه را به خوبی تکان دهید. در مورد شکل‌های مایع آموکسی‌سیلین از پیمانه موجود در جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید.اگر در حال مصرف آموکسی‌سیلین هستید و ظرف ۳ روز احساس بهبودی نمی‌کنید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف آموکسی‌سیلین نبایدآموکسی‌سیلین را بعد از تاریخ انقضایش مصرف کنید. دارو را ناتمام قطع کنید، مگر در صورتی که پزشکتان چنین توصیه کند.

AMOXICILLIN_CLAVULANATE

AMOXICILLIN_CLAVULANATE

در مورد این دارو آموکسی‌سیلین کلاوولانات یک آنتی‌بیوتیک رایج است از آن برای درمان عفونت‌های باکتریایی گوناگون مثل عفونت گوش میانی سینوزیت و عفونت‌های پوست دستگاه تنفسی و دستگاه ادراری استفاده می‌شود. چگونگی مصرف آموکسی‌سیلین کلاوولانات را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. خوردن آن با غذا می‌تواند از دل به هم خوردگی ناشی از آن جلوگیری کند. قرص‌های جویدنی آن حتماً باید جویده یا خرد شوند. بهتر است این دارو در فواصل زمانی برابر در طول شبانه‌روز مصرف شود تا مقادیر ثابتی از آن در خون و ادرار وجود داشته باشد. برای مثال اگر قرار است روزی ۳ نوبت مصرف شود، فواصل باید ۸ ساعتی باشند (مثلاً ۶ صبح ۲ بعدازظهر و ۱۰ شب . اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما مغایرت دارد، از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر شما را یاری دهد. مهم است که دارو سر وقت و به مقدار کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. چنانچه پیش از اتمام کل داروی تجویزی آن را قطع کنید ممکن است دچار عود علایم شوید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی‌در صورت بروز هریک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال شدید یا خفیف ولی پایدار، سردرد، تهوع و استفراغ زخم دهان یا زبان خارش یا ترشحات واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به این دارو آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدی کهیر یا تورم‌های بر روی پوست تب غش ناگهانی ضربان قلب سریع یا خس‌خس سینه یا تنفس مشکل دارو را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آموکسی‌سیلین کلاوولانات پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگه‌دارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا سایر داروها، به‌ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها، سفالوسپورین‌ها، مهارکننده‌های بتا ـ لاکتاماز). بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (مثل ایبوپروفن و آسپیرین ، داروهای ضدانعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، قرص‌های ضدبارداری حاوی استروژن (این دارو اثرات این قرص‌ها را کاهش می‌دهد)، داروهای نقرس (پروبنسید، آلوپورینول ، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (آمینوگلیکوزیدها، اریترومایسین تتراسایکلین . دارای سابقه یا دچار مشکلات خونریزی‌دهنده (مثل زخم معده هموفیلی یا کمبود پلاکتی ، کولیت (التهاب روده بزرگ ناشی از آنتی‌بیوتیک‌ها، یا بیماری کلیوی هنگام مصرف

آموکسی‌سیلین/ کلاوولانـات توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی تمام داروی تجویز شـده را برای درمان عفونت و جلوگیری از عود مجدد آن مصرف کنیـد. اگر از قرص‌های ضـدبارداری استفاده می‌کنید، تا یک ماه پس از پایان دوره درمان با آموکسی‌سیلین کلاوولانـات از یـک وسیله جلوگیری از بارداری دیگر نیز نظیر کانـدوم یا ژل‌های اسپرم‌کش استفاده کنیـد. برای جلوگیری از اسهال ناشی از این دارو ماست بخورید. آموکسی‌سیلین کلاوولانات را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط این دارو فاسد می‌شود). پس از تهیه سوسپانسیون آن را در یخچال نگهداری کنید؛ پیش از مصرف شیشه محتوی سوسپانسیون را به خوبی تکان دهید.

در موارد شکل‌های مایع دارو از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف این دارو احساس بهبودی نمی‌کنید با پزشکتان مشورت کنید.هنگام مصرف آموکسی‌سیلین کلاوولانات نبایددیگران را در مصرف این دارو سهیم کنید؛آنها ممکن است نسبت به آن حساسیت داشته باشند. دارو را پس از تاریخ انقضایش مصرف کنید. دارو را ناتمام قطع کنید؛ مگر در صورتی که پزشکتان چنین توصیه کند.

AMITRIPTYLINE

در مورد این دارو آمی‌تریپتیلین برای تسکین علایم افسردگی شب‌ادراری اختلالات خوردن دردهای عصبی و مواردی دیگر تجویز می‌شود. این دارو از دسته داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای است چگونگی مصرف آمی‌تریپتیلین با مقادیر متفاوتی برای مشکلات متفاوت و افراد متفاوت تجویز می‌شود هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. آمی‌تریپتیلین خوراکی را می‌توان با غذا مصرف کرد تا دل به هم خوردگی ناشی از آن کاهش یابد. ممکن است ۶-۱ هفته طول بکشد تا اثرات این دارو آغاز شود. پس از آغاز اثرات حتی در صورت احساس بهبودی نیز دارو را ادامه دهید. به دقت از دستورات پزشکتان پیروی کنید. اگر روزی یک نوبت پیش از رفتن برای خواب آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید ، نوبت فراموش شده را صبح مصرف نکنید، چرا که ممکن است موجب خواب‌آلودگی بیش از حد در طول روز شود؛ در این مورد با پزشکتان مشورت کنید. اگر روزی چند نوبت آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به یاد آوردن مصرف کنید. اگر تقریباً موقع مصرف نوبت بعدی شده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر آمی‌تریپتیلین خود را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افکار خودکشی تاری دید؛ گیجی یبوست مشکل در ادرار کردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، کند یا نامنظم لرزش دست غش اضطراب مشکل در صحبت کردن عدم تعادل سفتی عضلات دست و پا؛ صورت شبیه ماسک گلودرد؛ تب کبودی یا خونریزی غیرعادی زردی پوست یا چشم بثورات جلدی تورم صورت یا زبان علایم زیر ممکن است رخ دهند، ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند باید گزارش شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، مشکل در خوابیدن افزایش وزن علایم ترک دارو ـ نظیر سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحریک‌پذیری یا خواب مختل همراه با رؤیاهای واضح ـ ممکن است در صورت قطع ناگهانی آمی‌تریپتیلین مشاهده شود. معمولاً برای قطع دارو باید مقدارش ظرف ۲-۱ ماه به تدریج کاهش یابد. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آمی‌تریپتیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آمی‌تریپتیلین یا دیگر داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای سایر داروهای ضدافسردگی (ماپروتیلین ترازودون ؛ کاربامازپین (دارویی ضدتشنج ؛ یا هر نوع ماده غذایی رنگ خوراکی یا نگه‌دارنده بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، دیگر داروهای ضدافسردگی داروهای ضدتشنج داروهای ضدتیرویید، سایمتیدین داروهای فشار خون (کلونیدین گوانادرل گوانتیدین ، مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز، یا سمپاتومیمنیک‌ها (داروهایی که در حساسیت آسم سرفه و سرماخوردگی مصرف می‌شوند).

سابقه یا دچار الکلیسم (اعتیاد به الکل ، آسم اختلال دوقطبی (افسرده ـ شیدایی ، ابتلا به اسکیزوفرنی صرع گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، پرکاری تیرویید، بزرگی پروستات احتباس ادراری مشکلات قلبی یا خونی یا بیماری‌های دستگاه گوارش کبدی یا کلیوی هنگام مصرف آمی‌تریپتیلین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به این دارو در رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد با مصرف آمی‌تریپتیلین دچار خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شوند. این به ویژه وقتی برای اولین بار دارو را شروع می‌کنید اتفاق می‌افتد و تا وقتی بدنتان به آن عادت کند ادامه می‌یابد؛ بنابراین برای فعالیت‌های خود برنامه‌ریزی کنید. در هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا ایستادن از حالت نشسته احتیاط کنید؛ چرا که ممکن است دچار سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شوید. به آرامی تغییر وضعیت دهید. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آبنبات‌های بدون قند استفاده کنید. اگر خشکی دهان بیش از ۲ هفته طول کشید با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه مستقیم و بدون حفاظت با آفتاب و استفاده از وسایل برنزه‌کننده بپرهیزید، چرا که ممکن است دچار آفتاب سوختگی شدید شوید. سعی کنید تا حد امکان از آفتاب بین ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر اجتناب کنید. در زیر آفتاب از یک عینک آفتابی یک کلاه و پوشش محافظ و کرم‌های ضدآفتاب با قدرت محافظتی (SPF) حداقل ۱۵ استفاده کنید. در مورد نیاز به مقادیر اضافی ویتامین (ریبوفلاوین یا ویتامین ب ـ ۲) با پزشکتان مشورت کنید. پیش از هرگونه عمل جراحی کارهای دندانی یا درمان‌های اضطراری پزشک را از اینکه آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد آمی‌تریپتیلین مصرف می‌کنید. آمی‌تریپتیلین را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب قرار دهید (در این شرایط آمی‌تریپتیلین فاسد می‌شود). آمی‌تریپتیلین تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف آمی‌تریپتیلین نباید الکل مصرف کنید.بدون تأیید پزشکتان دارویی دیگر مصرف کنید.

ERYTHROMYCIN

در مورد این داروایتروماسین یک آنتی‌بیوتیک رایج است که برای درمان عفونت‌های گوناگونی نظیر عفونت پوست و بافت نرم عفونت گوش میانی برونشیت گلودرد، ذات‌الریه (پنومونی ، سینوزیت دیفتری سیاه‌سرفه و عفونت‌های کلامیدیایی سیفلیس و گونوره‌ای استفاده می‌شود. این دارو همچنین برای پیشگیری از تب روماتیسمی و اندوکاردیت مصرف می‌شود. چگونگی مصرف اریترومایسین را می‌توان با شکم خالی همراه یک لیوان پر از آب مصرف کرد. در صورتی که معده را ناراحت کند می‌توان آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل زمانی یکسان در شبانه‌روز مصرف شود تا سطح خونی آن ثابت باقی بماند. برای مثال اگر لازم است روزی ۴ بار اریترومایسین مصرف کنید، نوبت‌ها باید ۶ ساعت فاصله داشته باشند (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح . اگر این برنامه با برنامه کار یا خواب شما تداخل داشت از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مؤثرتر به شما کمک کند. مهم است که دارو را سر وقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید ممکن است علایمتان عود کند. قرص‌های جویدنی اریترومایسین باید پیش از بلعیده شدن جویده یا خرد شوند. می‌توان کپسول‌های طولانی‌رهش اریترومایسین را باز کرد و قرص دانه‌های روکش‌دار داخلش را پیش از مصرف با یک غذای نرم مخلوط کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی‌در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال دل‌پیچه تهوع و استفراغ سوزش دهانی یا زبانی خارش واژن یا ترشح از آن پلاک‌های سفید روی مخاط دهان یا زبان افت شنوایی تب بثورات جلدی یا زردی چشم‌ها یا پوست موارد

احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف اریترومایسین پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به اریترومایسین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه استمیزول کاربامازپین والپروئیک اسید، سیکلوسپورین داروهای ضدانعقاد (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین ، زانتین‌ها، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (کلرامفنیکل لینکومایسین .ابتلا به یا سابقه بی‌نظمی ضربان قلب (آریتمی ، افت شنوایی یا بیماری کبدی هنگام مصرف اریترومایسین توصیه می‌شودحتی در صورت احساس بهبودی اریترومایسین را به‌طور کامل مصرف کنید تا عفونت‌تان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود.اریترومایسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط اریترومایسین فاسد می‌شود). برخی از سوسپانسیون‌های اریترومایسین پس از آماده شدن باید در یخچال نگهداری شوند؛ دستورالعمل روی بسته‌بندی دارو را بخوانید. پیش از مصرف شیشه سوسپانسیون را به خوبی تکان دهید.از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از شروع درمان احساس بهبودی نداشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف اریترومایسین نباید داروی تاریخ مصرف گذشته مصرف کنید. دارو را ناتمام قطع کنید، مگر به توصیه پزشک

ACEBUTOLOL

در مورد این دارو آسبوتولول در موارد متفاوتی از جمله پایین آوردن فشار خون در پرفشاری خون و درمان ضربان قلب نامنظم تجویز می‌شود. از این دارو همچنین برای جلوگیری از یک حمله قلبی ثانویه در افرادی که قبلاً یک بار دچار چنین حمله‌ای شده‌اند استفاده می‌شود. پزشک شما در موارد دیگری نیز ممکن است آسبوتولول را برای شما تجویز کند. آسبوتولول با مسدود کردن تکانه‌های عصبی به بخش‌هایی خاص از بدن عمل می‌کند؛ به همین علت است که آسبوتولول را به عنوان یک مسدودکننده بتا می‌شناسند. آسبوتولول با مسدود کردن این تکانه‌ها به قلب کمک می‌کند تا از نیرو و تعداد ضربان قلب بکاهد و در نتیجه بار کاری قلب کاهش پیدا کند؛ که این خود موجب کاهش فشار در داخل رگ‌های خونی نیز خواهد شد. اسامی تجاری آسبوتولول عبارتند از مونیتان و سکترال چگونگی مصرف آسبوتولول معمولاً روزی یک یا دو بار مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز در ساعت معینی مصرف کنید. معمولاً راحت‌تر است که صبح‌ها پیش از صبحانه خورده شود تا فراموش نشود. این دارو را می‌توان همراه با غذا یا جداگانه مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن آسبوتولول به مدت یک دقیقه کامل نبضتان را بگیرید. (اگر نمی‌دانید چطور نبضتان را بگیرید از پزشکتان یا یک پرستار بخواهید تا آن را به شما آموزش دهد.) اگر تعداد نبض شما کمتر از ۵۰ در دقیقه بود، آن روز پیش از خوردن آسبوتولول موضوع را با پزشکتان در میان بگذارید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده برای خودتان از این دارو مصرف نکنید. از دستورات ذکر شده توسط پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید ، می‌توانید به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۴ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو مانده باشد، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود برگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و پیش از مشورت با پزشکتان مصرف آسبوتولول را قطع نکنید. با عدم مصرف آسبوتولولِتان ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی قرار گیرید. در اکثر مواردی که آسبوتولول برایشان تجویز می‌شود، این دارو بیماری را مهار می‌کند، نه درمان این بدان معنا است که شما ممکن است مجبور باشید آسبوتولول را برای سال‌ها یا تا پایان زندگی مصرف کنید، حتی اگر حالتان خوب باشد.هشدارها و عوارض جانبی در صورتی که دچار هریک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر شدید، آسبوتولول خود را قطع کرده در عرض ۲۴ ساعت با پزشک خود تماس بگیرید: سختی تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه سردی کف دست و پا؛ ضربان قلب کمتر از ۵۰ در دقیقه احساس گیجی یا سیاهی رفتن چشم به دنبال ایستادن از یک وضعیت نشسته یا خوابیده تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلوگرم در ۴۸-۲۴ ساعت ؛ زردی چشم و پوست ادرار تیره کند شدن قوای ذهنی گیجی توهمات (شنیدن دیدن یا

احساس چیزهایی که وجود ندارند)؛ درد قفسه سینه مفصل یا کمر؛ بثورات جلدی یا هرگونه کبودشدگی یا خونریزی غیرعادی علایم زیر ممکن است تا عادت کردن بدنتان به دارو رخ دهد: خواب‌آلودگی خستگی مشکل در به خواب رفتن اضطراب یبوست یا اسهال کابوس‌های شبانه یا کاهش توانایی جنسی اگر این علایم ادامه پیدا کردند یا مشکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف آسبوتولول پزشکتان را مطلع سازید حساسیت به آسبوتولول یا دیگر داروهای مسدودکننده بتا. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر به ویژه تزریقات حساسیت‌زدایی کافئین داروهای آسم (آمینوفیلین دیفیلین اکستریفیلین تئوفیلین ، داروهای بدون نیاز به تجویز پزشک برای سرفه یا سرماخوردگی داروهای دیابت (انسولین داروهای ضدديابت خوراکی ، سایر داروهای فشار خون (مسدودکننده‌های کانال کلسیمی کلونیدین گوانابنز)، کوکائین یا مهارکننده‌های منوآمین‌اکسیداز. حساسیت آسم یا آمفی‌زم مشکلات احتقانی قلب بیماری قند؛ پرکاری تیرویید؛ کندی قوای ذهنی یا بیماری کلیوی یا کبدی یا سابقه ابتلا به هریک از این موارد. اگر دچار حساسیت باشید واکنش‌های حساسیتی ممکن است با مصرف آسبوتولول شدت یابد. در هنگام مصرف آسبوتولول توصیه می‌شود مرتب به پزشکتان مراجعه داشته باشید تا پیشرفت و بهبودی شما را زیر نظر داشته باشد. ممکن است ترجیح دهید که فشارخونتان را در خانه اندازه گرفته ثبت کرده و در مراجعات منظمتان آن را به پزشکتان گزارش کنید.در مورد سطح بی‌خطر فعالیت بدنی با توجه به بیمارستان با پزشکتان مشورت کنید. آسبوتولول ممکن است از درد قفسه سینه جلوگیری کند یا آن را کاهش دهد و در نتیجه شما فعالیت خود را بیش از میزان قابل قبول افزایش دهید. این ممکن است به درد قفسه سینه یا دیگر علایم جدی منجر شود. وزنتان را نسبت به قد و استخوانبندی خود مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز به کاهش وزن از پزشکتان کمک بخواهید . اگر به سبب پرفشاری خون در حال مصرف آسبوتولول هستید، مصرف سدیم (نمک را کاهش دهید. برای دستورات تغذیه‌ای از پزشکتان نظر بخواهید یا برای کمک بیشتر به یک متخصص تغذیه مراجعه کنید. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاوره یا گروه ترک سیگار معرفی کند.از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا از نشسته به آرامی تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرم کافی بپوشید، زیرا آسبوتولول ممکن است شما را به سرما حساس‌تر کنددر تعطیلات آخر هفته و سایر روزهای تعطیل داروی کافی در دسترس نگاه دارید .

سایر ارایه‌دهندگان خدمات سلامت را از آنکه آسبوتولول مصرف می‌کنید مطلع کنید، زیرا این دارو ممکن است بر روی برخی از آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد یا موجب شود که نسبت به تزریقات حساسیت‌زدایی دچار واکنش شوید. همیشه یک برگه که نشان دهد در حال مصرف آسبوتولول هستید را به همراه داشته باشید. آسبوتولول را دور از دسترس کودکان دور از آتش نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (حرارت و نور موجب فاسد شدن آسبوتولول می‌شود). در هنگام مصرف آسبوتولول نباید تا هنگام مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا از وسایل خطرناکی که نیاز به هوشیاری کامل دارند استفاده کنید. اگر خواب‌آلودگی یا گیجی به‌طور مشکل‌سازی ادامه پیدا کند، با پزشکتان مشورت کنید. داورویتان را به‌طور ناگهانی قطع کنید. در این صورت ممکن است دچار تعریق تپش قلب (احساس تکان خوردن قلب در قفسه سینه ، سردرد، یا لرزش دست و انگشتان شوید. سایر داروها، به ویژه داروهای ضدسرفه یا سرماخوردگی را بدون مشورت با پزشکتان مصرف کنید.

BECLOMETHASONE NASAL SPRAY

BECLOMETHASONE NASAL SPRAY

در مورد این دارواین اسپری بینی به عنوان درمان نگهدارنده در افراد دچار اختلالات بینی نظیر رینیت فصلی یا رینیت دایمی علایم حساسیتی در بینی یا پولیپ‌های بینی تجویز می‌شود. استفاده منظم آن به کاهش التهاب بینی کمک می‌کند و واکنش مخاط بینی به

مواد حساسیت‌زا (یا محرک را کاهش می‌دهد. به این اثرات بکلومتازون علایم خارش سوزش عطسه و آبریزش بینی را کاهش می‌دهد. بکلومتازون در واقع یک کورتیکواستروئید است چگونگی مصرف در هر نوبت بکلومتازون معمولاً ۱ یا ۲ اسپری با اندازه مشخص ۲ تا ۴ نوبت در روز مصرف می‌شود. مهم است که طبق دستور پزشکتان یا دستورالعمل روی برچسب دارو را مصرف کنید. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر در کنار این دارو کورتیکواستروئید خوراکی مصرف نمی‌کنید؛ ممکن است اثر این دارو پس از یک هفته آغاز شود و ۳ هفته طول بکشد تا به حداکثر برسد. مهم است که نوبت‌های مصرف دارو منظم باشد، مثلاً ۸ صبح تا ۸ شب اگر قرار است دوبار در روز استفاده است و هر ۶ ساعت اگر قرار است ۴بار در روز استفاده شود. از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه درمانی که با فعالیت‌های روزمره شما تداخل نداشته باشد به شما کمک کند. بهتر است دارو هر روز در ساعت معینی مصرف شود. مجاری بینیی خود را با فین کردن تمیز کنید. قطعه بینی (نوک اسپری را داخل بینی قرار داده و به سمت گوشه چشمتان اسپری کنید. اگر یک نوبت مصرف دارو را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آوردید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت قبلی را رها کرده و به برنامه منظم دارویی‌تان باز گردید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر، مصرف بکلومتازون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید؛ ترشحات خونی از بینی یا خون دماغ‌های بی‌دلیل سرفه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم از دست رفتن حس بویایی یا چشایی تهوع یا استفراغ آبریزش یا گرفتگی مداوم بینی یا آبریزش از چشم‌ها؛ درد معده پلاک‌های سفید در مخاط بینی یا گلو؛ چشم درد؛ افت تدریجی بینایی احساس بوی بد؛ یا یک واکنش حساسیتی (بثورات جلدی کهیر؛ تورم پلک‌ها، صورت یا لب‌ها؛ تنگی نفس . علایم مصرف بیش از حد عبارتند از جوش صورت چاق شدن صورت یا تغییرات دوره ماهانه که حتماً با پزشک در میان گذاشته شوند. علایم دیگر ممکن است مشاهده شوند ولی فقط در صورت مشکل‌ساز شدن نیاز است با پزشک مشورت شود؛ این علایم عبارتند از سوزش یا خشکی خفیف و موقتی در بینی عطسه یا تحریک حلق موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف اسپری بینی بکلومتازون پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کورتیکواستروئیدها، داروهای دیگر، غذاها، نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی

مصرف داروهای دیگر به‌ویژه کورتیکواستروئیدهای خوراکی‌سابقه یا ابتلا به سل تب خال چشمی یا دیگر عفونت‌های باکتریایی قارچی یا ویروسی هنگام مصرف اسپری بینی بکلومتازون توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. اگر در طول ۳ هفته درمان هیچ بهبودی نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. پیش از مصرف هر دارویی برای دیگر مشکلات بینی با پزشکتان مشورت کنید. اگر داروساز شما می‌تواند افشانه را پر کند، آن را پس از اتمام دارو دور نیندازید.پیش از هر عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا واکسیناسیون سایر پزشکان یا افراد گروه پزشکی را از این که افشانه کورتیکواستروئیدی استفاده می‌کنید، مطلع سازید.اگر تا به حال آبله مرغان و سرخک مبتلا نشده‌اید و واکسن آنها را هم نزده‌اید، از تماس نزدیک با افراد مبتلا به این دو بیماری اجتناب کنید. در صورتی که فکر می‌کنید با این افراد مواجهه داشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید.یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد بکلومتازون مصرف می‌کنید. اگر مقدار معمول دارو به شکل استنشاقی برایتان مؤثر نیست ممکن است به‌طور موقت به کورتیکواستروئید خوراکی نیاز داشته باشید.افشانه را دور از دسترس کودکان و دور از گرما نگاه دارید. هنگام مصرف بکلومتازون نباید پیش از آنکه با پزشکتان مشورت کرده باشید دارو را قطع کنید.

ACETAMINOPHEN

در مورد این دارو استامینوفن دارویی است رایج که بدون نسخه پزشک قابل تهیه می‌باشد. این دارو یک مسکن غیرمخدر است که

در موارد دردهای خفیف تا متوسط نظیر سردرد، دندان درد، درد خفیف استئوآرتریت (آرتروز)، و دردهای ناشی از جراحی‌های کوچک کاربرد دارد. استامینوفن همچنین تب را کاهش می‌دهد. این دارو ممکن است در بسیاری دیگر از داروها با اسامی تجاری متفاوت وجود داشته باشد. به استامینوفن پاراستامول نیز گفته می‌شود. چگونگی مصرف قرص استامینوفن را می‌توان برای سهولت بلع خرد کرد. اشکال خوراکی استامینوفن را می‌توان با مقدار اندکی از مواد غذایی نظیر ماست یا مربا مخلوط کرد. در مورد پودرهای خوراکی همانند آنچه در کپسول‌های Feveral Sprinkle وجود دارد، کپسول باز شده و محتویاتش در یک قاشق چایخوری آب یا مقدار اندکی ماده غذایی نرم مخلوط می‌شود. برای استعمال راحت‌تر شیاف بهتر است آن را ۳۰ دقیقه در یخچال نگاه داشت برای استعمال شیاف پوشش شیاف را برداشته آن را با آب سرد مرطوب کرده سپس در حالی که به یک پهلو خوابیده‌اید با انگشت خود شیاف را داخل مقعد کنید. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید، می‌توانید به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اما اگر تقریباً زمان نوبع بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید هشدارها و عوارض جانبی در صورتی که دچار هریک از نشانه‌های جدی زیر شدید، استامینوفن خود را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: زردی پوست یا چشم‌ها؛ اسهال بی‌اشتهایی تهوع یا استفراغ معده درد؛ درد، تورم یا حساسیت در بالای شکم مدفوع سیاه و قیری شکل ادرار خونی یا کدر، کاهش ناگهانی ادرار؛ کبود شدگی یا خون‌ریزی غیرعادی بثوارت جلدی زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان وجود نداشته و ناشی از بیماری ای که به خاطرش تحت درمان قرار گرفته‌اید نباشد. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف استامینوفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع غذا، نگاه‌دارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروها (به ویژه استامینوفن یا آسپیرین . بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (NSAIDs ، نظیر ایبوپروفن ، آسپیرین یا ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین [کومادین]).مصرف روزی بیش از سه قوطی یا بیشتر مشروبات الکلی سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل ، هپاتیت ویروسی فنیل کتونوری یا بیماری کبدی یا قلبی در هنگام مصرف استامینوفن توصیه می‌شود برچسب روی دارو را بخوانید و از دستوراتش پیروی کنید. برچسب روی سایر داروهای بدون نیاز به نسخه را بخوانید تا مطمئن شوید که در آن‌ها استامینوفن یا دارویی که با استامینوفن تداخل کند وجود نداشته باشد. اگر استامینوفن را به سبب درد، تب یا گلودرد مصرف می‌کنید در هریک از شرایط زیر با پزشکتان مشورت کنید: درد بیش از ۱۰ روز (در کودکان ۵ روز) طول بکشد یا اینکه علامت جدیدی به آن اضافه شود.

تب بیش از ۳ روز طول بکشد، بدتر شود، یا علامت جدیدی اضافه شود. گلودرد دردناک‌تر شود، بیش از ۲ روز طول بکشد، یا تهوع استفراغ بثورات جلدی یا سردرد رخ دهد. فقط به مقدار توصیه شده توسط پزشکتان استامینوفن مصرف کنید. استامینوفن را دور از دسترس کودکان دور از حرارت نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در چنین شرایطی استامینوفن فاسد می‌شود). شیاف‌ها را در یک جای خنک نگاه دارید، ولی شیاف و انواع مایع استامینوفن (قطره و شربت را منجمد نکنید. استامینوفن تاریخ گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. در هنگام مصرف استامینوفن نبایدبیش از مقدار ذکر شده بر روی برچسب جعبه دارو مصرف کنید، مگر اینکه پزشکتان چنین دستوری داده باشد، در غیر این صورت ممکن است دچار آسیب کلیوی یا کبدی شوید. به کودکان زیر ۱۲ سال در یک روز بیش از ۵ نوبت استامینوفن به مقدار تعیین شده بر اساس سن‌شان بدهید. در روز بیش از دو قوطی مشروب الکلی مصرف کنید مگر اینکه فقط بخواهید یک یا دو نوبت استامینوفن بخورید. مسمومیت در صورتی که به مصرف بیش از حد استامینوفن شک کردید، حتی در صورت عدم وجود هرگونه علامت مسمومیت از اورژانس تقاضای کمک کنید. درمان مسمومیت باید هرچه زودتر آغاز شود. در صورتی که درمان مصرف بیش از حد استامینوفن ظرف ۲۴ ساعت اول آغاز نشود، ممکن است نتوان از آسیب کبدی یا مرگ جلوگیری کرد.اطلاعات دیگر اشکال ژنریک استامینوفن ارزان‌تر از

انواع تجاری هستند و در اکثر موارد به همان اندازه مؤثرند. فراورده‌های استامینوفن طولانی‌اثر گران‌تر می‌باشند، ولی ممکن است مصرفشان راحت‌تر و مناسب‌تر باشد.

ESTRADIOL

در مورد این دارو استرادیول یک استروژن می‌باشد. استروژن‌ها در زن‌های سالم موجب رشد و تکامل اندام جنسی حفظ عملکرد طبیعی ادراری ـ تناسلی و افزایش ثبات عروق خونی (و در نتیجه جلوگیری از سرخ شدن و برافروختگی ، می‌شوند. وقتی به خانم‌ها پس از یائسگی طبیعی یا به کسانی که به دنبال یک جراحی یائسه شده‌اند (برداشتن تخمدان‌ها) استروژن جایگزین داده می‌شود، این دارو کمک‌می کند تا از پی‌آمدهای کمبود استروژن نظیر گر گرفتگی و خشکی واژن و پوکی استخوان جلوگیری شود. به علاوه گاهی از استروژن در کنار سایر داروها برای مهار رشد سرطان پروستات در مردها و سرطان پستان در زن‌های یائسه یا برخی بیماران مذکر دچار سرطان پستان استفاده می‌شود.چگونگی مصرف‌قرص‌های استرادیول به صورت پیوسته (هر روز) یا دوره‌ای (۲۱ یا ۲۵ روز اول هر ماه تقویمی تجویز و استفاده می‌شود. دارو را هر روز ساعت یکسانی مصرف کنید، اگر با مصرف استرادیول دچار تهوع می‌شوید، آن را با شیر یا غذا بخورید. شکل‌های واژینال را نیز می‌توان در کنار شکل‌های خوراکی مصرف کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آورید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده‌است نوبت فراموش شده را حذف کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. یک راه دیگر تجویز استرادیول استفاده از شکل پوستی است که همیشه همراه بیمار است و باید هفته‌ای دوبار تعویض شود. قبل و بعد از برداشتن این برچسب پوستی دستتان را بشویید و کاملاً خشک کنید، محل گذاشتن برچسب پوستی باید تمیز، خشک و بدون مو، بثورات جلدی بریدگی یا جوشگاه باشد.برچسب پوستی را روی سینه‌ها یا خط دور کمر یا هر جایی که لباس تنگ موجب شل شدنش شود نچسبانید. اگر پلاک شل شد هم می‌توانید یک برچسب پوستی جدید بکار ببرید و هم اینکه در صورت امکان مجدداً آن را بچسبانید. برای گذاشتن برچسب پوستی آن را روی پوست فشار دهید، به ویژه حاشیه برچسب پوستی را تا مطمئن شوید که کاملاً به پوست چسبیده باشد. هر برچسب پوستی را در یک منطقه دیگر از پوست بچسبانید. و برای جلوگیری از تحریک پوستی حداقل یک هفته پس از برداشتن یک برچسب پوستی در آن محل برچسب پوستی جدیدی نچسبانید. هشدارها و عوارض جانبی استفاده طولانی مدت از درمان جایگزین با استروژن بدون مصرف همزمان پروژستین با افزایش خطر سرطان جدار رحم همراه بوده است پزشک شما باید حداقل سالی دوبار شما را ملاقات کند تا ارزیابی مجددی راجع به اینکه نیازی به ادامه درمان دارید، داشته باشد. درصورت بروز هریک از علایم زیر، بلافاصله با پزشکان تماس بگیرید: توده‌های پستانی یا درد و حساسیت پستان افزایش اندازه پستان‌ها؛ تورم پا یا ساق افزایش وزن سریع حرکات منقطع و ناگهانی غیرارادی دردشکمی یا زردی چشم یا پوست به علاوه زن‌ها باید در صورتی که عادت ماهانه‌شان شدیدتر شده بود بین دو عادت ماهانه متوالی خونریزی داشتند و نیز در صورت بارداری احتمالی موضوع را با پزشکشان در میان بگذارند. مردهایی که مقدار بالایی استروژن مصرف می‌کنند ممکن است دچار انفارکتوس قلبی آمبولی ریوی (لخته خون در ریه‌ها)، و ترومبوفلبیت (تشکیل لخته خون معمولاً در سیاهرگ‌های پا شوند). چه مردها و چه زن‌های مصرف‌کننده استروژن باید علایم زیر را بلافاصله به پزشکشان اطلاع دهند: درد قفسه سینه کشاله ران یا پاها؛ سردرد؛ درد ناگهانی و شدید؛ تنگی نفس ناگهانی تکلم نامفهوم که ناگهانی ایجاد شده باشد؛ تغییرات ناگهانی بینایی ضعف یا کرخی یک بازو یا پا. علایم زیر فقط در صورتی که مشکل ساز شوند نیاز به گزارش دارند: دل پیچه نفخ تهوع سرگیجه خفیف سردرد خفیف تغییر در میل جنسی عدم تحمل لنزهای تماسی تحریک پوستی در استفاده از پلاک نیز نامعمول نیست موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف استرادیول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به استروژن‌ها بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه

بروموکریپتین (دارویی که در درمان آمنوره [قطع عادت ماهانه]، عقیمی (یا نازایی ، و بیماری پارکینسون استفاده می‌شود)، سیکلوسپورین یا داروهایی که به کبد آسیب می‌رسانند مصرف سیگار، توتون یا تنباکوسابقه یا ابتلا به ترومبوفلبیت (لخته شدن خون در سیاهرگ‌ها)، ترومبوز (تشکیل لخته خونی در رگ‌ها)؛ اندومتریوز (تشکیل بافت اندومتر در خارج رحم ؛ بیماری کیسه صفرا؛ فیبروم رحمی سرطان پستان (یا شک به آن ، مگر اینکه برای درمان همین سرطان استرادیول تجویز شده باشد؛ خونریزی واژینال غیرطبیعی بدون علت مشخص یا مشکلات کبدی هنگام مصرف استرادیول توصیه می‌شود دستورالعمل همراه دارو را به دقت مطالعه کنید و سؤالاتتان را از پزشکتان بپرسید. هر ماه پستان‌هایتان را معاینه کنید تا در صورت بروز علایمی از سرطان متوجه آن شوید (اگر این معاینه را بلد نیستید از پزشکتان بپرسید). سالی یکبار (یا بسته به نظر پزشکتان بیشتر) برای انجام ماموگرافی آزمون گستره پاپانیکولاـ و معاینه بالینی به پزشکتان مراجعه کنید.تورم خونریزی و حساسیت لثه‌ها به دنبال مصرف استرادیول نامعمول نیست بهداشت دهانتان را با مسواک‌زدن و استفاده از نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید و در صورت بروز هریک از مشکلات ذکر شده موضوع را با دندانپزشکتان در میان بگذارید. برای به حداقل رساندن تغییرات رنگ پوست از مواجهه با آفتاب بپرهیزید. مخصوصاً از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۲ بعدازظهر اجتناب کنید. از لوسیون‌های ضدآفتاب با قدرت محافظتی (اس پی اف حداقل ۱۵ برای صورت و دست‌ها استفاده کنید. دیگر پزشکان را از اینکه استرادیول مصرف می کنید آگاه کنند. استرادیول را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط استرادیول فاسد می‌شود). استرادیول تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت بریزید. هنگام مصرف استرادیول نباید سیگار، توتون یا تنباکو مصرف کنید. این از اثرات استروژن‌ها می کاهد و خطر عوارض جانبی دارو را به ویژه در کسانی که زیاد سیگار می کشند یا در افراد بالای ۳۵ سال افزایش می‌دهد.

ESTROGENS_CONJUGATED

ESTROGENS_CONJUGATED

در مورد این دارواستروژن در زن‌های سالم موجب رشد و تکامل اعضای جنسی حفظ عملکرد طبیعی ادراری تناسلی و افزایش ثبات رگ‌های خونی (و در نتجه جلوگیری از گرفتگی می‌شود. وقتی از استروژن به عنوان درمان جایگزین در زنانی که دچار یائسگی طبیعی هستند یا به‌دنبال جراحی یائسه شده‌اند استفاده می‌شود، این دارو از علایم ناشی از کمبود استروژن نظیر گرگرفتگی و خشکی واژن پوکی استخوان و بیماری تصلب شرایین (سخت شدن جدار رگ‌ها یا آترواسکلروز) جلوگیری می کند. درمان با استروژن در کنار درمان‌های دیگر برای مهار رشد سرطان پروستات در مردان و سرطان پستان در زنان یائسه و برخی از مردان مبتلا کاربرد دارد. چگونگی مصرف استروژن برای زن‌ها به در صورت پیوسته (هر روز) یا دوره‌ای (در ۲۱ تا ۲۵ روز اول هر ماه تقویمی تجویز می‌شود. دارو را هر روز در ساعت معینی مصرف کنید. اگر دارو موجب تهوع شد می‌توانید آن را با غذا بخورید. شکل‌های خوراکی دارو را می‌توان همراه با شکل‌های واژینال مصرف کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آورید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را حذف کرده به برنامه دارویی منظم‌تان باز گردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی استفاده از استروژن طولانی‌مدت بدون استفاده همزمان از پروژستین با خطر بروز سرطان لایه داخل رحم همراه بوده است پزشک شما حداقل سالی یکبار شمار را ملاقات کند تا ببیند به ادامه درمان نیاز دارید یا خیر. در صورت بروز هر یک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: توده‌های پستانی درد، یا حساسیت شکم درد؛ یا زردی پوست یا چشم‌ها. به‌علاوه زن‌هایی که استروژن مصرف می کنند، در صورت مشاهده خونریزی واژینال (خونریزی شدیدتر یا خونریزی بین دو عادت ماهانه متوالی یا شک به حاملگی باید بلافاصله پزشکشان را مطلع سازند.در مردانی که به هر دلیل استروژن

کونژوگه مصرف می‌کنند، دارو ممکن است موجب حمله قلبی آمبولی ریوی (لخته خون در ریه ، و ترومبوفلبیت (لخته خون در سیاهرگ‌ها پا) شود. بیماران مصرف‌کننده استروژن چه مرد چه زن باید علایم زیر را بلافاصله به پزشکتان گزارش کنند. درد قفسه سینه کشاله ران یا ران‌ها؛ سردرد ناگهانی و شدید؛ تنگی نفس ناگهانی تکلم نامفهوم ناگهانی تغییرات ناگهانی بینایی یا ضعف یا کرخی دست یا پا. علایم زیر ممکن است ایجاد شوند که اگر مشکل‌ساز شوند باید با پزشک در میان گذاشته شوند: دل‌پیچه نفخ تهوع سرگیجه خفیف اسهال خفیف تغییر میل جنسی یا عدم توانایی تحمل لنزهای تماسی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف استروژن کونژوگه پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به استروژن بارداری یا شیردهی‌در حال مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه بروموکریپتین (دارویی که در درمان قطع عادت ماهانه نابارروری و پارکینسون استفاده می‌شود)، سیکلوسپورین و داروهایی که ممکن است به کبد آسیب برسانند. مصرف سیگار، توتون یا تنباکوسابقه یا ابتلا به ترومبوفلبیت ترومبوز (لخته در رگ‌ها)، یا اختلالات ترومبوآمبولیک اندومتریوز؛ بیماری‌های کیسه صفرا، فیبروم رحمی سرطان پستان یا شک به آن (به جز در کسانی که به همین علت استروژن مصرف می‌کنند)؛ خونریزی واژینال غیرطبیعی و تشخیص داده نشده یا مشکلات کبدی هنگام مصرف استروژن کونژوگه توصیه می‌شود دستورالعمل همراه دارو را بخوانید و تمام سؤالاتان را از پزشکتان بپرسید.برای کشف علایم زودرس سرطان هر ماه پستان‌های خود را معاینه کنید (اگر این کار را بلد نیستید، روش آن را از پزشکتان بپرسید). سالی یک‌بار (یا بنابر نظر پزشکتان در فواصل کوتاه‌تری برای انجام ماموگرافی آزمون گستره پاپانیکولا، و معاینه بالینی به پزشکتان مراجعه کنید. با مسواک‌زدن و استفاده از نخ دندان به‌طور منظم بهداشت دهانتان را حفظ کنید. مصرف این دارو ممکن است موجب تورم خونریزی و حساسیت لثه‌ها شود. در صورت بروز این علایم با دندانپزشکتان مشورت کنید. برای به حداقل رساندن تغییرات رنگ پوست از قرارگیری در معرض آفتاب به ویژه از ساعت ۱۰ صبح تا ۲ بعدازظهر بپرهیزید. از لوسیون‌های ضد آفتاب با قدرت محافظتی (راس پی راف حداقل ۱۵ برای دست‌ها و پوست صورت استفاده کنید. سایر پزشکان را از این که چنین دارویی مصرف می‌کنید، آگاه کنید. استروژن کونژوگه را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مطلوب نگهداری کنید (در این شرایط استروژن فاسد می‌شود). استروژن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف استروژن کونژوگه نباید سیگار بکشید؛ زیرا سیگار اثر این دارو را کاهش می‌دهد و احتمال بروز عوارض جدی آن را نیز افزایش می‌دهد (به ویژه در افرادی که خیلی سیگار می‌کشند یا افراد بالای ۳۵ سال

OFLOXACIN

در مورد این داروافلوکساسین یک داروی ضد باکتری رایج است که برای درمان انواع گوناگون از عفونت‌ها، مثل عفونت‌های پوست و بافت‌های نرم برونشیت سینه‌پهلو (پنومونی ، عفونت‌های دستگاه ادراری اسهال پروستاتیت (التهاب پروستات و نیز عفونت‌های ناشی از کلامیدیا و گنوکوک‌ها (سوزاک تجوز می‌شود. چگونگی مصرف افلوکساسین را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد، ولی در هر صورت باید همراه با یک لیوان پر از آب باشد. اگر با شکم خالی معده‌تان ناراحت شد، دارو را با غذا بخورید. بهتر است دارو در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً، اگر لازم است روزی ۲ نوبت افلوکساسین مصرف کنید، می‌شود هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۷ صبح و ۷ شب یا ۸ صبح یا ۸ شب . اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان درمان را قطع کنید، ممکن است علایم‌تان عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی

در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: تشویش گیجی لرزش دست توهم رفتار غیرطبیعی بثورات جلدی یا خارش کمردرد، ادرار خونی یا کدر، تب یا تورم پاها یا ساق‌ها. علایم دیگری نیز ممکن است روی دهند، ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند نیاز است با پزشک مطرح شوند: گیجی خواب‌آلودگی سیاهی رفتن چشم سردرد، بی‌خوابی دل پیچه تهوع و استفراغ اسهال یا افزایش حساسیت به نور آفتاب موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف افلوکاسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به افلوکاسین یا دیگر آنتی‌بیوتیک‌های فلوروکینولون‌سن کمتر از ۱۸ سال بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه گشادکننده‌های برونش (آمینوفیلین اکستریفیلین یا تئوفیلین ، آنتی‌اسیدها، قرص آهن یا سوکرالفات کافئین دیدانوزین یا ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین سابقه یا ابتلا به صرع یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف افلوکاسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. روزی هشت لیوان آب بنوشید، مگر آنکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. افلوکاسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط افلوکاسین فاسد می‌شود). از نور مستقیم آفتاب بین ساعات ۱۰ صبح تا ۳ بعداظهر و استفاده از لامپ آفتابی و دیگر وسایل برنزه‌کننده بپرهیزید. مناطق در معرض نور پوست بدنتان را با یک لوسیون ضد آفتاب با قدرت حفاظتی (SPF) حداقل ۱۵ محافظت کنید. اگر ظرف ۳ روز از درمان با افلوکاسین احساس بهبودی نمی‌کنید، با پزشکتان مشورت کنید.هنگام مصرف افلوکاسین نباید آنتی‌اسید، سوکرالفات داروهای حاوی روی یا آهن مصرف کنید. بین مصرف این داروها و افلوکاسین حداقل ۲ ساعت باید فاصله باشد.تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا به کارهایی که نیاز به هوشیاری کامل دارند بپردازید. این دارو در برخی بیماران موجب خواب‌آلودگی سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم می‌شود. دارو را بعد از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

OXACILLIN

در مورد این دارو اگزاسیلین یک آنتی‌بیوتیک رایج است که برای درمان انواع زیادی از عفونت‌های ناشی از باکتری‌ها مثل سینوزیت یا عفونت‌های پوستی و تنفسی استفاده می‌شود. چگونگی مصرف اگزاسیلین باید با شکم خالی حداقل یک ساعت قبل یا ۲ ساعت پس از صرف غذا، خورده شود. اگزاسیلین باید در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است روزی ۴ نوبت خورده شود، می‌شود هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح . اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکتان کمک بگیرید. مهم است که دارو را سر وقت و به طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید ممکن است علایمتان عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است به برنامه دارویی معمولتان بازگردید و مقدار دارو را دو برابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر فوراً با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال شدید یا اسهال خفیف ولی مداوم زردی پوست یا چشم‌ها، سردرد، تهوع و استفراغ سوزش دهان یا زبان خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به آنتی‌بیوتیک‌ها آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها یا دور چشم بثورات جلدی کهیر؛ یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند؛ یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را قطع کرده فوراً با یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف اگزاسیلین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها،

رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها، سفالوسپورین‌ها)بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، داروهای نقرس (پروبنسید)، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (آمنیوگلیکوزیدها، اریترومایسین تتراسایکلین . سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی دهنده (نظیر زخم‌های معده هموفیلی یا کمبود پلاکتی ، کولیت (التهاب روده بزرگ مرتبط با مصرف آنتی‌بیوتیک یا بیماری‌های کبدی هنگام مصرف اگزاسیلین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. برای جلوگیری از اسهال ناشی از این دارو ماست بخورید. اگزاسیلین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نورمستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط اگزاسیلین فاسد می‌شود). محلول خوراکی اگزاسیلین را پس از آماده کردن در یخچال نگهداری کنید و پیش از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از قطره‌چکان یا پیمانه همراه دارو برای اندازه‌گیری استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از درمان با اگزاسیلین احساس بهبودی ندارید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف اگزاسیلین نباید از این دارو به دیگران بدهید؛ ممکن است آنها به اگزاسیلین حساسیت داشته باشند. دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید.پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

INSULIN REGULAR

INSULIN REGULAR

در مورد این دارو انسولین رگولار یک داروی قابل تزریق برای درمان دیابت نوع یک (دیابت وابسته به انسولین دیابت نوع ۱) است این نوع دیابت وقتی ایجاد می‌شود که لوزالمعده نتواند مقدار کافی انسولین برای کمک به سلول‌های بدن جهت استفاده از غذای خورده‌شده تولید کند. انسولین رگولار جایگزینی برای آن انسولین می‌باشد. انسولین رگولار با اثر بر روی سلول‌های بدن مقدار قند یا گلوکز خون را پایین می‌آورد. هدف از تجویز انسولین کاهش قند خون تا سطح طبیعی است شما باید قند خونتان را به طور مرتب زیرنظر داشته باشید تا ببینید بدنتان برای یک کارکرد طبیعی و نیز پیشگیری از عوارض دیابت به چقدر انسولین نیاز دارد. حتماً باید یک برنامه غذایی کم‌چربی و کم‌قند در سه وعده اصلی و سه میان وعده داشته باشید. اگر هنوز به یک متخصص تغذیه مراجعه نکرده‌اید، از پزشکتان بخواهید شما را به چنین شخصی معرفی کند. انسولین انسانی رگولار در آزمایشگاه ساخته می‌شود.این نوع انسولین برای یک دوره زمانی کوتاه دارای اثر است ظرف نیم تا یک ساعت اثرش شروع می‌شود، در ۴-۲ ساعت به حداکثر می‌رسد و در حدود ۷-۵ ساعت باقی می‌ماند. انسولین انسانی رگولار را یک انسولین کوتاه اثر می‌دانند، و شما ممکن است انسولین طولانی اثری مثل انسولین انسانی NPH هم همزمان استفاده کنید. چگونگی مصرف مقدار تجویز انسولین انسانی رگولار می‌تواند بسیار مفید باشد. مقدار مصرفی انسولین را پزشکتان براساس پاسخ بدن شما به انسولین تعیین می‌کند. با رساندن مقادیر مناسبی از انسولین کوتاه اثر و شاید طولانی اثر در طی ۲۴ ساعت از عوارض طولانی مدت دیابت می‌توان جلوگیری کرد. انسولین رگولار معمولاً روزی ۳ یا ۴ نوبت ۳۰-۱۵ دقیقه پیش از هر وعده غذایی استفاده می‌شود. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. انسولین را در یخچال نگهداری کنید، اما مراقب باشید منجمد نشود. از یک نوع سرنگ استفاده کنید. اگرمی خواهید نوعی سرنگتان را تغییر دهید با پزشکتان مشورت کنید؛ در سرنگ‌های مختلف مقدار" فضای مرده متفاوت است این فضا عبارت است از مقدار فضای موجود بین نوک سوزن تا عدد صفر روی بخش مدرج سرنگ شیشه دارو را به آرامی میان دو کف دست بچرخانید تا انسولین به خوبی مخلوط شود. آن را به شدت تکان ندهید زیرا انسولین کف آلوده شده اندازه‌گیری دقیق مشکل می‌شود. اگر محلول انسولین یکنواختی خود را از دست داده یا دانه‌دانه است و به کف یا جدار شیشه دارو (و یال می‌چسبد از آن استفاده نکنید. به همان اندازه که قصد دارید از شیشه دارو انسولین بکشید، هوا داخل سرنگ بکشید؛ بخش لاستیکی روی شیشه

انسولین را با یک پنبه الکل ضدعفونی کنید. سوزن را از راه بخش لاستیکی وارد شیشه کرده و هوا را تزریق کنید. سپس شیشه دارو را سروته گرفته و مقدار انسولین موردنظر را به آرامی داخل سرنگ بکشید. برای جلوگیری از ایجاد حباب هوا داخل سرنگ مراقب باشید نوک سوزنتان در داخل شیشه دارو زیر سطح دارو قرارگیرد. وقتی به مقدار دلخواه انسولین داخل سرنگ کشیدید، سوزن را از شیشه دارو خارج کنید. سپس یک ناحیه از پوست را برای تزریق پاک کنید. می‌توانید یک قسمت از پوست را بین دو انگشت بگیرید و نوک سوزن را با زاویه ۴۵-۳۰ درجه درست داخل چین یا در پایه آن فرو کنید. انسولین را داخل بافت چربی تزریق کنید. منطقه تزریق را مالش ندهید زیرا اینکار سرعت جذب انسولین را تغییر می‌دهد. ممکن است بخواهید منطقه تزریق را به طور گردشی تغییر دهید، ولی از یک الگو مشخص تبعیت کنید؛ مثلاً صبح‌ها همیشه داخل پوست شکم و عصرها همیشه داخل پوست ران‌ها. انتخاب محل تزریق به شکل تصادفی روی جذب انسولین اثر می‌گذارد. محل تزریق در ناحیه موردنظر نیز باید به طور گردشی تغییر داده شود. یک راه خوب این است که اولین تزریق را با یک چسب زخم کوچک روی پوست مشخص کنید. سپس در نوبت بعدی تزریق در همان منطقه علامت مزبور را مرکز یک ساعت فرض کنید و تزریق جدید را در ساعت ۱۲نسبت به مرکز انجام دهید. تزریقات بعدی به ترتیب در ساعت ۳، ۶ و ۹ انجام خواهدشد. سپس یک مرکز جدید برای تزریق انتخاب کنید به طوری که حدود ۵/۲ سانتی‌متر بین نزدیک‌ترین محل‌های تزریق از دو دایره فاصله باشد (شکل را ببینید). با این کار در هر دایره ۵ تزریق انجام می‌دهید (یکی در مرکز و ۴ تزریق در محیط پس از دو یا سه بار حمام‌رفتن چسب زخم شل می‌شود و شما آماده خواهیدبود تا یک دایره جدید را آغاز کنید. اگر در حین مصرف انسولین بیشتر از معمول ورزش کنید، مقادیر زیادی الکل بنوشید، یا غذای معمولتان را نخورید، ممکن است دچار افت سطح قند خون شوید (هیپوگلیسمی . علایم افت قند خون عبارتند از: احساس اضطراب تشویش لرزش بدن مشکل در راه‌رفتن بیهوشی و تشنج به مجردی که دچار این علایم شدید چیزی حاوی قند بخورید یا بنوشید. از منابع سریع و خوب قند آب میوه عسل نوشابه‌های غیررژیمی یا شربت قند است بعضی از بیماران همیشه مقداری قرص یا آب‌نبات قندی همراه دارند. کیک‌های آماده به راحتی در جیب یا کیف‌دستی قابل حمل هستند ولی نتوان آنها را به مدت طولانی نگهداری کرد. در این شرایط ممکن است بخواهید منابع طولانی اثرتری مصرف کنید، مثل پنیر و بیسکویت اگر هم نتوانستید قندخونتان را اندازه بگیرید و در اسرع وقت به پزشکتان اطلاع دهید. اگر احساس می‌کنید که در حال غش یا تشنج هستید، چیزی نخورید و ننوشید (ممکن است دچار خفگی شوید)، و بلافاصله تقاضای کمک پزشکی اورژانس کنید. حتی اگر با خوردن مواد قندی علایم‌تان رفع شد، با پزشکتان تماس بگیرید؛ علایم‌تان ممکن است مجدداً عودکنند. اگر علایم‌تان رفع نشد از کسی بخواهید شما را به بخش فوریت‌های یک بیمارستان برساند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، ممکن است دچار افزایش قندخون (هیپرگلیسمی شوید. علایم هیپرگلیسمی عبارتند از: تشنگی تکرار ادرار، خواب آلودگی پوست برافروخته و گر گرفته بوی تنفس میوه‌ای یا اغماء. یکی در خانواده باید روش اندازه‌گیری قندخون و تزریق انسولین را بلد باشد تا احیاناً اگر شما قادر به انجامشان نبودید به شما کمک کند. با پزشکتان مشورت کنید؛ برای مقابله با چنین وضعیتی نقشه و طرحی از پیش تعیین‌شده داشته باشید. هشدارها و عوارض جانبی اگر به دنبال یک بیماری دچار استفراغ شدید شده‌اید، علایم کاهش قند خون پیدا کرده‌اید، یا در هر صورت اگر سطح قندخونتان کنترل شده نیست با پزشکتان تماس بگیرید موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف انسولین‌انسانی رگولار، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به انسولین مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای مسدودکننده بتا (داروهای قلبی و پرفشاری خون که ممکن است علایم کمبود قند خون را مخفی کنند؛ کورتیکواستروئیدها، داروهای خوراکی برای درمان دیابت داروهای مدر؛ یا الکل سابقه یا ابتلا به مشکلات غددی (تیروئید، غددفوق کلیوی هیپوفیز) یا بیماری‌های کلیوی‌هنگام مصرف انسولین انسانی رگولار توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد.یک برنامه غذایی متعادل از نظر مقادیر کربوهیدرات‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها را که برای شما تجویز شده رعایت

نمایید. یک متخصص تغذیه به شما کمک خواهد کرد تا با اجرای یک برنامه غذایی به وزن مطلوبتان برسید. وعده‌های اصلی و میان وعده‌ها طوری طراحی می‌شود تا در تمام مدت روز انرژی لازم به بدنتان برسد. اگر مطمئن نیستید چگونه برنامه غذایی خود را کنترل کنید، در خواست کمک نمایید یک برنامه غذایی مناسب برای کنترل دیابت ضروری است اگر بیمار گردیدید نیز به مصرف انسولین ادامه دهید. در صورت بروز تهوع و استفراغ زیادتر مایعات مصرف کنید. در صورت بروز تب یا علایم دیگر با پزشکتان مشورت کنید.الکل ننوشید.در مورد یک برنامه ورزشی با پزشکتان مشورت کنید. در مورد دفعات انجام آزمون‌های خونی برای سنجش قند خون و موارد دیگر از پزشکتان نظر خواهی کنید.یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد دیابت دارید و انسولین انسانی رگولار مصرف می‌کنید. هنگام مصرف کلاریترومایسین نبایدبدون مشورت با پزشکتان هرگونه دارویی اعم از داروهای قابل تهیه بدون نسخه یا فرآورده‌های گیاهی مصرف کنید. الکل بنوشید. مواد قندی زیاد بخورید. * اگر مجبورید انسولین رگولار و NPH را با هم مخلوط کنید. ابتدا به مقادیر موردنظر داخل هر دو شیشه دارو هوا تزریق کنید (ابتدا NPH سپس انسولین رگولار). سپس مقدار انسولین رگولار مورد نیاز را داخل سرنگ بکشید، سپس سرنگ را وارد شیشه NPH کرده و مقدار NPH موردنظر را داخل همان سرنگ قبلی بکشید. این مخلوط باید در عرض ۱۵ دقیقه تزریق شود، در غیراینصورت این دو انسولین برهم اثر کرده ظهور اثرات انسولین رگولار به تأخیر می‌افتد.

IBUPROFEN

در مورد این دارو قرص‌های ۲۰۰ میلی گرم ایبوپروفن یک داروی مسکن است که بدون نسخه پزشک قابل تهیه است اما قرص‌های ۴۰۰ میلی گرم توسط پزشک تجویز می‌شود. این دارو یک داروی ضد درد غیر مخدر برای دردهای خفیف تا متوسط نظیر سردرد، دردهای هنگام عادت ماهانه و حملات نقرس است به علت خواص التهابی این دارو در درمان بیمارهای روماتیسمی مثل آرتریت روماتوئید، و دیگر مشکلات التهابی غیر روماتیسمی مثل آسیب‌های حین ورزش (پیچ خوردگی‌ها و رگ به رگ شدن‌ها)، بورسیت‌ها، تاندونیت‌ها (التهاب تاندون ، و استئوآرتریت (آرتروز) بسیار مفید است ایبوپروفن همچنین تب را نیز کاهش می‌دهد. ایبوپروفن از داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی است چگونگی مصرف سوسپانسیون ایبوپروفن را با غذا یا داروهای ضداسید معده باید مصرف کرد، پیش از مصرف دارو شیشه آن را به خوبی تکان دهید، قرص ایبوپروفن را باید با غذا و همراه یک لیوان پر از آب خورد. پس از خوردن قرص‌های ایبوپروفن برای جلوگیری از آسیب و تحریک وی ۳۰-۱۵ دقیقه از خوابیدن یا دراز کشیدن اجتناب کنید. اگر روزی یک یا دوبار ایبوپروفن مصرف می‌کنید. و یک نوبت را فراموش کردید، اگر حداکثر تا ۲ ساعت آن را به یاد آورید بلافاصله مصرفش کنید، در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم‌تان برگردید. اگر روزانه بیش از دو نوبت ایبوپروفن مصرف می‌کنید، به مجردیکه نوبت فراموش شده را به یاد آورید مصرفش کنید. اما اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را مصرف نکنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف ایبوپروفن را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی یا خواب آلودگی شدید؛ درد یا سوزش معده تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه و قیری علایم شدید آنفلوآنزا (لرز، تب دردهای عضلانی به ویژه اگر درست هنگام یا پیش از بروز بثورات جلدی رخ دهند؛ افزایش وزن کبودی یا خونریزی غیرطبیعی بثورات جلدی زخم‌های دهانی یا تب یا گلو دردی که پیش از شروع درمان وجود نداشته و با مشکلی که در حال حاضر به خاطرش تحت درمان هستید ارتباطی نداشته باشد. بیماران مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و خونریزی دهنده هستند. یک پاسخ حساسیتی نادر به ایبوپروفن آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند. خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف ایبوپروفن را قطع کرده با یک مرکز اورژانس تماس بگیریدموارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف

ایبوپروفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آسپرین یا دیگر داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی (مثل ناپروکسن ، آسپرین ضدانعقادها (رقیق کننده‌های خون نظیر وارفارین ، آنتی بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (یک داروی مدر)، و والپروئیک اسید یا دیوالپروئکس مصرف سه قوطی یا بیشتر مشروبات الکلی در روز. ابتلا۔ به سابقه پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپرین زخم یا التهاب در دستگاه گوارش پرفشاری خون هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی دهنده نارسایی مغز استخوان زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایبوپروفن توصیه می‌شودبرچسب روی دارو را مطالعه کرده از دستوراتش پیروی کنید. برچسب سایر داروهای مجاز بدون نسخه را بخوانید تا مطمئن شوید حاوی داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل آسپرین یا ناپروکسن یا داروهایی که با ایبوپروفن تداخل ایجاد می کنند نباشد. اگر ایبوپروفن را برای درد یا تب می‌خورید و درد ظرف ۱۴ روز و تب ظرف ۳ روز بهتر نشده یا حتی بدتر شده است با پزشکتان مشورت کنید. ایبوپروفن را به اندازه تجویز شده مصرف کنید. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید (اگر برای مدتی طولانی قرار است ایبوپروفن مصرف کنید).

پیش از انجام هرگونه عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی دیگر پزشکان را از اینکه ایبوپروفن مصرف می کنید مطلع سازید. ایبوپروفن را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط ایبوپروفن فاسد می‌شود) ایبوپروفن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف ایبوپروفن نبایدبیش از مقدار مشخص شده بر روی جعبه دارو مصرف کنید. مگر طبق دستور پزشک این دارو می‌تواند موجب کبودی و خونریزی بیش از حد شود. مشروبات الکلی بنوشید. زیرا احتمال آسیب به معده بیشتر خواهد شد.تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی یا در فعالیت‌های خطرناک شرکت کنید. این دارو در برخی از افراد موجب گیجی سرگیجه یا خواب آلودگی می‌شود.

ETODOLAC

در مورد این دارو ایتودولاک یک مسکن غیرمخدر است برای تسکین دردهای متوسط یا شدید مثل سردردهای عروقی و دردهای عضلانی استخوانی ناشی از رگ به رگ شدن‌ها و پارگی لیگامان‌ها تجویز می‌شوند.ایتودولاک به سبب خواص ضدالتهابی‌اش در درمان استئوآرتریت آرتروز)، آرتریت روماتوئید، و آرتریت نقرسی حاد بسیار مؤثر است ایتودولاک از داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی است چگونگی مصرف کپسول و قرص‌های ایتودولاک را باید با غذا و همراه یک لیوان پر از آب مصرف کرد. برای جلوگیری از تحریک و آسیب به مری تا ۳۰-۱۵ دقیقه پس از خوردن این دارو دراز نکشید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آورید مصرفش کنید، ولی اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف ایتودولاک را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی یا خواب‌آلودگی شدید؛ درد یا سوزش معده تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه و قیری علایم شبه انفلوآنزا (تب لرز، درد عضلانی ، به‌خصوص اگر این علایم درست پیش از یا همزمان با بروز بثورات جلدی رخ دهند؛ افزایش فشارخون افزایش وزن (بیش از ۵/۱ کیلوگرم در ۴۸-۲۴ ساعت ؛ تنگی نفس یا خس خس سینه تورم صورت دست‌ها، و ساق‌ها؛ افت قوای ذهنی ادرار تیره زردی پوست یا چشم‌ها؛ تاری دید کبودی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان با ایتودولاک وجود نداشته و با بیماری‌ای که به خاطرش ایتودولاک تجویز شده بی‌ارتباط باشد. افراد مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و سایر مشکلات خونریزی دهنده قرار دارند. یک واکنش حساسیتی نادر به ایتودولاک آنافیلاکسی است که به مراقبت و توجه فوری پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می کند. در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها، کهیر یا تورم‌های روی پوست ضربان قلب تند، خس‌خس سینه یا

مشکل در تنفس مصرف ایتودولاک را قطع کرده یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید.موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف پزشکتان را ایتودولاک مطلع سازید: حساسیت به آسپیرین یا دیگر داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، بویژه داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی آسپیرین ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (متوترکسات پلیکومایسین ، سیکلوسپورین لیتیم پروبنسید (یک داروی نقرس ، داروهای پرفشاری خون بویژه داروهای مد مثل تریامترن و اسید والپروئیک‌عادت به مصرف بیش از ۳ قوطی نوشیدنی الکلی‌سابقه یا ابتلا به پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپیرین زخم‌ها یا التهاب‌های دستگاه گوارش هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی دهنده زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایتودولاک توصیه می‌شودبرچسب روی تمامی داروهای مجاز بدون نسخه را به دقت مطالعه کنید تا مطمئن شوید که دارویی مصرف نمی‌کنید که حاوی داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (آسپیرین ایبوپروفن یا داروهایی که با ایتودولاک تداخل ایجاد می‌کنند باشد. اگر ایتودولاک را برای درد مصرف می‌کنید و دردتان ظرف ۱۴ روز بهتر نشده یا حتی بدتر شده است به پزشکتان اطلاع دهید. فقط به مقدار تجویز شده ایتودولاک مصرف کنید. به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. پیش از هرگونه عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از این که ایتودولاک مصرف می‌کنید مطلع سازید. ایتودولاک را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (ایتودولاک در این شرایط فاسد می‌شود). ایتودولاک تاریخ مصرف گذشته را در توالت دور بریزید.هنگام مصرف ایتودولاک نباید نوشیدنی‌های الکلی بنوشید. در این صورت مشکلات معدی بیشتر رخ می‌دهد تا مشخص شدن پاسخ بدنتان نسبت به ایتودولاک رانندگی کنید یا در فعالیت‌های پرخطر شرکت کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب سرگیجی سرگیجه یا خواب‌آلودگی می‌شود. مسمومیت در صورت شک به چنین مسمومیتی فوراً تقاضای کمک پزشکی اورژانس کنید. علایم این مسمومیت عبارتند از: خستگی یا خواب‌آلودگی شدید، کبوید یا خونریزی غیرعادی ادرار تیره یا عدم تولید ادرار، تشنج یا اغماء.

IMIPRAMINE

در مورد این دارو ایمیپرامین برای رفع علایم افسردگی شب‌ادراری اختلالات وسواسی و ترس دردهای عصبی و مواردی دیگر تجویز می‌شود. این دارو از دسته داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای است چگونگی مصرف ایمیپرامین با مقادیر متفاوتی برای مشکلات متفاوت و افراد متفاوت تجویز می‌شود. هیچ‌گاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید، از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. ایمیپرامین خوراکی را می‌توان با غذا مصرف کرد تا دل به‌هم خوردگی ناشی از آن کاهش یابد، ممکن است ۶-۱ هفته طول بکشد تا اثرات این دارو آغاز شود. پس از آغاز اثرات حتی در صورت احساس بهبودی نیز دارو را ادامه دهید. به دقت از دستورات پیروی کنید. اگر روزی یک نوبت پیش از رفتن به بستر ایمیپرامین مصرف می‌کنید. و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید، نوبت فراموش شده را صبح مصرف نکنید، چرا که ممکن است موجب علایم آزاردهنده شود؛ در این مورد با پزشکتان تماس بگیرید. اگر روی چند نوبت ایمیپرامین مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به یادآوردن مصرف کنید. اگر تقریباً موقع مصرف نوبت بعد شده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم خود برگردید، مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر مصرف ایمیپرامین خود را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: تاری دید؛ گیجی یبوست مشکل در صحبت کردن چشم‌درد؛ ضربان قلب تند، کند یا نامنظم لرزش دست غش اضطراب مشکل در صحبت کردن عدم تعادل سفتی عضلات دست و پا؛ صورت شبیه ماسک گلودرد؛ تب کبودی یا خونریزی غیرعادی زردی پوست یا چشم بثورات جلدی تورم سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، افزایش اشتها، تهوع

سوزش سردل اسهال مشکل در خوابیدن یا افزایش وزن علایم ترک دارو ـ نظیر سردرد، تهوع استفراغ اسهال تحریک‌پذیری یا خواب مختل همراه رویاهای واضح ـ ممکن است در صورت قطع ناگهانی ایمیپرامین مشاهده شود؛ با پزشکتان تماس بگیرید.موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف ایمیپرامین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به ایمیپرامین یا دیگر داروهای ضد افسردگی سه‌حلقه‌ای سایر داروهای ضد افسردگی (ماپروتیلین ترازودون ؛ کاربامازپین (دارویی ضد تشنج ؛ یا هر نوع ماده غذایی رنگ خوراکی یا نگهدارنده بارداری و شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، دیگر داروهای ضد افسردگی داروهای ضد تشنج داروهای ضد تیروئید، سایمتیدین داروهای فشارخون (کلونیدین گوانادرال گوانتیدین ، مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز، یا سمپاتومیمتیک‌ها (داروهایی که در حساسیت آسم سرفه و سرماخوردگی مصرف می‌شود). سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل ، آسم اختلال دوقطبی (افسرده ـ شیدایی ، ابتلا به اسکیزوفرنی صرع گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، پرکاری تیروئید، بزرگی پروستات احتباس ادراری مشکلات قلبی یا خونی یا بیماری‌های دستگاه گوارش کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایمیپرامین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودی‌تان را زیرنظر داشته باشد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به این دارو رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد با مصرف ایمیپرامین دچار خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شوند. در هنگام برخاستن از حالت خوابیده یا ایستادن از حالت نشسته احتیاط کنید؛ چرا که ممکن است دچار سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شوید. به آرامی تغییر وضعیت دهید. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آبنبات‌های بدون قند استفاده کنید. اگر خشکی دهان بیش از ۲ هفته طول کشید با پزشکتان مشورت کنید.از مواجهه مستقیم و بدون حفاظت با آفتاب و استفاده از وسایل برنزه‌کننده بپرهیزید، چرا که ممکن است دچار آفتاب‌سوختگی شدید شوید. سعی کنید تا حدامکان از آفتاب بین ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر اجتناب کنید. در زیر آفتاب از عینک آفتابی یک کلاه و پوشش محافظ و کرم‌های ضد آفتاب با قدرت محافظتی (SPF) حداقل ۱۵ استفاده کنید. در مورد نیاز به مقادیر اضافی ویتامین (ریبوفلارین یا ویتامین ب ـ ۲) با پزشکتان مشورت کنید.پیش از هرگونه عمل جراحی کارهای دندانی یا درمان‌های اضطراری پزشک را از این که ایمیپرامین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. ایمیپرامین را از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط ایمیپرامین فاسد می‌شود). ایمیپرامین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف ایمیپرامین نباید الکل مصرف کنید.بدون تأیید پزشکتان دارویی دیگر مصرف کنید.

INDOMETHACIN

در مورد این دارو ایندومتاسین یک مسکن غیرمخدر است که برای تسکین آرتریت‌های متوسط تا شدید استفاده می‌شود. به سبب خواص ضدالتهابی‌اش در درمان بیماری‌های مثل آرتریت روماتوئید، اسپوندیلیت آنکیلوزان استئوآرتریت (آرتروز)، آرتریت نقرسی بورسیت (التهاب بورس مفصل ، و تاندونیت (التهاب تاندون بسیار مؤثراست ایندومتاسین از داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی است چگونگی مصرف ایندومتاسین را همیشه با غذا، بلافاصله پس از غذا، یا با آنتی اسید بخورید تا به معده کمتر آسیب بزند و موجب سوزش سردل نشود. پیش از ریختن سوسپانسیون‌آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای جلوگیری از تحریک و آسیب به مری پس از خوردن قرص و کپسول ایندومتاسین تا ۳۰-۱۵ دقیقه دراز نکشید. مراقب باشید شکل سوسپانسیون و شیاف در یخچال یخ نزند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، در صورتی که تقریباً موقع نوبت بعدی نشده است به مجردی که آن را به یاد آورید، مصرفش کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر مصرف ایندومتاسین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه خستگی یا خواب‌آلودگی شدید؛ سردرد شدید هنگام صبح تغییرات خلقی یا گیجی گزگز انگشتان دست‌ها و پاها؛ خونریزی از مقعد (در موارد استعمال شیاف ؛ درد یا سوزش معده

تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه و قیری علایم شبه آنفلوآنزا(لرز، تب درد عضلانی ، به ویژه اگر درست قبل یا همزمان با بروز بثورات جلدی رخ دهند؛ افزایش وزن کبودی یا خونریزی غیرعادی بثورات جلدی زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از مصرف ایندومتاسین وجود نداشته و ناشی از مشکلی که به خاطرش ایندومتاسین برایتان تجویز شده نباشد. افراد مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و دیگر مشکلات خونریزی دهنده‌اند. یک واکنش حساسیتی نادر به ایندومتاسین آنافیلاکسی است که به مراقبت و توجه فوری و پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می کند. در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم کهیر یا تورم‌های روی پوست ضربان قلب تند، خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف ایندومتاسین را قطع کرده با یک مرکز اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف ایندومتاسین پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به آسپرین یا دیگر داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (مثل دیکلوفناک ، آسپرین ضد انعقادها (رقیق کننده‌های خون نظیر وارفارین ، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (متوترکسات پلیکومایسین ، سیکلوسپورین لیتیم پروبنسید (یک داروی نقرس ، تریامترن و اسید والپروئیک عادت به مصرف نوشیدنی‌های الکلی سابقه یا ابتلا به پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپیرین زخم‌های یا التهاب‌های دستگاه گوارش هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی‌دهنده زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف ایندومتاسین توصیه می‌شودبرچسب روی همه داروهای مجاز بدون نسخه را به دقت بخوانید تا مطمئن‌شوید که دارویی مصرف نمی کنید که حاوی داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن یا ناپروکسن یا داروهایی که با ایندومتاسین تداخل ایجاد می کند باشد. به خاطر داشته‌باشید که آسپرین یک داروی ضد التهابی غیراستروئیدی است اگر ایندومتاسین را به خاطر درد مصرف می کنید و درد ظرف ۱۴ روز بهبود نیافته یا حتی بدتر شده‌است پزشکتان را مطلع کنید. فقط به مقدار تجویزشده توسط پزشکتان دارو مصرف کنید. به طور منظم به پزشک مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. پیش از انجام هرگونه عمل جراحی یاکارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از اینکه ایندومتاسین مصرف می کنید مطلع سازید.ایندومتاسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط ایندومتاسین فاسد می‌شود). ایندومتاسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف ایندومتاسین نبایدبیش از مقدار تجویزشده از آن مصرف کنید. این دارو ممکن است موجب کبودی یا خونریزی شدید شود. نوشیدنی‌های الکلی مصرف کنید. در اینصورت مشکلات معدی بیشتر رخ می‌دهند. شکل مایع دارو را با آنتی‌اسیدها یا دیگر مایعات با خواص بازی (مثل شیر) مخلوط کنید، این کار اثر دارو را کاهش داد. تا پیش از مشخص‌شدن پاسخ بدنتان نسبت به دارو رانندگی کنید یا در فعالیت‌های پرخطر شرکت کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب گیجی سرگیجه یا خواب آلودگی می‌شود. مسمومیت در اثر مصرف بیش از حددر صورت شک به چنین مسمومیتی فوراً تقاضای کمک پزشکی اورژانس کنید. علایم این مسمومیت عبارتند از: خستگی یا خواب‌آلودگی شدید، کبودی یا خونریزی غیر عادی ادرار تیره یا عدم تولید ادرار، تشنج یا اغماء.

ISOSORBIDE

در مورد این داروایزوسورباید برای کاهش آنژین صدری تجویز می‌شود. آنژین صدری درد قفسه سینه‌ای است که مشخصاً کمتر از ۱۵ دقیق طول می کشد و ناشی از خونرسانی ضعیف به ماهیچه قلبی است این دارو در سه مورد مفید است و کاربرد دارد: (۱) تخفیف یک آنژین صدری با مصرف دارو پس از شروع درد، (۲) جلوگیری از حمله قلبی با مصرف دارو درست پیش از بروز حمله و (۳) کاهش تعداد حملات با مصرف دایمی و منظم دارو. قرص زیر زبانی ایزوسورباید برای تخفیف یا جلوگیری از حملات آنژین محتمل مصرف می‌شود. قرص معمولی قرص جویدنی قرص طولانی رهش کپسول و کپسول طولانی رهش ایزوسورباید

برای پیشگیری از حملات آنژین استفاده می‌شوند. چگونگی مصرف دارو را درست مطابق تجویز پزشک مصرف کنید. اگر مطمئن نیستید که چه شکلی از دارو را مصرف می‌کنید، قبل از استفاده از دارو با پزشکتان مشورت کنید. هر شکل از ایزوسورباید دستور مصرف خاص خودش را دارد:قرص زیر زبانی ایزوسورباید برای تخفیف یا جلوگیری از درد یک حمله آنژین مصرف می‌شود. این قرص‌ها را نباید بلعید، خرد کرد، یا جوید، بلکه باید در زیر زبان یا میان لب یا گونه و لثه‌های فوقانی قرار داد. وقتی قرص را در محل قرار داده‌اید، سیگار نکشید و چیزی نخورید و ننوشید. با آغاز درد آنژینی بنشینید و یک قرص را زیر زبان یا بین گونه و لثه بالایی قرار دهید. اگر احساس غش سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم داشتید، چند نفس عمیق بکشید و سرتان را بین دو زانوی‌تان نگه دارید تا اینکه این احساس از بین برود. می‌توان هر ۵ دقیقه تا دوبار دیگر دارو را تکرار کرد. اگر پس از ۱۵ دقیقه با مصرف ۳ قرص دردتان برطرف نشد، با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید شما را فوراً به یک بخش فوریت‌های پزشکی برساند. اگر ایزوسورباید را برای پیشگیری از حمله آنژینی مصرف می‌کنید، ۱۵-۱۰ دقیقه پیش از هر فعالیت تنش‌زایی که قبلاًـ هم موجب حمله می‌شده است یک قرص زیر زبان بگذارید. ایزوسورباید را در یک محل خنک و خشک نگهداری کنید. این دارو در معرض هوا، گرما، و رطوبت فاسد میشود. قرص‌های جویدنی ایزوسورباید برای تخفیف یا جلوگیری از یک حمله آنژینی مصرف می‌شوند. این نوع قرص باید به خوبی جویده شود و برای ۱۲-۱ دقیقه در دهان نگه داشته شود تا از طریق مخاط دهان جذب شود. در صورت احساس سیاهی رفتن چشم غش یا سرگیجه چند نفس عمیق بکشید و سرتان را میان دو زانو نگه دارید تا این احساس رفع شود. دارو را می‌توان با فاصله ۵ دقیقه دو نوبت دیگر تکرار کرد (مجموعاً سه نوبت . اگر پس از ۱۵ دقیقه با سه قرص درد تسکین نیافت با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید شما را بلافاصله به بخش فوریت‌های یک بیمارستان برساند. اگر ایزوسورباید را برای پیشگیری از حمله آنژینی مصرف می‌کنید، ۱۵-۱۰ دقیقه پیش از هر فعالیت تنش‌زایی که قبلاً نیز موجب حمله شده است یک قرص را بجوید و در دهان نگاه دارید. این قرص می‌تواند به مدت یک ساعت از بروز درد آنژینی جلوگیری کند. قرص‌ها را در محل سرد و خشک نگهداری کنید. این دارو در معرض هوا، گرما و رطوبت فاسد می‌شود. انواع دیگر قرص و کپسول‌های ایزوسورباید را باید درسته همراه با یک لیوان پر از آب با معده خالی (یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد از غذا) بلعید. این داروها را باید در محل سرد و خشک نگهداری کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر کمتر از ۲ ساعت تا نوبت بعدی باقی مانده نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: تاری دید، خشکی دهان سردرد شدید، یا بثورات جلدی علایم مسمومیت در اثر مصرف بیش از حد ایزوسورباید عبارتند از: کبودی لب‌ها، بستر ناخن‌ها، و کف دست‌ها؛ سرگیجه شدید؛ احساس فشار در سر؛ مشکل در تنفس خستگی شدید؛ ضربان قلب تند؛ تب و تشنج برخی از مصرف کنندگان ایزوسورباید همچنین ممکن است دچار سردرد خفیف برافروختگی صورت و گردن و تهوع شوند. با استفاده مداوم از دارو سردرد معمولاً طی چند روز تا چند هفته رفع خواهد شد. این سردردها را می‌توان با مسکن‌های معمولی تسکین داد. اگر این علایم مشکل‌ساز شوند یا نمی‌دانستید که برای تسکین سردردتان چه دارویی مصرف کنید با پزشکتان مشورت کنید.موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف ایزوسورباید، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی ایزوسورباید، یا داروهای دیگر (به ویژه نیترات‌ها و نیتریت‌ها) بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل داروهای پرفشاری خون یا دیگر داروهای قلبی سابقه یا ابتلاـ به خونریزی مغزی یا ضربه به سر اخیر، کم‌خونی گلودرد (افزایش فشار داخل چشم ، پرکاری تیروئید، مشکلات قلبی یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف ایزوسورباید توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.به آرامی از حالت نشسته یا خوابیده برخیزید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم نشوید.اگر

سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند.یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد ایزوسوربايد مصرف می کنید.

BECLOMETHASONE INHALATION

BECLOMETHASONE INHALATION

در مورد این داروبکلومتازون استنشاقی به عنوان درمان نگهدارنده در افراد دچار آسم برونشیال مزمن تجویز می‌شود. استفاده منظم به رفع التهاب مزمن راه‌های هوایی و کاهش واکنش این مجاری به مواد محرک (یا حساسیت‌زا) کمک می کند. بکلومتازون با این سازوکار علایم آسم و دفعات حملات آسم را کاهش می‌دهد. بکلومتازون یک کورتیکواستروييد می‌باشد. چگونگی مصرف بر اساس شدت آسم بکلومتازون به مقدار روزی ۴-۲ پاف تجویز می‌شود. مهم است که آن را طبق دستور پزشک یا دستورالعمل روی برچسب دارو مصرف کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. چنانچه همزمان کورتیکواستروييد خوراکی مصرف نمی کنید، ممکن است شروع اثرات دارو تا یک ماه و اوج اثر دارو تا چند ماه به تأخیر بیافتد. مهم است که نوبت‌های مصرف دارو در فواصل مساوی در طی شبانه‌روز برنامه‌ریزی شود؛ مثلاً اگر قرار است روزی ۲ بار مصرف شود، ۸ صبح و ۸ شب و اگر قرار است روزی ۴ بار مصرف شود، هر ۶ ساعت از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه که با فعالیت‌های روزمره شما تداخل نداشته باشد، به شما کمک کند. بهتر است دارو هر روز در ساعت یکسانی مصرف شود. پیش از استفاده از افشانه برای بار اول آن را چک کنید. پزشکتان تعیین می کند که از یک وسیله موسوم به آسم‌یار هم همراه افشانه استفاده کنید یا اینکه با روش دهان باز یا دهان بسته از افشانه استفاده کنید. این وسیله باعث می‌شود تا دارو بهتر به مجاری هوایی برونشی برسد. پودر و کپسول‌های بکلومتازون برای استنشاق نیازمند یک وسیله خاص برای آزادسازی دارو است دستورالعمل روی جعبه را بخوانید یا چگونگی استفاده را از پزشکتان جویا شوید. روش دهان بسته کپسول دارو را ۵-۲ ثانیه تکان دهید. افشانه و کپسول متصل به آن را سر و ته بگیرید. قطعه دهانی را در دهان گذاشته لب‌هایتان را دورش محکم ببندید. به آرامی و کامل از راه بینی نفستان را بیرون دهید. به آرامی و عمیق دم انجام دهید و در همان زمان کپسول حاوی دارو را بر روی افشانه به پایین فشار دهید. قطعه دهانی را از دهان خارج کرده ولی نفستان را تا آنجا که ممکن است نگه دارید. در حالی که لب‌هایتان را جمع کرده‌اید از راه دهان نفستان را بیرون دهید. اگر در هر نوبت ۲ پاف لازم دارید، دو دقیقه تا پاف بعدی صبر کنید. روش دهان باز: کپسول دارو را ۵-۲ ثانیه تکان دهید.افشانه و کپسول متصل به آن را سر و ته بگیرید. قطعه دهانی را حدوداً به اندازه عرض دو انگشت از دهان کاملاً بازتان فاصله بگیرید. کپسول را صاف نگه دارید. پس از یک بازدم عمیق به آرامی از راه دهان نفس بگیرید و در همان زمان کپسول را به افشانه فشار دهید. به دم ادامه دهید. چشم‌هایتان را ببندید تا چیزی از اسپری واردشان نشود؛ چرا که ممکن است موجب تاری دید مختصری شود.در انتهای دم نفستان را تا آنجا که می‌توانید نگاه دارید، و سپس در حالی که لب‌های خود را جمع کرده‌اید از راه دهان نفستان را بیرون دهید. اگر در هر نوبت ۲ پاف لازم دارید، دو دقیقه تا پاف بعدی صبر کنید. پس از استفاده از دارو، به هر کدام از روش‌های فوق برای جلوگیری از خشونت صدا و عفونت‌های دهانی دهانتان را با آب کاملاً بشویید. آب را قورت ندهید. روزی یکبار قطعه دهانی پلاستیکی و پوشش آن را زیر آب گرم بشویید و پیش از استفاده مجدد خشک کنید. تا این افشانه خشک شود در صورت نیاز از افشانه دیگری استفاده کنید. هفته‌ای دو بار قطعه دهانی پلاستیکی را با مایع ظرفشویی و آب گرم بشویید و کاملاً آب بکشید و خشک کنید. یک راه ساده برای تخمین مقدار داروی باقیمانده در کپسول محتوی دارو این است که کپسول را در یک ظرف آب بگذاریم و ببینیم چقدرش در آب فرو می‌رود (شکل را ببینید). اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید، مصرفش کنید. نوبت‌های باقیمانده در آن روز را با فواصل مساوی

مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، مصرف بکلومتازون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: پلاک‌های سفید نرم در دهان یا گلو؛ درد دهان یا گلو هنگام خوردن و آشامیدن افزایش خس‌خس سینه احساس سفتی و گرفتگی در قفسه سینه یا مشکل در تنفس موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف بکلومتازون پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کورتیکواستروییدها، سایر داروها، غذاها، نگهدارنده‌ها، و رنگ‌های خوراکی مصرف داروهای دیگر به ویژه کورتیکواستروییدها.سابقه یا ابتلا به سل یا پوکی استخوان هنگام مصرف بکلومتازون توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. گاهی افشانه را همراه خود ببرید تا پزشک چگونگی استفاده شما را از آن ببیند. در صورتی که یک دستگاه اندازه‌گیری حداکثر جریان هوای تنفسی در خانه دارید، مقادیر اندازه‌گیری شده را در یک دفترچه ثبت کنید. اگر دچار استرس غیرمعمول مثل جراحی آسیب بدنی یا عفونت هستید؛ علایم آسم‌تان بهبود نداشته است علایم‌تان بدتر شده است یا علایمی از عفونت دهانی یا حلقی دارید با پزشکتان مشورت کنید.در صورتی که افشانه شما قابل پر کردن مجدد است پس از اتمام دارو آن را دور نیاندازید. حتی اگر برای یک حمله آسمی داروهایی دیگر مصرف می‌کنید، استفاده از بکلومتازون را ادامه دهید، مگر آنکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. پیش از انجام جراحی کارهای دندانپزشکی یا واکسیناسیون سایر پزشکان را از اینکه بکلومتازون مصرف می‌کنید مطلع سازید. اگر تا به حال به آبله مرغان و سرخک مبتلا نشده‌اید و واکسن آنها را هم نزده‌اید، از تماس نزدیک با افراد مبتلا به این دو بیماری اجتناب کنید. در صورتی که فکر می‌کنید با این افراد مواجهه داشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید.یک برگه شناسایی پزشک همراه داشته باشید که نشان دهد بکلومتازون مصرف می‌کنید.

توجه داشته باشید که اگر کپسول و افشانه سرد باشند، ممکن است مقدار کامل دارو به شما نرسد. اگر مقدار معمول دارو به شکل استنشاقی برایتان مؤثر نیست ممکن است به‌طور موقت به کورتیکواسترویید خوراکی نیاز داشته باشید. افشانه را دور از دسترس کودکان و دور از حرارت نگاه دارید هنگام مصرف بکلومتازون نباید از آن برای درمان یک حمله آسمی استفاده کنید. پیش از هماهنگی با پزشکتان آن را قطع کنید.

BUSPIRONE

در مورد این داروبوسپیرون برای کاهش علایم اختلالات اضطرابی یا درمان کوتاه مدت اضطراب تجویز می‌شود. این دارو در مقایسه با سایر داروهای ضد اضطراب خواب‌آلودگی کمتری ایجاد می‌کند، ولی یک تا دو هفته طول می‌کشد تا اثراتش آغاز شود. چگونگی مصرف بوسپیرون معمولاً ۲ تا ۳ نوبت در روز تجویز می‌شود. بنابراین توجه خاص لازم است تا نوبت‌های مصرف دارو فراموش نشود. این دارو را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. قرص‌های آن را در صورت نیاز می‌توان خرد کرد. هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف بوسپیرون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی یا افت قوای ذهنی گلو درد یا تب ضعف عضلانی انقباضات غیرارادی احساس گزگز، درد یا بی‌حسی در دست‌ها یا پاها؛ خواب‌آلودگی شدید؛ تهوع و استفراغ انقباض مردمک‌ها. علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند باید با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم خشکی دهان سردرد، تهوع بی‌قراری زنگ‌زدن گوش بی‌خوابی یا رویاهای غیرطبیعی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف بوسپیرون پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به بوسپیرون بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر،

به‌ویژه الکل یا دیگر داروهایی که دستگاه اعصاب مرکزی را کند می کنند (آرامبخش‌ها، ضد افسردگی‌ها یا ضد تشنج‌ها)؛ دیگوکسین مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز (فورازولیدون پروکاربازین یا سلژیلین . مصرف داروهای گیاهی یا دیگر داروهای فرعی برای درمان اضطراب اختلال خواب یا افسردگی

سابقه یا ابتلا به سوءمصرف موادمخدر و یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف بوسپیرون توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. تا پیش از مشخص شدن واکنش بدنتان نسبت به این دارو در هنگام رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موج خواب‌آلودگی و کاهش هوشیاری می‌شود. اگر مشکوک به مصرف بیش از حد بودید، تقاضای کمک پزشکی کنید. اگر دچار افکار یا احساسات عجیب شدید با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد بوسپیرون مصرف می کنید. بوسپیرون را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید و در این شرایط بوسپیرون فاسد می‌شود). بوسپیرون تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف بوسپیرون نبایدالکل بنوشید.بدون مشورت با پزشکتان هیچ دارویی برای خواب اضطراب یا افسردگی مصرف کنید.

PAROXETINE

در مورد این داروپاروکستین یک داروی ضد افسردگی است این دارو برای کاهش علایم افسردگی نظیر تغییرات اشتها، تغییرات در الگوی خواب تشویش و اضطراب از دست‌دادن کشش و تمایل به فعالیت‌های روزمره کاهش میل جنسی تفکر کُند یا اختلال در تمرکز،یا افکار خودکشی یا اقدام به خودکشی ، تجویز می‌شود. پاروکستین یک مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف‌پاروکستین روزی یک نوبت مصرف می‌شود. این دارو را می‌توان صبح قبل از هر کاری (تا فراموش نکنید) یا شب پیش از خوابیدن مصرف نمود. هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. برای جلوگیری از ناراحت کردن معده می‌توانید دارو را با غذا بخورید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر حداکثر تا یک ساعت بعد آن را به یاد آورید مصرفش کنید؛ در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم نادر ولی جدی زیر، مصرف پاروکستین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید؛ ضعف یا درد عضلانی بثورات جلدی یا کهیر؛ تشویش کاهش در حرکات بدن مشکل در صحبت کردن ناتوانی در حرکت دادن چشم‌ها؛ فقدان انرژی افزایش تعریق تشنگی شدید؛ اسهال تغییرات خلقی یا رفتاری ضربان قلب بسیار تند؛ یا احساس خارج از کنترل بودن علایم زیر ممکن است رخ دهند، ولی فقط اگر مشکل‌ساز شدند نیاز است با پزشک درمیان گذاشته شوند: اضطراب تشویش خواب‌آلودگی خشکی دهان تهوع اضطراب ضربان قلب تند یا نامنظم مشکل در به خواب رفتن مشکل در ادرار کردن کاهش میل یا توانایی جنسی احساس گرما یا حرارت برافروختگی یا قرمزی پوست افزایش یا کاهش اشتها، افزایش یا کاهش وزن موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف پاروکستین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به پاروکستین یا دیگر مهارکننده‌های بازجذب سروتونین بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین ، الکل مسکن‌های تجویز شده توسط پزشک آرامبخش‌ها، داروهای ضد افسردگی شل کننده‌های عضلانی داروهای ضد تشنج یا مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز نظیر فورازولیدون ایزوکربوکسازید، فنلزین پروکاربازین سلژیلین یا ترانیل سیپرومین مصرف پاروکستین در حالی که همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مصرف می کنید یا کمتر از ۲ هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید، ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهانی دمای بدن افزاش شدید فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی یا کبدی یا دچار سوءمصرف مواد. هنگام مصرف پاروکستین توصیه می‌شود

به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. ممکن است تا ۴ هفته طول بکشد تا اثر دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در طی این مدت پزشکتان را ملاقات کنید. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به این دارو، هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شود.برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیدا کرد با پزشکتان مشورت کنید. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید؛ در غیر این صورت ممکن است دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد پاروکستین مصرف می‌کنید، همراه داشته باشید.
پاروکستین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط پاروکستین فاسد می‌شود). پاروکستین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف پاروکستین نبایدنوشابه‌های الکل بنوشید یا از داروهای آرامبخش دیگری استفاده کنید.

PROPRANOLOL

در مورد این دارو پروپرانولول به علل گوناگونی مثل کاهش فشارخون تسکین درد قلبی پیشگیری از سردردهای میگرنی و درمان بی‌نظمی ضربان قلب تجویز می‌شود. همچنین برای جلوگیری از دومین حمله قلبی در افرادی که یک بار دچار قلبی شده‌اند، کاربرد دارد. ممکن است در شرایط دیگری نیز پزشکتان این دارو را برایتان تجویز کند. به همین علت آن را را یک مسدودکننده بتا می‌شناسند. با مسدودکردن این تکانه‌ها، به قلب کمک می‌کند تا منظم‌تر و مؤثرتر بزند و در نتیجه بار کاری قلب کاهش یابد. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از پروپرانولول برای علل مختلف تجویز می‌شود. شکل طولانی اثر پروپرانولول معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز ساعت معینی بخورید. معمولاً بهتر است دارو را صبح پیش از صبحانه مصرف کنید تا فراموش نکنید. پروپرانولول را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن پروپرانولول نبضتان را بشمارید و فشارتان را اندازه بگیرید اگر کمتر از ۶۰ در دقیقه بود، یا فشار سیستولی (عدد بالایی کمتر از ۹۰ میلی‌متر جیوه بود، پیش از خوردن داروی آن روز با پزشکتان مشورت کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر کمتر از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. اگر بیش از یک نوبت در روز پروپرانولول مصرف می‌کنید، اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را مصرف نکنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و دارو را بدون هماهنگی با پزشکتان قطع نکنید. با قطع مصرف پروپرانولول ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی باشید. در اکثر مواردی که پروپرانولول تجویز می‌شود، بیماری را مهار می‌کند و نه درمان و این بدین معناست که ممکن است لازم باشد چندین سال یا تا پایان زندگی آن را مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم نادر ولی جدی زیر، مصرف آتنولول را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: اشکال در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه سرد شدن کف دست و پا؛ ضربان قلب زیر ۶۰ در دقیقه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم در هنگام بلند شدن از حالت خوابیده یا نشسته با تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۱/۵ کیلو در ۴۸–۲۸ ساعت ؛ افسردگی گیجی یا توهم (شنیدن دیدن یا احساس چیزهایی که وجود ندارند)؛ درد قفسه سینه مفاصل یا کمر؛ تب گلودرد؛ بثورات جلدی یا هرگونه کبودی که یا خونریزی غیرعادی نشانه‌های زیر تا هنگام عادت کردن بدنتان با دارو ممکن است مشاهده شوند: خواب آلودگی خستگی مشکل در خوابیدن اضطراب یبوست یا اسهال کابوس یا کاهش توانایی جنسی اگر این علایم ادامه یافتند یا مشکل ساز شدند، وضعیت را با

پزشـکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصـرف آتنولول پزشـکتان را مطلع سازید: حساسیت به آتنولول یا دیگر داروهای مسدودکننده بتا بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه تزریقات حساسیت‌زدایی کـافئین داروهـای آسم (آمینوفیلین دیفیلین اکستریفیلین تئوفیلین ، داروهـای دیـابت (انسولین داروهای خوراکی پایین‌آورنـده قنـد)، دیگر داروهـای کاهنــده فشـار خـون (مســدود کننـده‌های کانال‌هـای کلســیمی کلونیـدین گوانـابنز)، کوکـائین یـا مهارکننـده‌های مونوآمین‌اکسـیداز (فورازولیدون ایزوکاربوکسازید، فنلزین سلجیلین ترانیل سیپرومین پروکاربازین .سابقه یا ابتلا به حساسیت آسم یا آمفی‌زم مشـکلات احتقـانی قلب بیماری قنـد؛ پرکاری تیروییـد؛ افسـردگی یا بیماری‌های کلیوی یا کبـدی اگر بیماری قنـد داریـد، پروپرانولول ممکن است قنـد خون شـما را افزایش دهـد و نیز ممکن است علایم افت قنـد خون را مخفی کند. اگر دچار حساسـیت باشـید با مصـرف پروپرانولول واکنش‌های حساسیتی‌تان ممکن است تشدید شود. هنگام مصرف پروپرانولول توصیه می‌شود به طور منظم به پزشـکتان مراجعه کنیـد تـا بهبودیتان را زیر نظر داشته‌باشـید. در مورد میزان فعالیت قابل قبول براساس وضـعیت بـدنی‌تان با پزشـکتان مشورت کنید. پروپرانولول ممکن است درد قفسه سـینه را کاهش دهد یا از آن جلوگیری کند و در نتیجه باعث شود تا از آن حد که برایتان بی‌خطر است فعال‌تر باشـید. که این خود موجب درد قفسه سـینه و علایم جدی دیگر می‌شود.وزن‌تان را نسبت به قـد و اسـتخوان‌بندی‌تان در یک محدوده مناسب نگه دارید. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشـکتان کمک بگیرید. اگر برای کاهش فشار خون پروپرانولول مصـرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شـما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید، از پزشکتان بخواهید شـما را به یک مشاور یا گروه ترک سـیگار معرف کند.الکل ننوشـید.از وضـعیت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرمتر بپوشید،چرا که پروپرانولول ممکن است شمارا به سرما حساستر کند.

قرص‌هـای طولانی رهش را یکجا ببلعیـد؛ آن‌ها را نشـکنید یا خرد نکنیـد. قرص‌های معمولی را در صورت مشـکل در بلع می‌توانید خرد کرده و با نصف قاشق مربا یا پودینگ مخلوط کنیـد. محلول خوراکی را با مقداری نوشـیدنی یا غذای نیمه جامد مخلوط کرده سپس استفاده کنید.

برای روزهـای تعطیـل مقـدارکافی دارو در دسترس داشـته باشـید. یک برگه شـناسایی پزشـکی که نشان دهـد پروپرانولول مصـرف می‌کنید به همراه داشته باشید.

پزشـکان دیگر را از اینکه پروپرانولول مصـرف می‌کنیـد مطلع سازیـد؛ زیرا ممکن است بر روی برخی آزمون‌های آزمایشـگاهی اثر بگـذارد یـا موجب بروز واکنش به دنبال تزریقات مربوط به حساسـیت‌زدایی شود. پروپرانولول را دور از دسترس کودکان و دور از گرمـا، نورمسـتقیم و حرارت مرطـوب نگه داریـد (در این شـرایط پروپرانولـول فاسـد می‌شود). هنگـام مصـرف پروپرانولول نبایـد تا مشخص‌شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل ساز شد، با پزشکتان مشورت کنید.بدون مشورت با پزشکتان دارویی مصرف کنید؛ به ویژه داروهای محرک و داروهای سرفه یا سرماخوردگی که بدون تجویز پزشک قابل تهیه هستند.

PENTOXIFYLLINE

در مورد این دارو پنتوکسـیفیلین برای درمان بیماری عروق محیطی تجویز می‌شود. این دارو درد شـبه اسپاسم در ماهیچه‌های ساق پا را که در اثر خونرسـانی ضـعیف به ماهیچه‌هـای پـا ایجـاد می‌شـود، کـاهش می‌دهـد. ممکن است چنـد هفته طول بکشـد تـا اثرات پنتوکسـیفیلین ظاهر شود. باوجودیکه این دارو علایم بیماری را کاهش می‌دهـد، اما جایگزینی برای هرگونه مداخلات جراحی لازم

مثل بای‌پس یا برداشتن انسداد شریانی نمی‌باشد. چگونگی مصرف پنتوکسیفیلین معمولاً روزی ۳ نوبت آنهم همراه غذا (برای جلوگیری از ناراحتی معده مصرف می‌شود. قرص‌ها را درسته ببلعید؛ آن‌ها را نشکنید، خرد نکنید و نجوید. مهم است که دارو هر روز رأس ساعت معینی مصرف شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده‌است نوبت را فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر مصرف پنتوکسیفیلین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بی‌نظمی ضربان قلب درد قفسه سینه خواب‌آلودگی گرگرفتگی غش تشویش شدید، یا تشنج علایمی که ممکن است رخ دهند ولی فقط اگر مشکل ساز شوند نیاز است به اطلاع پزشک برسند عبارتند از: سرگیجه سردرد، تهوع یا استفراغ یا احساس ناراحتی در معده موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف پنتوکسیفیلین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به پنتوکسیفیلین یا داروهای دیگر. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقاد (رقیق کننده‌های خون نظیر وارفارین ؛ داروهای ضدپلاکتی (دیپیریدامول ؛ سایمتیدین داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل دیفلونیزال فنوپروفن ایندومتاسین مفتامیک اسید، فنیل بوتازون و سولینداک ؛ داروهای ضد تشنج (دیوالپروئکس والپروئیک‌اسید)؛ یا گشادکننده‌های برونشی (گزانتین‌ها) سابقه یا ابتلا به هر مشکل بدنی که با افزایش خطر خونریزی همراه باشد، یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی عادت به مصرف توتون یا تنباکو. نیکوتین رگ‌های خونی را تنگ می‌کند، بنابراین مشکلی را که به خاطرش پنتوکسیفیلین تجویز شده بدتر خواهد کرد. هنگام مصرف پنتوکسیفیلین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد.پیش از مصرف هر نوع دارویی اعم از داروهای مجاز بدون نسخه ویتامین‌ها و داروهای گیاهی با پزشکتان مشورت کنید. یک برگ شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد پنتوکسیفیلین مصرف می‌کنید. پنتوکسیفیلین را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (پنتوکسیفیلین در این شرایط فاسد می‌شود). پنتوکسیفیلین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف پنتوکسیفیلین نباید سیگار بکشید. نیکوتین رگ‌های خونی را تنگ می‌کند. مصرف دارو را به یکباره قطع کنید. اول با پزشکتان مشورت کنید.

PENICILLIN – G

در مورد این داروپنی‌سیلین جی (G) یک آنتی‌بیوتیک رایج است این دارو برای درمان انواع گوناگونی از بیماری‌های عفونی مثل عفونت‌های بافت نرم و تنفسی ناشی از باکتری‌ها مصرف می‌شود. همچنین این دارو می‌تواند از تب روماتیسمی جلوگیری کند.چگونگی مصرف پنی‌سیلین جی (G) باید با شکم خالی یک ساعت قبل یا دو ساعت پس از غذا، خورده شود تا بهتر جذب شود. نوشابه‌های گازدار یا اسیدی (مثل آب پرتقال جذب این آنتی‌بیوتیک را کاهش می‌دهند. بهتر است پنی‌سیلین جی (G) در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقی بماند. مثلاً، اگر لازم است روزی ۴ نوبت پنی‌سیلین جی (G) مصرف کنید، هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح . اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه دارویی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید، علایم‌تان ممکن است مجدداً عود کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید. مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیر عادی اسهال شدید یا اسهال خفیف

و مداوم افزایش تب دل پیچه بثورات جلدی سردرد، تهوع و استفراغ گلودرد یا سوزش زبان خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به پنی‌سیلین جی (G) آنافیلاکسی است که نیاز به توجه و مراقبت فوری پزشکی دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدی یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند؛ یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را متوقف ساخته با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف پنی‌سیلین جی (G) ، پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سلین‌ها، سفالوسپورین‌ها) بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی استروئیدی (مثل ایبوپروفن آسپیرین ، داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، متوترکسات داروهای نقرس (پروبنسید)، داروهای کاهنده کلسترول خون (کلستیرامین کلستیپول ، و آنتی‌بیوتیک‌های دیگر (آمینوگلیکوزیدها، اریترومایسین تتراسایکلین‌ها) هنگام مصرف پنی‌سیلین‌جی (G) توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. اگر کلستیرامین یا کلستیپول مصرف می کنید پنی‌سیلین جی (G) را یک ساعت قبل یا دو ساعت پس از مصرف آنها بخورید (این دو دارو از داروهای کاهنده کلسترول خون هستند). برای کمک به جلوگیری از اسهال به دنبال مصرف این دارو، ماست بخورید.پنی‌سیلین جی (G) را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط پنی‌سیلین جی (G) فاسد می‌شود). سوسپانسیون پنی‌سیلین جی (G) را پس از آماده کردن در یخچال نگهداری کنید؛ و قبل از مصرف آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید.از قطره‌چکان یا پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز استفاده از این دارو احساس بهبود نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید.هنگام مصرف پنی‌سیلین جی (G) نباید از این دارو به دیگران بدهید؛ آنها ممکن است نسبت به این دارو واکنش حساسیتی نشان دهند.

دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

PENICILLIN – V

در مورد این داروپنی‌سیلین وی (V) یک آنتی‌بیوتیک رایج است این دارو برای درمان انواع گوناگونی از بیماری‌های عفونی مثل عفونت‌های بافت نرم و تنفسی ناشی از باکتری‌ها مصرف می‌شود. همچنین این دارو می‌تواند از تب روماتیسمی جلوگیری کند. چگونگی مصرف پنی‌سیلین وی (V) را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. بهتر است پنی‌سیلین وی (V) در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح آن در خون ثابت باقی بماند. مثلاً، اگر لازم است روزی ۴ نوبت پنی‌سیلین وی (V) مصرف کنید، هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح . اگر این زمانبندی با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه دارویی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید، علایم‌تان ممکن است مجدداً عود کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید. مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیر عادی اسهال شدید یا اسهال خفیف و مداوم افزایش تب دل پیچه بثورات جلدی سردرد، تهوع و استفراغ گلودرد یا سوزش زبان خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک پاسخ حساسیتی نادر به پنی‌سیلین وی (V) آنافیلاکسی است که نیاز به توجه و مراقبت فوری پزشکی دارد.

از آنجائیکه آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم‌ها؛ بثورات جلدی یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند؛ یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دارو را متوقف ساخته با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط‌در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف پنی‌سیلین وی (V) ، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سلین‌ها، سفالوسپورین‌ها) بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی استروئیدی (مثل ایبوپروفن آسپیرین ، داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، متوترکسات داروهای نقرس (پروبنسید)، قرص‌های ضد بارداری حاوی استروژن (پنی‌سیلین وی (V) ممکن است اثر این قرص‌ها را کاهش دهد).هنگام مصرف پنی‌سیلین وی (V) توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. پس از اتمام دوره مصرف پنی‌سیلین وی (V) حداقل تا یک دوره ماهانه کامل از یک وسیله جلوگیری اضافی نظیر کاندوم یا ژل‌های اسپرم‌کش نیز استفاده کنید. برای کمک به جلوگیری از اسهال به دنبال مصرف این دارو، ماست بخورید.پنی‌سیلین وی (V) را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط پنی‌سیلین وی (V) فاسد می‌شود). سوسپانسیون پنی‌سیلین وی (V) را پس از آماده کردن در یخچال نگهداری کنید؛ و قبل از مصرف آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از قطره‌چکان یا پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز استفاده از این دارو احساس بهبود نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف پنی‌سیلین وی (V) نباید از این دارو به دیگران بدهید؛ آنها ممکن است نسبت به این دارو واکنش حساسیتی نشان دهند.

دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

TAMOXIFEN

در مورد این داروتاموکسیفن یک داروی ضد سرطان است که برای درمان سرطان پستان تجویز می‌شود. در مواردی که سرطان به سایر نقاط بدن نیز پخش شده باشد، استفاده می‌شود. این دارو به ویژه بر روی سرطان هایی که با استرژون تحریک می‌شوند مؤثر می‌باشد. چگونگی مصرف تاموکسیفن معمولاً- روزی دوبار تجویز می‌شود. مهم است که دارو راس ساعت معینی مصرف شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، نوبت فراموش شده را رها کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و برنامه دارویی معمولتان را پیش بگیرید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر مصرف تاموکسیفن را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: لرزش دست عدم تعادل در هنگام راه رفتن گیجی تاری دید؛ افزایش درد استخوان حساسیت شکمی زردی پوست یا چشم‌ها؛ تنگی نفس درد یا تورم پاها؛ ضعف یا خواب آلودگی زن‌ها باید تغییر در ترشحات واژن خونریزی از واژن یا درد یا احساس فشار در ناحیه لگن را به پزشکان اطلاع دهند. علایم زیر ممکن است رخ دهند. اگر مشکل‌ساز شدند پزشکتان را مطلع سازید: گرگرفتگی ترشحات از واژن خارش در ناحیه تناسلی و افزایش وزن در خانم‌ها و کاهش میل جنسی یا ناتوانی جنسی در مردان هر دو جنس ممکن است دچار سردرد، تهوع و استفراغ خفیف و بثورات جلدی شوند. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف تاموکسیفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به تاموکسیفن یا داروهای دیگر، مواد غذایی نگهدارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه آنتی اسیدها، سایمتیدین فاموتیدین رانیتیدین یا استروژن‌ها. سابقه یا ابتلا به آب مروارید، اختلالات بینایی یا خونی هنگام مصرف تاموکسیفن توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. پزشکی که این دارو را تجویز می‌کند باید در شیمی درمانی با تجربه باشد. ممکن است لازم باشد قبل و در طی درمان

با تاموکسیفن به طور دوره‌ای توسط یک چشم پزشک ازنظر وضعیت سلامت چشم‌ها معاینه شوید.قرص‌های پوشش‌دار را درسته ببلعید؛ آن‌ها را نشکنید و خرد نکنید. تاموکسیفن را با غذا مصرف کنید تا معده‌تان ناراحت نشود. اما حتی در صورت مشکل برای معده نیز دارو را قطع نکنید. اگر پس از مدت کوتاهی از خوردن تاموکسیفن استفراغ می کنید، با پزشکتان مشورت کنید. تا ۲-۱ ساعت پس از مصرف قرص‌های پوشش دار تاموکسیفین آنتی اسید نخورید.در زن‌ها از روش‌های ضدبارداری غیر هورمونی استفاده کنید، زیرا در طی درمان باروری افزایش می‌یابد. اگر مشکوک به بارداری هستید فوراً به پزشکتان اطلاع دهید.پیش از انجام هرگونه جراحی یا درمان‌های دیگر سایر پزشکان را از اینکه تاموکسیفن مصرف می کنید مطلع سازید. یک برگه شناسایی به همراه داشته باشید که نشان دهد تاموکسیفن مصرف می کنید. تاموکسیفن را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط تاموکسیفن فاسد می‌شود).تاموکسیفن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف تاموکسفن نباید پیش از هماهنگی و مشورت با پزشکتان مصرف دارو را قطع کنید.

TRIAMTEREME HYDROCHLOROTIAZIDE

TRIAMTEREME HYDROCHLOROTIAZIDE

در مورد این دارو تریامترن هیدروکلروتیازید یک داروی مُدر رایج است این دارو مقدار مایعات دفعی از طریق ادرار را افزایش می‌دهد؛ در نتیجه با کاهش مایعات در گردش خون از فشار خون می کاهد. کاهش فشار خون خود موجب کاهش بار کاری قلب و شریان‌ها [سرخرگ‌ها] می‌شود. بالا باقی ماندن فشار خون به سرخرگ‌های مغز، قلب و کلیه‌ها آسیب می‌زند؛ که این آسیب خطر سکته مغزی نارسایی قلبی و نارسایی کلیوی را افزایش می‌دهد. هیدروکلروتیازید همچنین موجب دفع برخی مواد شیمیایی مثل سدیم و پتاسیم از بدن می‌شود. تریامترن به هیدروکلروتیازید اضافه می‌شود تا از دفع پتاسیم جلوگیری کند و آن را در بدن نگاه دارد. چگونگی مصرف برای جلوگیری از ناراحت شدن معده تریامترن هیدروکلروتیازید را می‌توان با غذا یا شیر خورد. سعی کنید دارو را هر روز ساعت معینی مصرف کنید تا فراموشش نکنید. اگر روزی یک نوبت تریامترن هیدروکلروتیازیدبرایتان تجویز شده است بهتر است دارو را اول روز یا وقتی که به توالت دسترسی دارید مصرف کنید. اگر به سبب خرید یا کاری خارج از خانه مصرف دارو را به تعویق انداخته‌اید، دارو (یا نوبت آخر دارو) را پیش از ساعت ۴ بعداز ظهر بخورید. این کمک می کند تا شب هنگام مجبور نشوید برای ادرار کردن از خواب برخیزید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: واکنش‌های حساسیتی (بثورات جلدی ؛ خشکی دهان تشنگی شدید؛ ضربان قلب نامنظم گرفتگی‌های عضلانی تهوع یا استفراغ خستگی یا خواب‌آلودگی شدید؛ درد یا سوزش معده کبودی یا خونریزی غیرعادی مدفوع سیاه و قیری لکه‌های قرمز روی پوست دفع خون در ادرار یا مدفوع درد مفصلی کمردرد؛ زردی چشم‌ها یا پوست موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف تریامترن هیدروکلروتیازید، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به تریامترن هیدروکلروتیازید یا دیگر داروهای مُدر تیازیدی داروهای حاوی سولفور؛ بومتانید؛ فوروسماید؛ یا داروهای مُدر دیگر نظیر مهارکننده‌های کربنیک آینداز (استازولامید)بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگوکسین لیتیم ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مهارکننده‌های آنزیم مبدل آنژیوتانسین (مثل کاپتوپریل ، سیکلوسپورین شیر کم نمک مواد حاوی پتاسیم اسیدفولیک داروهای پایین آورنده کلسترول خون (کلستیرامین کلتیپول ، یا داروهای پرفشاری خون سابقه یا دچار بالا- بودن پتاسیم خون نوروپاتی دیابتی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف تریامترن هیدروکلروتیازید توصیه می‌شود دارو را مطابق تجویز پزشک مصرف کنید. در

مورد لزوم احتمالی کاهش وزن ترک سیگار، برنامه ورزشی یا تغییرات در برنامه غذایی (مثلاً کاهش مصرف نمک با پزشکتان مشورت کنید. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. هر هفته (یا طبق زمانبدی مورد نظر پزشکتان فشار خون و وزنتان را اندازه‌گیری کرده در یک دفترچه یادداشت کنید تا در هر ملاقات آنها را به پزشکتان نشان دهید. اگر روش اندازه‌گیری فشار خون را نمی‌دانید از یک پزشک یا پرستار بخواهید آن را به شما بیاموزد. هرگونه افزایش یا کاهش وزن به مقدار ۲/۵ کیلوگرم را که طی یک هفته ایجاد شده باشد به اطلاع پزشکتان برسانید. پیش از مصرف هر داروی دیگر، حتی داروهای مجاز بدون نسخه یا داروهای گیاهی با پزشکتان مشورت کنید.از مواجهه بدون محافظت با نور خورشید بپرهیزید. از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر و استفاده از وسایل برنزه کننده اجتناب کنید. هنگام مواجهه با آفتاب از یک کرم ضد آفتاب با قدرت محافظتی ((اِس پی اِف حداقل ۱۵ برای حفاظت مناطق در معرض نور استفاده کنید. هیدروکلروتیازید موجب حساسیت پوست به نور آفتاب می‌شود که می‌تواند منجر به آفتاب سوختگی شدید یا تغییر رنگ پوست در نواحی‌ای از پوست که در معرض آفتاب می‌باشد، گردد.

تریامترن هیدروکلروتیازید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط هیدروکلروتیازید فاسد می‌شود). تریامترن هیدروکلروتیازید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف تریامترن هیدروکلروتیازید نابداز حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا نشسته به ایستاده سریع تغییر وضعیت دهید. برای جلوگیری از سیاهی رفتن چشم یا احساس غش به آرامی تغییر وضعیت دهید.الکل بنوشید، مدت طولانی سرپا بمانید، یا در هوای گرم ورزش کنید؛ چرا که ممکن است دچار سیاهی رفتن چشم یا غش شوید.حتی در صورت احساس بهبودی دارو را قطع کنید. این دارو بیشتر نقش کنترل کننده دارد تا نقش درمانی و ممکن است لازم باشد برای مدتی طولانی آن را مصرف کنید اگر سؤالی در مورد داروهایتان دارید از پزشکتان بپرسید.

TIMOLOL

در مورد این دارو تیمولول به علل گوناگونی مثل کاهش فشارخون درد قلبی پیشگیری از سردردهای میگرنی و درمانی بی‌نظمی ضربان قلب تجویز می‌شود. همچنین برای جلوگیری از دومین حمله قلبی در افرادی که یک بار دچار حمله قلبی شده‌اند، کاربرد دارد. ممکن است برای درمان بیماری‌های دیگری نیز پزشکتان این دارو را تجویز نماید؛ تیمولول با مسدودکردن برخی پیام‌های عصبی به بخش‌های خاصی از بدن عمل می‌کند؛ به همین علت آن را یک مسدودکننده بتا می‌شناسند. با مسدودکردن این پیام‌ها، تیمولول به قلب کمک می‌کند تا منظم‌تر بزند و در نتیجه بار کاری قلب کاهش یابد. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از تیمولول برای علل مختلف تجویز می‌شود. تیمولول معمولاً روزی دو نوبت مصرف می‌شود. مهم است که دارو را هر روز سر ساعت معینی بخورید. تیمولول را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از خوردن تیمولول نبضتان را بشمارید و فشارخونتان را اندازه بگیرید (اگر این کار را بلد نیستید از یک پرستار یا پزشک بخواهید تا آن را به شمار بیاموزد). اگر نبضتان زیر ۶۰ در دقیقه یا فشارخون سیستولی (عدد بالایی اگر از ۹۰ میلی‌متر جیوه بود، پیش از خوردن داروی آن روز با پزشکتان مشورت کنید. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آورید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو دوبرابر نکنید و دارو را بدون هماهنگی با پزشکتان قطع نکنید. با قطع مصرف تیمولول ممکن است در معرض خطر یک حمله قلبی باشید. در اکثر مواردی که تیمولول تجویز می‌شود، بیماری را مهار می‌کند و نه درمان و این بدین معناست که ممکن است لازم باشد چندین سال یا تا پایان زندگی آن را مصرف کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم نادر ولی جدی زیر، مصرف تیمولول را قطع کرده با

پزشـکتان تماس بگیرید: اشـکال در تنفس تنگی نفس یا خس خس سـینه سـرد شدن کف دست و پا؛ ضـربان قلب زیر ۶۰ در دقیقه سرگیجه یـا سـیاهی رفتن چشم در هنگـام بلنـد شـدن از حالت خوابیـده یا نشسـته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۱/۵ کیلوگرم در ۴۸–۲۴ ساعت ؛ افسـردگی گیجی یا توهم (شـنیدن دیدن یا احساس چیزهایی که وجود ندارد)؛ درد قفسه سینه مفاصل یـا کمر؛ تب گلودرد؛ بثورات جلـدی یـا هرگونه کبودی یـا خونریزی غیرعـادی نشانه‌های زیر تا هنگام عادت کردن بـدنتان با دارو ممکن است مشاهده شوند: خواب‌آلودگی خسـتگی مشـکل در خوابیدن اضطراب یبوست یا اسهال کابوس یا کاهش توانای جنسی اگر این علایم ادامه یافتند یا مشـکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشـکتان در میان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف تیمولول پزشـکتان را مطلع سازیـد: حساسـیت به تیمولول یـا دیگر داروهـای مسدودکننـده بتـا بارداری و شیردهی مصـرف داروهـای دیگر، به ویژه تزریقات حساسیت‌زدایی کافئین داروهای آسم (آمینوفیلین دیفلین اکستریفیلین تئوفیلین ، داروهـای دیـابت (انسولین داروهـای خوراکی پایین‌آورنـده قنـد)، دیگر داروهـای کاهنـده فشارخون (مسدودکننـده‌های کانال‌های کلسـیمی کلونیـدین گوانـابنز)، کوکائین یا مهارکننـده‌های مونوآمین‌اکسـیداز (فورازولیـدن ایزوکاربوکسازیـد، فنلزین پروکاربازین سلژیلین ترانیل سیپرومین .سابقه یا ابتلا به حساسیت آسم یا آمفیزیم مشکلات احتقانی قلب بیماری قند؛ پرکاری تیرویید؛ افسردگی یا بیماری‌های کلیوی یا کبـدی اگر بیماری قنـد داریـد، تیمولول ممکن است قنـدخون شـما را افزایش دهد و نیز ممکن است علایم افت قنـدخون را مخفی کنـد. اگر دچار حساسیت باشـید با مصـرف تیمولول واکنش‌های حساسـیت شـما ممکن است تشدیـد شود. هنگـام مصـرف تیمولول توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشـکتان مراجعه کنیـد تـا بهبودیتـان را زیرنظر داشته باشـد.در مورد میزان فعالیت قابل قبول براساس وضـعیت بـدنیتان با پزشـکتان مشورت کنیـد تیمولول ممکن است درد قفسه سـینه را کاهش دهد یا از آن جلوگیری کنـد و در نتیجه بـاعث شود تـا از آن حـد که برایتـان بی‌خطر است فعـال‌تر باشـید. که این خود موجب درد قفسه سـینه و علاـیم جـدی دیگر می‌شود. وزنتـان را نسـبت به قـد و اسـتخوان‌بندیتان در یـک محـدوده مناسب نگاه داریـد. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشکتان کمک بگیرید. اگر برای کاهش فشارخون تیمولول مصرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنیـد. از پزشـکتان درخواست کنیـد دسـتورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شـما را به یک متخصـص تغذیه معرفی کنید. الکل ننوشـید. از وضـعیت خوابیده به نشسـته یا ایسـتاده و یا از حالت نشسـته به ایسـتاده آرام تغییر وضـعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید. در هوای سرد لباس گرم‌تر بپوشید، چرا که تیمولول ممکن است شما را به سرما احساس‌تر کند.

برای روزهای تعطیل مقدار کافی دارو در دسترس داشـته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد تیمولول مصرف می‌کنید بـه همراه داشـته باشـید. پزشـکان دیگر را از ایـن کـه تیمولـول مطلع سازیـد؛ زیرا تیمولـول ممکـن اسـت برروی برخی آزمون‌هـای آزمایشـگاهی اثر بگـذارد هنگام مصـرف تیمولول نبایـد تا مشـخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنیـد. اگر خواب‌آلودگی یا سـرگیجه مشـکل‌ساز شـد، با پزشـکتان مشورت کنید. بدون مشورت با پزشـکتان دارویی مصـرف کنید؛ به ویژه داروهای محرک و داروهای سرفه یا سرماخوردگی که بدون تجویز پزشک قابل تهیه هستند.

GEMFIBROZIL

در مـورد ایـن داروجمفیبروزیـل دارویی اسـت که برای پـایین آوردن کلسـترول لیپوپروتئین کم‌چگـال (LDL) وتری‌گلسـیریدها و افزایش سـطح لیپوپروتئین پرچگال (LDL) درخون اسـتفاده می‌شود. بنـابراین جمفیبروزیـل دارویی است که به جلوگیری از بیماری عروقی کرونری کمک می‌کند. این دارو بالا بودن سطح کلسترول خون را درمان نمی‌کند، بلکه فقط شرایط را کنترل می‌کند. برای افزایش تأثیر این دارو باید از دسـتورات پزشـکتان مبنی‌بر کاهش دریافت اسیدهای چرب اشباع و کلسترول از طریق غذاها، پرداختن به ورزش به مقـدار کـافی کـاهش وزن تـا رسـیدن به وزن مطلـوب و ترک سـیگار (اگر سـیگاری هستیـد) پیروی کنیـد. چگـونگی

مصرف جمفیبروزیل باید روزی ۲ بار، ۳۰ دقیقه پیش از صبحانه و شام خورده شود. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید، مصرفش کنید. مگر اینکه تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده باشد. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف جمفیبروزیل را قطع کرده با پزشکتان مشورت کنید: شکم درد شدید همراه با تهوع و استفراغ (سنگ کیسه صفرا)؛ درد عضلانی یا خستگی غیرعادی سرفه تب یا لرز؛ یا کمردرد. علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط اگر مشکل‌ساز شوند باید به اطلاع پزشک برسند: اسهال نفخ یبوست سوزش سردل تهوع سرگیجه سردرد یا بثورات جلدی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف جمفیبروزیل پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به جمفیبروزیل بارداری یا شیردهی‌در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه لووستاتین یا ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین سابقه یا ابتلا به مشکلات کیسه صفرا، سنگ کیسه صفرا، یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی‌هنگام مصرف جمفیبروزیل توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر ظرف ۳ ماه درمان با این دارو پاسخی مشاهده نشود، پزشک معمولاً دارو را قطع می‌کند. از دستورات تغذیه‌ای و دیگر توصیه‌های پزشکتان پیروی کنید. پیش از هرگونه جراحی و نیز کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از اینکه این دارو را مصرف می‌کنید مطلع سازید. جمفیبروزیل را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط جمفیبروزیل فاسد می‌شود).جمفیبروزیل تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان توالت دور بریزید. هنگام مصرف جمفیبروزیل نبایدنباید پیش از مشورت با پزشکتان دارو را قطع کنید. در صورت قطع دارو چربی‌های خونتان ممکن است به شدت افزایش یابند.

DOXYCYCLIN

در مورد این دارو داکسی‌سایکلین یک داروی ضد باکتریایی رایج می‌باشد که بر درمان عفونت‌های گوناگون از قبیل آکنه (جوش ، عفونت گوش میانی سایر عفونت‌های پوست و بافت نرم برونشیت سینوزیت سینه پهلو (پنومونی ، عفونت‌های دستگاه ادراری و نیز عفونت‌های کلامیدیایی سیفلیس و گنوره‌ای استفاده می‌شود. چگونگی مصرف داکسی‌سایکلین را می‌توان با شکم خالی (یک ساعت قبل یا ۲ ساعت پس از غذا)، یا با غذا مصرف کرد؛ دارو باید با یک لیوان پر از آب و در حالت غیردرازکش خورده شود تا معده را ناراحت نکند. اگر معده ناراحت شود، دارو را باید با غذا مصرف کرد. بهرحال داکسی‌سایکلین نباید ظرف ۳-۱ ساعت از مصرف داروهای دیگر خورده شود. اگر نوع سوسپانسیون آن را مصرف می‌کنید، شیشه دارو را پیش از مصرف به خوبی تکان دهید. از پیمانه مدرج داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. کپسول‌های دیررهش باید یکجا بلعید و شکستن خردکردن یا جویدن آن‌ها ممنوع است بهتراست داکسی سایکلین طی شبانه روز در نوبت‌های با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح خونی آن ثابت باقی بماند. برای مثال اگر قرار است دارو را روزی ۲ بار مصرف کنید، باید هر ۱۲ ساعت مصرف شود (مثلاً ۶ صبح و ۶ شب یا ۷ صبح و ۷ شب . اگر این بار برنامه کاری یا خواب شما تداخل می‌کند، از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر به شما کمک کند. دارو باید سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. چنانچه پیش از اتمام دارو، مصرف آن را قطع کنید علایم‌تان ممکن است عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه یاد آورید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: افزایش حساسیت به نور؛ تکرار ادرار؛ تشنگی شدید؛ خستگی غیر عادی درد شکمی تهوع و استفراغ زردی چشم‌ها و پوست سردرد؛ تغییرات بینایی برجسته شدن ملاج‌ها در شیرخواران علایم دیگری نیز ممکن است روی‌دهند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه عدم تعادل سیاهی‌رفتن چشم دل‌پیچه اسهال یا تهوع و استفراغ افزایش

حساسیت به نور آفتاب رشد بیش از حد قارچی (خارش مناطق تناسلی یا مقعد و انتهای روده زخم‌های دهانی یا روی زبان . موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف دیلتیازم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به‌داکسی‌سایکلین تتراسایکلین‌های دیگر، یا داروهای بیحس موضعی مثل لیدوکائین

بارداری یا شیردهی (تجویز داکسی‌سایکلین برای کودکان زیر ۸ سال ممنوع است .در حال مصرف داروهای دیگر به ویژه آنتی‌اسیدها، مکمل‌های کلسیم مکمل‌های آهن داروهای حاوی منیزیم کلستیرامین یا کلستیپول یا قرص‌های ضدبارداری ابتلا به یا سابقه دیابت بی‌مزه یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف داکسی‌سایکلین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو تا انتها مصرف کنید تا عفونتتان درمان شده از عود جلوگیری شود. روزی ۸ لیوان آب بنوشید، مگر اینکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. از نور خورشید بین ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعد از ظهر و از لامپ‌های آفتای و وسایل برنزه کننده اجتناب کنید. مناطق در معرض نور را با کرم‌های ضدآفتاب با قدرت محافظت‌کنندگی (SPF) حداقل ۱۵ بپوشانید. اگر قرص ضدبارداری مصرف می‌کنید، درحین استفاده از داکسی سایکلین یک روش جلوگیری دیگر را به تنهایی یا در کنار قرص ضدبارداری بکارگیرید.اگر ظرف ۳ روز درمان با داکسی‌سایکلین احساس بهبودی نداشتید با پزشکان مشورت کنید.داکسی‌سایکلین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (داکسی‌سایکلین در این شرایط فاسد می‌شود). داکسی‌سایکلین تاریخ مصرف گذشته را دور بریزید. این دارو وقتی فاسد شود سمی می‌شود. هنگام مصرف دیلتیازم نباید شیر، محصولات لبنی آنتی‌اسید، مکمل کلسیمی مکمل آهن یا ملین‌های حاوی منیزیم مصرف‌کنید. این مواد غذایی یا داروها را حداقل ۲ ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از مصرف داکسی‌سایکلین استفاده کنید. تا پیش از مشخص‌شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا بخواهید کاری انجام دهید که نیاز به هوشیاری کامل دارد.

دارو را پیش از اتمام آن قطع کنید، مگر به دستور پزشک

DIAZEPAM

در مورد این دارو دیازپام برای تسکین اضطراب اختلالات خواب و اختلالات هراس تجویز می‌شود. این دارو همچنین به‌عنوان ضد تشنج و شل‌کننده ماهیچه اسکلتی استفاده می‌شود.چگونگی مصرف دیازپام بسته به شرایط متفاوت و در افراد متفاوت با مقادیر متفاوتی تجویز می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. شکل‌های مایع دیازپام را می‌توان با غذاهای مایع یا نیمه جامد مثل پوره مخلوط کرده نگذارید دیازپام مایع یخ بزند. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظمتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر، مصرف دیازپام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افت قوای ذهنی خواب‌آلودگی شدید؛ تکلم نامفهوم ضربان قلب کند؛ تنگی‌نفس عدم تعادل بثورات جلدی گلودرد؛ تب لرز؛ کبودی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشمان از دست رفتن حافظه بی‌خوابی اضطراب یا تحریک‌پذیری دیازپام می‌تواند اعتیادآور باشد، و علایم ترک دارو ممکن است در صورت قطع ناگهانی آن روی دهد؛ علایم ترک دارو عبارتند از: گیجی افت قوای ذهنی دردهای شکمی افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور و صدا، یا احساس سوزن‌سوزن شدن یا گزگز. اگر می‌خواهید مصرف دیازپام را قطع کنید با پزشکتان تماس بگیرید تا شاید این کار تدریجی انجام گیرد. علایم زیر ممکن است مشاهده شوند اما فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند نیاز به گزارش دارند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب سریع و شدید، یا لرزش موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف دیازپام

پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به دیازپام بنزودیازپین‌های دیگر، یا هرگونه ماده غذایی رنگ‌های خوراکی یا نگه‌دارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، داروهای ضدافسردگی یا داروهای ضدتشنج سابقه اعتیاد به الکل یا مواد مخدر، گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، میاستنی‌گراویس بیماری انسدادی ریوی مزمن شدید، یا آمفی‌زم یا ابتلا به این موارد. هنگام مصرف دیازپام توصیه می‌شود به پزشکتان به‌طور منظم مراجعه کنید تا بهبود شما را زیر نظر داشته باشد.تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در رانندگی و کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد با مصرف این دارو دچار خواب‌آلودگی و افت سطح هوشیاری می‌شوند.در صورت شک به مصرف بیش از حد دارو، بلافاصله تقاضای کمک پزشکی کنید. اگر در هنگام مصرف دیازپام دچار افکار یا احساسات عجیب شدید با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد دیازپام مصرف می‌کنید. دیازپام را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط دیازپام فاسد می‌شود). دیازپام تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف دیازپام نباید داروهای آرامبخش دیگری مصرف کنید. الکل بنوشید. دیازپام را به‌عنوان قرص خواب مصرف کنید، مگر اینکه برنامه شما اجازه دهد ۸-۷ ساعت خواب داشته باشید؛ در غیر این صورت ممکن است تا بی‌اثر شدن دارو خواب‌آلوده باشید و فراموشکار شوید.

DIPHENHYDRAMINE

در مورد این دارو دیفن‌هیدارمین از داروهای بدون نیاز به نسخه است که به‌عنوان آنتی‌هیستامین هم مورد تجویز قرار می‌گیرد. این دارو یک آنتی‌هیستامین است که برای درمان یا پیشگیری مواردی نظیر علایم ناشی از حساسیت‌ها (آبریزش بینی سرفه خارش و قرمزی چشم خارش بدن ، سرماخوردگی‌ها (عطسه آبریزش بینی سرفه ، پارکینسونیسم (لرزش حرکات غیرارادی ، بیماری حرکت سرگیجه تهوع یا استفراغ و بی‌خوابی تجویز می‌شود. دیفن‌هیدرامین همچنین یکی از ترکیبات داروهای گوناگونی است که برای تسکین سرفه و سرماخوردگی در هنگام مصرف می‌شوند. نام تجاری دیفن‌هیدارمین بنادریل است چگونگی مصرف دیفن‌هیدارمین را می‌توان با غذا، آب یا شیر مصرف کرد تا معده را ناراحت نکند. اگر برای پیشگیری از بیماری حرکت این دارو را مصرف می‌کنید، دارو را حداقل ۳۰ دقیقه (ترجیحاً ۲-۱ ساعت پیش از شروع سفر مصرف کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید، مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. از دو برابر کردن مقدار دارو بپرهیزید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: گلودرد و تبی که با بیماری‌ای که به‌خاطرش دیفن‌هیدارمین مصرف می‌کنید بی‌ارتباط باشد؛ کبودی یا خونریزی غیرطبیعی خستگی یا ضعف شدید؛ خشکی شدید دهان بینی یا گلو؛ کاهش مهارت‌های حرکتی یا مشکل در حفظ تعادل تاری دید؛ ادرار کردن مشکل یا دردناک برافروختگی یا قرمزی صورت کابوس توهمات (دیدن شنیدن یا حس کردن چیزی که وجود ندارد)؛ یا تشنج کودکان و افراد مسن ممکن است با مصرف این دارو دچار سراسیمگی بی‌قراری و هیجان شوند؛ در این صورت پزشکتان را مطلع سازید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف دیفن‌هیدرامین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر (به ویژه آنتی‌هیستامین‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای آرامبخش خواب تشنج مسکن‌ها، شل‌کننده‌های عضلانی یا داروهای دل‌پیچه (داروهای آنتی‌کولینرژیک . ابتلا یا سابق بزرگی پروستات مشکل در ادرار کردن انسداد گردن مثانه گلوکوم زاویه بسته هنگام مصرف دیفن‌هیدرامین توصیه می‌شود از مصرف الکل داروهای خواب یا آرامبخش‌ها بپرهیزید؛ این داروها اثرات تخدیری دیفن‌هیدارمین را افزایش می‌دهند.انتظار خواب‌آلودگی را داشته باشید. پیش از اقدام به رانندگی یا کار با وسایل خطرناک از

واکنش بدنتان نسبت به این دارو مطمئن شوید. دیفن‌هیدارمین ممکن است روی سطح هوشیاری شما تأثیر بگذارد. برای رفع خشکی دهان آدامس بجوید یا آب‌نبات بمکید. اگر خشکی دهان بیش از ۲ هفته ادامه یافت با پزشکتان مشورت کنید. دیفن‌هیدارمین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیفن‌هیدارمین فاسد می‌شود). از منجمد کردن شکل شربت این دارو بپرهیزید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف دارو احساس بهبودی نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید.هنگام مصرف دیفن‌هیدرامین نبایددارو را پس از تاریخ انقضایش مصرف کنید.

DICLOFENAC

در مورد این دارو دیکلوفناک یک داروی ضد التهابی غیر استروئیدی رایج است این دارو برای تسکین درد و کاهش التهاب آرتریت روماتوئید و استئوآرتریت (آرتروز) در بالغین تجویز می‌شود. قرص‌های سریع رهش آن برای کاهش درد سردردهای عروقی مشکلات قاعدگی و حمله‌های حاد و نقرس و دیگر مشکلات التهابی غیر روماتوئید مصرف می‌شود.چگونگی مصرف قرص‌های دیکلوفناک را باید با غذا و یک لیوان پر از آب مصرف کرد. پس از خوردن دیلکوفناک برای جلوگیری از تحریک و آزار مری تا ۱۵ تا ۳۰ دقیقه نباید دراز کشید. قرص‌های طولانی رهش دیکلوفناک باید درست بلعیده شوند و خردکردن شکستن یا جویدن آنها صحیح نمی‌باشد. اگر روزی یک قرص دیلکوفناک مصرف می‌کنید، و یک نوبت را فرموش کرده‌اید، در صورتی که بیش از ۸ ساعت تا نوبت بعدی زمان دارید می‌توانید نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیراینصورت نوبت فراموش شده را حذف کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر روزی چند نوبت دیلکوفناک مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را می‌توانید بلافاصله پس از به یادآوردنش مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده باشد، نوبت فراموش شده را رها کنید و برنامه دارویی عادیتان را از پی بگیرید. مقدار دارو را دو برابر نکنید هشدارها و عوارض جانبی درصورت بروز هریک از علایم زیر مصرف دیلکوفناک را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی یا خواب‌آلودگی شدید؛ سیاهی رفتن چشم گیجی افسردگی سوزش سردل یا سوءهاضمه بی‌اشتهایی تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه قیری یا خونی اسهال علایم شبه آنفلوآنزا (لرز، تب دردهای عضلانی ، به ویژه اگر درست قبل از یا همراه بثورات جلدی رخ دهند؛ تنگی نفس یا اشکال در تنفس سرفه کمردرد؛ ادرار کدر، خونی یا صورتی تورم صورت یا پاها یا اندام تحتانی افزایش وزن سردرد شدید، سفتی گردن و کمر؛ کبودی یا خونریزی غیرعادی بثورات جلدی خارش کهیر، یا ضایعات تاولی زردی چشم‌ها یا پوست صدای زنگ در گوش تاری دید؛ زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان وجود نداشته و ناشی از مشکلی که به خاطرش دیکلوفناک مصرف می‌کنید نباشد.افراد مسن‌تر بیشتر در معرض خطر مشکلات گوارشی و خونریزی هستند. یک پاسخ حساسیتی نادر به دیکلوفناک آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی نیاز دارد. آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند. بلافاصله پس از بروز تورم لب‌ها و اطراف چشم کهیر یا بروز تورم‌های پوستی ضربان قلب تند، یا خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس مصرف دیکلوفناک را قطع‌کرده با یک مرکز خدمات اظطراری پزشکی تماس بگیرید. علایم دیگری نیز ممکن است رخ دهد ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند باید با پزشک درمیان گذاشته شوند؛ این علایم عبارتند از: اضطراب تشویش سرگیجه سیاهی‌رفتن چشم سردرد خفیف مشکل در به خواب‌رفتن خشکی دهان دل پیچه خفیف نفخ و تولید گاز بیش از حد، یا اسهال یا یبوست موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف دیکلوفناک پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به آسپرین یا دیگر داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی‌بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی (مثل ناپروکسن ، آسپرین ضد انعقادها (رقیق کننده‌های خون نظیر وارفارین ، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین هال ، داروهای ضدسرطان (متوترکسات پلیکامایسین ، سیکلوسپورین لیتیوم پروبنسید (یک داروی نقرس ، تریامترن (یک داروی مدر)، و والپروئیک اسید یا

دیوالپروئکس مصرف سه قوطی یـا بیشتر مشـروبات الکلی در روزابتلاـ به یا سابقه پولیپ‌های بینی مرتبط با آسپیرین زخم یا التهاب در دسـتگاه گوارش پرفشاری خون هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی‌دهنده نارسایی مغز استخوان زخم‌های دهانی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصـرف دیکلوفناک توصـیه می‌شود برچسب روی دارو را مطالعه کرده از دسـتوراتش پیروی کنید. برچسب سایر داروهای مجاز بـدون نسـخه را بخوانید تا مطمئن شوید حاوی داروهای ضدالتهابی غیر استروئیدی (مثل آسپرین یا ایبوپروفن یا داروهایی که با دیکلوفناک تداخل ایجاد می‌کنند نباشد. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید. پیش از انجام هرگونه عمل جراحی یـا کارهـای دندانپزشـکی دیگر پزشـکان را از اینکه دیکلوفنـاک مصـرف می‌کنیـد مطلع سازیـد. در صورت بروز خشـکی دهان از آدامس‌ها و آب نبات‌های بـدون قند و نوشیـدن آب برای کاهش آن اسـتفاده کنید.اگر حساسـیت به نور دارید از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعـد از ظهر اجتناب کنیـد و مناطق در معرض نور آفتاب را با کرم‌های ضـد آفتاب با قـدرت محافظتی حداقل (SPF ۱۵) بپوشانیـد. دیکلوفنـاک را دور از دسـترس کودکـان دور از گرمـا، نور مسـتقیم یـا حرارت مرطوب نگهـداری کنیـد (در این شـرایط دیکلوفنـاک فاسـد می‌شود) دیکلوفنـاک تاریـخ مصرف گذشـته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزیـد. هنگام مصـرف دیکلوفنـاک نبایدمشـروبات الکلی بنوشیـد. زیرا احتمـال آسـیب به معـده بیشتر خواهـد شـد. تا مشـخص‌شدن پاسخ بـدنتان به دارو رانندگی یا در فعالیت‌های خطرناک شرکت کنید. این دارو در برخی از افراد موجب گیجی سرگیجه یا خواب‌آلودگی می‌شود.

DIGOXIN

در مـورد ایـن دارو دیگوکسـین برای افزایش قـدرت قلـب به عنـوان تلمبه تجـویز می‌شـود. این دارو بـا بهبـود تعـداد ضـربان قلب و ضرباهنگ آن چنین تأثیر می‌گذارد. در نتیجه گردش خون بهبود یافته و علایم ناشـی از وضعیت بد کارکرد قلب مثل تنگی نفس و تورم دست‌ها و پاها کاهش می‌یابد.چگونگی مصـرف دیگوکسین معمولاً روزی یک بار تجویز می‌شود. مهم است که دارو هر روز در ساعت یکسانی مصـرف شود. معمولاً بهتر است که صـبح‌ها ناشـتا خورده شود تا کمتر فراموش شود. البته اگر عادت داریـد برای صبحانه غلات برشـته بخورید، مراقب باشید دیگوکسین را حداقل یک ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از صبحانه مصرف کنید. (سبوس موجود در این غلات به دیگوکسـین متصل شده از جذب آن جلوگیری می‌کند). هر روز پیش از مصـرف دیگوکسـین نبضتان را به یک دقیقه بشـمارید. اگر این کار را بلد نیستید از یک پزشک یا پرسـتار بخواهید آن را برای شـما بیاموزد. اگر نبضـتان ۶۰ دقیقه یا کمتر بود، پیش از مصـرف داروی آن روز، با پزشـکتان مشورت کنیـد، اگر دیگوکسـین مایع مصـرف می‌کنیـد فقط از قطره چکان مخصوصـی که در جعبه دارو موجود است برای انـدازه‌گیری مقـدار موردنظر اسـتفاده کنیـد. از دسـتورات پزشـکتان به دقت پیروی کنیـد. اگر یک نوبت را فراموش کردیـد، اگر ظرف ۴ ساعت به یاد آوریـد مصـرفش کنید. در غیراینصورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردیـد. مقـدار دارو را دو برابر نکنیـد. اگر به هر دلیل دارو را برای دو یا چند نوبت متوالی مصرف نکرده‌اید پیش از آغاز مجدد دارو با پزشکان مشورت کنید. هشدارها و عوارض جانبی درصورت بروز هریک از نشانه‌های زیر مصـرف دیگوکسـین را قطع کرده و با پزشـکتان تماس بگیرید: بی اشتهایی اسهال تهوع استفراغ گیجی تاری دید (مشاهده یک هـاله زرد متمایل به سبز اطراف چراغ‌ها)، تورم دست‌ها و پاها، تنگی نفس افزایش وزن ناگهانی ۱/۵ کیلوگرم در ۲۴ ساعت ، تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه ، یا نبض زیر ۶۰ در دقیقه موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصـرف دیگوکسـین پزشـکتان را مطلع سازید: حساسـیت به دیگوکسین باداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهـای دیجیتـالیس یـا داروهـای قلبی دیگر. (آمیودارون مسدودکننـده‌های کانـال کلسـیمی پروپـافنون کینیـدین ؛ داروهای پرفشاری خون ؛ مهارکننده‌های اشتها (قرص‌های کاهش وزن آمفتامین‌ها)؛ داروهای آسم سرفه سرماخوردگی و سینوزیت داروهای کاهش کلسترول خون (کلستیرامین کلستیپول ؛ داروهای مدر و داروهایی که موجب دفع پتاسیم از بدن می‌شوند؛ و داروهای حاوی

پتاسیم سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف دیگوکسین توصیه می‌شود به طور مستقیم به پزشکان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد دیگوکسین مصرف می‌کنید. دیگوکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیگوکسین فاسد می‌شود). دیگوکسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. قرص‌های ۲۵٪ میلی گرم دیگوکسین کوچک و سفید بوده شبیه برخی قرص‌های مدر می‌باشند. مراقب باشید آنها را با هم اشتباه نکنیدگوکسین DIGOXIN

در مورد این دارو دیگوکسین برای افزایش قدرت قلب به عنوان تلمبه تجویز می‌شود. این دارو با بهبود تعداد ضربان قلب و ضرباهنگ آن چنین تأثیر می‌گذارد. در نتیجه گردش خون بهبود یافته و علایم ناشی از وضعیت بد کارکرد قلب مثل تنگی نفس و تورم دست‌ها و پاها کاهش می‌یابد.چگونگی مصرف دیگوکسین معمولاً روزی یک بار تجویز می‌شود. مهم است که دارو هر روز در ساعت یکسانی مصرف شود. معمولاً بهتر است که صبح‌ها ناشتا خورده شود تا کمتر فراموش شود. البته اگر عادت دارید برای صبحانه غلات برشته بخورید، مراقب باشید دیگوکسین را حداقل یک ساعت قبل یا ۲ ساعت بعد از صبحانه مصرف کنید. (سبوس موجود در این غلات به دیگوکسین متصل شده از جذب آن جلوگیری می‌کند). هر روز پیش از مصرف دیگوکسین نبضتان را به یک دقیقه بشمارید. اگر این کار را بلد نیستید از یک پزشک یا پرستار بخواهید آن را برای شما بیاموزد. اگر نبضتان ۶۰ دقیقه یا کمتر بود، پیش از مصرف داروی آن روز، با پزشکتان مشورت کنید، اگر دیگوکسین مایع مصرف می‌کنید فقط از قطره چکان مخصوصی که در جعبه دارو موجود است برای اندازه‌گیری مقدار موردنظر استفاده کنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر ظرف ۴ ساعت به یاد آورید مصرفش کنید. در غیراینصورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. اگر به هر دلیل دارو را برای دو یا چند نوبت متوالی مصرف نکرده‌اید پیش از آغاز مجدد دارو با پزشکان مشورت کنید. هشدارها و عوارض جانبی درصورت بروز هریک از نشانه‌های زیر مصرف دیگوکسین را قطع کرده و با پزشکتان تماس بگیرید: بی اشتهایی اسهال تهوع استفراغ گیجی تاری دید (مشاهده یک هاله زرد متمایل به سبز اطراف چراغ‌ها)، تورم دست‌ها و پاها، تنگی نفس افزایش وزن ناگهانی ۱/۵ کیلوگرم در ۲۴ ساعت ، تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه ، یا نبض زیر ۶۰ در دقیقه موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف دیگوکسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به دیگوکسین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر؛ به ویژه دیگر داروهای دیجیتالیس یا داروهای قلبی دیگر. (آمیودارون مسدودکننده‌های کانال کلسیمی پروپافنون کینیدین ؛ داروهای پرفشاری خون ؛ مهارکننده‌های اشتها (قرص‌های کاهش وزن آمفتامین‌ها)؛ داروهای آسم سرفه سرماخوردگی و سینوزیت داروهای کاهش کلسترول خون (کلستیرامین کلستیپول ؛ داروهای مدر و داروهایی که موجب دفع پتاسیم از بدن می‌شوند؛ و داروهای حاوی پتاسیم سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف دیگوکسین توصیه می‌شود به طور مستقیم به پزشکان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد دیگوکسین مصرف می‌کنید. دیگوکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیگوکسین فاسد می‌شود). دیگوکسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. قرص‌های ۲۵٪ میلی گرم دیگوکسین کوچک و سفید بوده شبیه برخی قرص‌های مدر می‌باشند. مراقب باشید آنها را با هم اشتباه نکنید. بهتر است هیچگاه قرص‌های مختلف را داخل یک ظرف مخلوط نکنید.هنگام مصرف دیگوکسین نبایدشکل دارو، مثلاً قرص و کپسول را تغییر دهید. زیرا اگرچه تعداد دارو یکسان باشد، اشکال مختلف دارویی به مقادیر متفاوتی جذب می‌شوند. اگر در حال مصرف یک داروی مدر دفع کننده پتاسیم از بدن هستید، مکمل پتاسیم خود را حذف کنید. اگر بدنتان پتاسیم کافی نداشته باشد، ممکن است

مسمومیت با دیگوکسین رخ دهد. اگر نمی‌توانید مکمل پتاسیمی مصرف کنید از پزشکان بخواهید نوع دیگری از دارو را به شما تجویز کند.

ید. بهتر است هیچگاه قرص‌های مختلف را داخل یک ظرف مخلوط نکنید.هنگام مصرف دیگوکسین نبایدشکل دارو، مثلاً قرص و کپسول را تغییر دهید. زیرا اگرچه تعداد دارو یکسان باشد، اشکال مختلف دارویی به مقادیر متفاوتی جذب می‌شوند. اگر در حال مصرف یک داروی مدر دفع کننده پتاسیم از بدن هستید، مکمل پتاسیم خود را حذف کنید. اگر بدنتان پتاسیم کافی نداشته باشد، ممکن است مسمومیت با دیگوکسین رخ دهد. اگر نمی‌توانید مکمل پتاسیمی مصرف کنید از پزشکان بخواهید نوع دیگری از دارو را به شما تجویز کند.

DILTIAZEM

در مورد این دارو دیلتیازم در موارد بسیاری تجویز می‌شود، مثل کاهش فشارخون در پرفشاری خون تسکین درد قلبی در قفسه سینه (آنژین صدری ؛ و ضربان قلب نامنظم و لرزش دست پزشکان ممکن است در شرایط دیگری نیز دیلتیازم تجویز کنند. این دارو از طریق مسدودکردن ورود کلسیم به داخل سلول‌ها عمل می‌کند؛ به همین علت آن را یک داروی مسدود کننده کانال کلسیمی می‌نامند. این خاصیت مسدودکنندگی باعث می‌شود تا مقدار کلسیم در سلول‌های قلبی و رگ‌های خونی کاهش می‌یابد، که موجب کاهش ضربان قلب و گشادی عروق (رگ‌ها) می‌شود. بنابراین فشار خون پایین آید، جریان خون افزایش می‌یابد، و بار کاری قلب کاهش پیدا می‌کند. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از دیلتیازم برای موارد گوناگون تجویز می‌شود. مهم است که دارویتان را هر روز در ساعت یکسانی مصرف کنید. شکل‌های طولانی اثر دیلتیازم روزی یک بار مصرف می‌شود. و بهتر است صبح ناشتا خورده شود تا فراموش نشود. در مواردی که روزی چند نوبت دیلتیازم تجویز می‌شود، باید سعی کنید که مطمئن شوید همه نوبت‌ها را بخورید. دیلتیازم را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هر روز پیش از مصرف دیلتیازم نبضتان را برای یک دقیقه بگیرید. اگر بلد نیستید از یک پرستار یا پزشک بخواهید روش آن را به شما بیاموزد. اگر نبضتان ۵۰ در دقیقه یا کمتر بود، قبل از مصرف دوز بعدی دیلتیازم با پزشکتان مشورت کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آوردید، مصرفش کنید.در مواردی که دارو را روزی یک بار مصرف می‌کنید اگر کمتر از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر دیلتیازم را روزی چند بار مصرف می‌کنید، اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده‌است نوبت فراموش شده را حذف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و پیش از هماهنگی و مشورت با پزشکتان مصرف دارو را قطع نکنید. برای قطع این دارو مقدار داروی مصرفی باید به تدریج کاهش داده شود. در اکثر مواردی که دیلتیازم تجویز می‌شود برای مهار بیماری است نه درمان آن بنابراین ممکن است مجبور باشید که آن را در سال‌ها یا حتی پایان عمر مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر مصرف دیلتیازم را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه ضربان قلب زیر ۵۰ در دقیقه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم پس از برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۱/۵ کیلو در ۴۸-۲۴ ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ لرزش دست و انگشتان دست سفتی عضلات بازو و ران مشکل در صحبت کردن یا بلعیدن از دست دادن تعادل بثورات جلدی افت قوای ذهنی تپش قلب (احساس حرکت سریع قلب در قفسه سینه . علایم زیر ممکن است تا تنظیم شدن بدنتان با دارو مشاهده شوند: سردرد، خواب آلودگی خستگی خشکی دهان برافروختگی و احساس گرمی تهوع یا یبوست یا اسهال اگر این علایم ادامه یافتند یا مشکل‌ساز شدند، موضوع را با پزشکان درمیان بگذرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از

موارد زیر پیش از مصرف‌دیلتیازم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به دیلتیازم یا دیگر داروهای مسدودکننده کانال کلسیم بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین استروئیدها، یا دیگر داروهای پرفشاری خون (مسدودکننده‌های بتا، کینیدین دیجوکسین دیسوپیرامید، فلکاینید، یا پروکاینامیدسابقه یا ابتلا به حساسیت فشارخون پایین حمله قلبی یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف دیلتیازم توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.در مورد یک سطح فعالیت بدنی بی‌خطر با پزشکتان مشورت کنید. دیلتیازم ممکن است درد قلبی را کاهش دهد یا آن را کاملاً رفع کند و شما درنتیجه بیشتر از مقدار قابل قبول فعالیت بدنی انجام دهید. وزنتان را نسبت به قد و استخوان‌بندی‌تان در محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز از پزشکتان بخواهید درکاهش وزن به شما کمک کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. به آرامی از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم نشوید. برای جلوگیری از مشکلات دندانی و لثه‌ای ناشی از این دارو بهداشت دهان خود را با مسواک زدن استفاده از نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید. قرص‌های طولانی رهش را درسته بخورید، از جویدن خردکردن یا شکستن آن‌ها خودداری کنید. اگر در بلعیدن قرص‌های معمولی دیلتیازم مشکل دارید آنها را خرد کرده با یک قاشق مربا مخلوط کرده مصرف کنید. داروی کافی برای روزهای تعطیل در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد دیلتیازم مصرف می‌کنید همراه داشته باشید. از آنجاییکه این دارو می‌تواند روی نتایج برخی آزمون‌های آزمایشگاهی اثر بگذارد، سایر پزشکان را از اینکه دیلتیازم مصرف می‌کنید، مطلع سازید. دیلتیازم را از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط دیلتیازم فاسد می‌شود). دیلتیازم تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف‌دیلتیازم نباید تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناکی که کار با آنها نیاز به هوشیاری کامل دارد کارکنید. اگر خواب آلودگی یا سرگیجه مشکل‌ساز شد با پزشکتان مشورت کنید.داروی دیگری (به ویژه محرک‌های بدون نیاز به نسخه و داروهای سرفه یا سرماخوردگی را بدون هماهنگی قبلی با پزشکتان مصرف کنید. بدون مشورت با پزشکتان شکل دارو را تغییر دهید. اشکال مختلف دیلتیازم به صورت‌های متفاوتی تجویز می‌شوند.

RANITIDINE

در مورد این دارورانیتیدین برای مهار ترشح اسید معده برای پیشگیری و درمان زخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری پس‌زنش معده ـ مری تجویز می‌شود. چگونگی مصرف رانیتیدین معمولاًـ روزی یک یا دو نوبت تجویز می‌شود. مقدار تجویزی بسته به شکل‌های دارویی (که قدرت‌های متفاوتی دارند) و علت مصرف فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. درمان با رانیتیدین معمولاً ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علایم ممکن است پس از یکی دو هفته کاملاً رفع شوند. حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. در اولین یا دومین هفته اگر هنوز درد داشتید می‌توانید از آنتی‌اسید استفاده کنید مشروط بر اینکه نوبت مصرف رانیتیدین و آنتی‌اسید بیش از یک ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشکتان را مطلع سازید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر رانیتیدین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بثورات جلدی خس خس سینه تنگی نفس احساس فشار در قفسه سینه گیجی ضربان قلب تند یا کند، گلودرد، کبودی یا خونریزی غیرعادی علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورت ایجاد مشکل باید گزارش شوند: یبوست اسهال سرگیجه

خواب‌آلودگی تهوع یا استفراغ کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف رانیتیدین ، پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به سایمتیدین رانیتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضدقارچ ، داروهای ضد دیابتی خوراکی داروهای ضد انعقاد، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدیپین متوپرولول پروکانیامید) فنی‌توئین (یک داروی ضد صرع ، یا الکل سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف رانیتیدین توصیه می‌شودبه طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از پزشکتان در مورد خوراکی‌های که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاً نوشابه‌های گازدار، قهوه آسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند. رانیتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسیدمعده تداخل ایجاد کند. در این موررانیتیدینRANITIDINE

در مورد این دارورانیتیدین برای مهار ترشح اسید معده برای پیشگیری و درمان رخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری پس‌زنش معده ـ مری تجویز می‌شود. چگونگی مصرف رانیتیدین معمولاًـ روزی یک یا دو نوبت تجویز می‌شود. مقدار تجویزی بسته به شکل‌های دارویی (که قدرت‌های متفاوتی دارند) و علت مصرف فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. درمان با رانیتیدین معمولاً ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علایم ممکن است پس از یکی دو هفته کاملاً رفع شوند. حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. در اولین یا دومین هفته اگر هنوز درد داشتید می‌توانید از آنتی‌اسید استفاده کنید مشروط بر اینکه نوبت مصرف رانیتیدین و آنتی‌اسید بیش از یک ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشکتان را مطلع سازید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر رانیتیدین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بثورات جلدی خس خس سینه تنگی نفس احساس فشار در قفسه سینه گیجی ضربان قلب تند یا کند، گلودرد، کبودی یا خونریزی غیرعادی علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورت ایجاد مشکل باید گزارش شوند: یبوست اسهال سرگیجه خواب‌آلودگی تهوع یا استفراغ کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف رانیتیدین ، پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به سایمتیدین رانیتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضدقارچ ، داروهای ضد دیابتی خوراکی داروهای ضد انعقاد، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدیپین متوپرولول پروکانیامید) فنی‌توئین (یک داروی ضد صرع ، یا الکل سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف رانیتیدین توصیه می‌شودبه طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از پزشکتان در مورد خوراکی‌های که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاً نوشابه‌های گازدار، قهوه آسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند. رانیتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسیدمعده تداخل ایجاد کند. در این مورد با پزشکتان مشورت کنید. رانیتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط رانیتیدین فاسد می‌شود).رانیتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت بریزید. هنگام مصرف رانیتیدین نباید الکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین نوبت مصرف رانیتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

د با پزشکتان مشورت کنید. رانیتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط رانیتیدین فاسد می‌شود).رانیتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت بریزید. هنگام مصرف رانیتیدین نباید الکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین

نوبت مصرف رانیتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

CIMETIDINE

در مورد این دارو سایمتیـدین برای مهار ترشح اسید معده برای پیشگیری و درمان زخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری وازنش معده ـ مروی تجویز می‌شود. چگونگی مصرف سایمتیدین معمولاً در ۴ نوبت (با هر وعده غذا و قبل از خواب ؛ گاهی در دو نوبت (صبح و قبل از خواب ؛ یا یک نوبت (قبل از خواب تجویز می‌شود. مقدار تجوزی دارو بسته به قدرت دارو و علت تجویز سایمتیدین فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقداری که برایتان تجویز شده مصرف نکنید. از دستوارت پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. درمان با سایمتیدین معمولاً ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علایم ممکن است پس از یکی دو هفته کاملاًـ رفع شوند. حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. در اولین یا دومین هفته اگر هنوز درد داشتید می‌توانید از آنتی‌اسید استفاده کنید مشروط بر اینکه نوبت مصرف سایمتیدین و آنتی‌اسید بیش از یک ساعت فاصله داشته باشد. اگر درد شما برگشت پزشکتان را مطلع سازید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، سایمتیدین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بثورات جلدی خس‌خس سینه تنگی نفس احساس فشار در قفسه سینه گیجی ضربان قلب تند یا کند، گلودرد، کبودی یا خونریزی غیرعادی علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورت ایجاد مشکل باید گزارش شوند: یبوست اسهال سرگیجه خواب‌آلودگی تهوع یا استفراغ سردرد، درد مفصلی یا ماهیچه‌ای ریزش مو، کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سایمتیدین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به سایمتیدین رانیتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضدقارچ ، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدیپین ، متوپرولول پروکاینامید، فنی‌توئین (یک داروی ضدتشنج ، ضدافسردگی‌های سه‌حلقه‌ای یا الکل سابقه یا ابتلا به بیماری کبدی یا کلیوی هنگام مصرف سایمتیدین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. از پزشکتان در مورد خوراکی‌هایی که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاًـ نوشابه‌های گازدار، قهوه آسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند.آنتی‌اسیدها را ۱ ساعت قبل یا بعد از مصرف سایمتیدین مصرف کنید.سایمتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسید معده تداخل ایجاد کند. در این مورد با پزشکتان مشورت کنید. سایمتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سایمتیدین فاسد می‌شود).سایمتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف سایمتیدین نبایدالکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین نوبت مصرف سایمتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

SERTRALINE

در مورد این دارو سرترالین یک داروی ضد افسردگی است این دارو برای کاهش علایم افسردگی نظیر تغییرات اشتها، تغییر در الگوی خواب تشویش و اضطراب از دست‌دادن کشش و تمایل به فعالیت‌های رومره کاهش میل جنسی تفکر کُند یا اختلال یا تمرکز، یا افکار خودکشی یا اقدام به آن تجویز می‌شود. سرترالین یک مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف سرترالین روزی یک نوبت مصرف می‌شود. این دارو را می‌توان صبح قبل از هر کاری (تا فراموش نشود) یا شب پیش از خوابیدن

مصـرف نمود. هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. برای جلوگیری از ناراحت شـدن معـده می‌توانیـد دارو را با غـذا بخوریـد. اگر یک نوبت را فراموش کردیـد، اگر حـداکثر تا یک ساعت بعد به یاد آوردیـد مصـرفش کنیـد؛ در غیر این صورت نوبت فراموش شـده را رهـا کرده به برنـامه دارویی معمولتـان بـاز گردیـد.هشـدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم نادر ولی جـدی زیر، مصـرف سـرترالین را قطع کرده با پزشک تماس بگیرید: تب بثورات جلـدی کهیر یا خارش یا احساس خارج از کنترل بودن علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط اگر مشـکل‌ساز شوند نیاز است با پزشـکتان درمیان گذاشـته شوند: کاهش اشتها یا کاهش وزن اضطراب تشویش بی‌قراری خواب‌آلودگی خشکی‌دهان تهوع اسهال یا یبوست ضربان قلب تند یا نامنظم مشکل در خواب رفتن کاهش میل یا توانایی جنسی احساس گرما یا حرارت برافروختگی یا قرمزی پوست افزایش اشتها؛ دل‌پیچه یا نفخ سردرد، یا تغییرات بینایی از جمله تاری دید.موارد احتیاط‌در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصـرف سـرترالین پزشـکتان را مطلع سازیـد: حساسـیت به سـرترالین یا دیگر مهارکننـده‌های بازجذب سـروتونین بارداری یا شیردهی‌مصـرف داروهای دیگر، به‌ویژه ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین ، الکل مسکن‌های تجویز شده توسط پزشک آرامبخش‌هـا، داروهـای ضـد افسـردگی شل‌کننـده‌های عضـلانی داروهـای ضـد تشـنج یـا مهارکننـده‌های مونـوآمین اکسـیداز نظیر فورازولیــدون ایزوکربوکسازیــد، فنلزیـن پروکاربــازین ســلژیلین یـا ترانیـل ســیپرومین مصــرف ســرترالین در حـالی کـه همزمـان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مصرف می‌کنید یا کمتر از ۲ هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید، ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهـانی دمای بـدن افزایش شدیـد فشارخون و بروز تشـنج شود. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی یا دچار سوءمصـرف موادمخدر. هنگام مصـرف سـرترالین توصـیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. ممکن است تا ۴ هفته طول بکشـد تا اثر دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در طی این مدت پزشـکتان را ملاقات کنید. به نظر برخی پزشکان مصرف این دارو افکار خودکشی را افزایش می‌دهد. در مورد هرگونه اقدامات احتیاطی لازم با پزشـکتان مشورت کنیـد. تا مشـخص شـدن پاسخ بدنتان به این دارو، هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سـطح هوشیاری می‌شود. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند اسـتفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیدا کرد با پزشکتان مشورت کنید. از حالت خوابیـده به نشسـته یا ایسـتاده و نشسـته به ایسـتاده به آرامی تغییر وضـعیت دهیـد؛ در غیر این صورت ممکن است دچار سـرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید. یک برگه شـناسایی پزشـکی که نشان دهد سرترالین مصرف می‌کنید، همراه داشته باشید. سرترالین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط سرترالین فاسد می‌شود). سرترالین تاریـخ مصـرف گذشـته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصـرف سـرترالین نبایدنوشابه‌های الکلی بنوشـید یا داروهـای آرامبخش اسـتفاده کنیـد؛ زیرا اینهـا خواب‌آلودگی و سـرگیجه‌ای را که ممکن است در اثر سـرترالین ایجاد شود، تشـدید خواهند کرد.

CEFADROXIL

در مورد این داروسفادروکسـیل یـک آنتی‌بیوتیـک سفالوسـپورینی است این آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان طیف وسـیعی از بیماری‌های عفونی نظیر عفونت‌هـای تنفسـی عفونت گوش میـانی عفونت پوست و بـافت نرم عفونت‌هـای اسـتخوانی یـا مفصـلی و عفونت‌هـای ادراری تناسـلی مؤثرند. این آنتی‌بیوتیک‌ها همچنین برای پیشـگیری از عفونت در افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند و در افرادی که به هر دلیل مستعد عفونت هسـتند اسـتفاده می‌شوند. چگونگی مصـرف سفادروکسـیل را می‌توان با شـکم خالی مصرف کرد. یـا می‌توان برای جلوگیری از دل بهم خوردگی آن را بـا غـذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هـای بـا فواصـل یکسـان در طی

شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است دوبار در روز مصرف شود، هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۸ صبح و ۸ شب . اگر این با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل ایجاد کند، در تعیین یک برنامه مناسب دارویی از پزشکان کمک بخواهید مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل مصرف شود. حتی اگر احساس بهبودی کنید: اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است علایم آن مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً به موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به (سفادروکسیل آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدی کهیر، یا تورم پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس‌خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سفادروکسیل پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها).بارداری یا شیردهی مصرف مشروبات الکلی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (مثل ایبوپروفن آسپیرین ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین پروبنسید (یک داروی درمان نقرس .

سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده همو فیلی کمبود پلاکتی کولیت (التهاب روده بزرگ یا بیماری‌های کلیوی و کبدی هنگام مصرف سفادروکسیل توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده و از عود بیماری جلوگیری شود. سفادروکسیل را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید. (در این شرایط سفادروکسیل فاسد می‌شود). بعد از تهیه سوسپانسیون دارو باید در یخچال نگهداری شود و ظرف ۲ هفته استفاده شود. پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف دارو احساس بهبودی نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفادروکسیل نبایدسفادروکسیل تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید.پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر طبق دستور پزشک

CEFACLOR

در مورد این دارو سفاکلور یک آنتی‌بیوتیک شبیه پنی‌سیلین است این دارو در درمان تعداد زیادی از بیماری‌ها از جمله عفونت‌های تنفسی عفونت گوش میانی عفونت‌های پوست و بافت نرم عفونت‌های استخوان یا مفصل و عفونت‌های ادراری تناسلی مؤثر است این آنتی‌بیوتیک همچنین برای پیشگیری از عفونت در بیماران پس از عمل جراحی یا افرادی که به هر دلیل مستعد عفونت هستند، استفاده می‌شود. چگونگی مصرف سفاکلور را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا برای جلوگیری از ناراحتی معده می‌توان آن را با غذا خورد. بهتر است که آنتی‌بیوتیک‌تان را در نوبت‌هایی با فواصل مساوی در طی شبانه‌روز مصرف کنید تا سطح خونی آنتی‌بیوتیک ثابت باشد. برای مثال اگر لازم است روزی ۳بار آن را مصرف کنید، نوبت‌ها باید هر ۸ ساعت باشند (مثلاً ۶ صبح ۲ بعدازظهر، ۱۰ شب . اگر این برنامه با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر به شما کمک کند. مهم است که دارو حتی در صورت احساس بهبودی به‌طور کامل مصرف شود. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید، ممکن است دچار عود علایم شوید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید، مصرف کنید. البته

اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان باز گردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های زیر با پزشکتان تماس بگیرید: خونریزی یا کبودی غیرعادی درد مفصلی کاهش برون‌ده ادراری اسهال دردهای شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روزی زبان یک واکنش نادر به سفاکلور آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی سریع پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها یا دور چشم بثورات جلدی کهیر، یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا اشکال در تنفس دارو را قطع کرده با یک مرکز خدمات پزشکی اورژانس تماس بگیرید. موارد احتیاط‌در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سفاکلور، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها).بارداری و شیردهی عادت به مصرف مشروبات الکلی در حال مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی (مثل ایبوپروفن و آسپیرین ، ضد انعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین ، و پروبنسید (یک داروی نقرس . سابقه یا ابتلا به مشکلات خونریزی دهنده (مثل زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی ؛ کولیت (التهاب روده بزرگ ؛ یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف سفاکلور توصیه می‌شودحتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود.سفاکلور را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سفاکلور فاسد می‌شود). سوسپانسیون باید پس از تهیه در یخچال نگهداری شود؛ ظرف ۱۴ روز مصرف شود. پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز پس از آغاز درمان با سفاکلور احساس بهبود ندارید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفاکلور نباید سفاکلور تاریخ مصرف گذشته مصرف کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشکتان

CEPHALEXIN

در مورد این دارو سفالکسین یک آنتی‌بیوتیک سفالوسپورین است این آنتی‌بیوتیک در درمان گروه زیادی از بیماری‌های عفونی مثل عفونت‌های تنفسی عفونت گوش میانی عفونت پوست و بافت نرم عفونت‌های استخوانی یا مفصلی و عفونت‌های ادراری تناسلی مؤثر می‌باشد. سفالکسین همچنین در جلوگیری از عفونت در افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند و افراد دیگری که به هر علت مستعد عفونت می‌باشند استفاده می‌شود.چگونگی مصرف سفالکسین را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا می‌توان برای جلویگری از دل بهم خوردگی آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل یکسان در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است ۴ بار در روز مصرف شود هر ۶ ساعت (۶ صبح ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب . اگر این برنامه با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل دارد، در تعیین یک برنامه زمانی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل استفاده شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است علایم‌تان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی و زبانی خارش و ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به سفالکسین آنافیلاکسی که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجایی که آنافیلاکسی با سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدی کهیر، تورم‌های

پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس‌خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سفالکسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر نظیر آنتی‌بیوتیک‌ها یا پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری یا شیردهی عادت به مصرف مشروب الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (مثل ایبوپروفن آسپیرین ، ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، پروبنسید (یک داروی درمان نقرس . ابتلاـ به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی و کمبود پلاکتی ؛ کولیت (التهاب روده بزرگ یا بیماری‌های کلیوی و کبدی یا سابقه هریک از موارد مذکور. هنگام مصرف سفالکسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود.سفالکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهدارید (در این شرایط سفالکسین فاسد می‌شود). پس از آماده کردن سوسپانسیون آن را باید در یخچال نگهداری کنید؛ سوسپانسیون در یخچال تا ۱۴ روز قابل استفاده است پیش از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید.از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز درمان با سفالکسین احساس بهبود نداشته‌اید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفالکسین نباید سفالکسین تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید.پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CEFUROXIME

در مورد این داروسفوروکسیم یک آنتی‌بیوتیک سفالوسپورینی است این آنتی‌بیوتیک در درمان تعداد زیادی از بیماری‌ها، مثل عفونت‌های تنفسی عفونت گوش میانی عفونت پوست و بافت نرم سینوزیت و عفونت‌های ادراری تناسلی مؤثر است سفوروکسیم همچنین برای جلوگیری از عفونت در بیمارانی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند و در افرادی که به هر علت مستعد عفونت هستند استفاده می‌شود. چگونگی مصرف قرص‌های سفوروکسیم را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا می‌توان برای جلوگیری از دل بهم خوردگی آن را با غذا خورد. البته سوسپانسیون خوراکی را بهتر است با شکم خالی حداقل ۲ ساعت پیش از غذا یا ۱ ساعت پس از غذا مصرف کرد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل یکسان در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است دو بار در روز مصرف شود، هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۸ صبح و ۸ شب . اگر این برنامه با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل دارد، در تعیین یک برنامه زمانی مناسب‌تر از پزشکتان کمک بگیرید. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل استفاده شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام داروی‌تان آن را قطع کنید ممکن است علایم‌تان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به سفوروکسیم آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد، از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم‌ها، بثورات جلدی کهیر، تورم پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس‌خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده و با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سفوروکسیم پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر به ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها).

بارداری یا شیردهی مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی (مثل ایبوپروفن و آسپیرین ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، پروبنسید (یک داروی درمان نقرس . ابتلا به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی و کمبود پلاـکتی ؛ کولیت (التهاب روده بزرگ یا بیماری‌های کلیوی و کبدی یا سابقه هریک از موارد مذکور. هنگام مصرف سفوروکسیم توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود.سفوروکسیم را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سفوروکسیم فاسد می‌شود). سوسپانسیون پس از تهیه باید در یخچال نگهداری شود و ظرف ۱۴ روز استفاده شود. پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر در بلعیدن قرص‌های سفوروکسیم مشکل داشتید، قرص‌ها را خرد کرده با کمی غذا مثل پودینگ شکلات مخلوط کنید؛ برای رفع مزه تلخ دارو نیز به دنبالش مقداری مایع طعم‌دار مثل آب پرتقال یا شیرکاکائو بنوشید.اگر ظرف ۳ روز از آغاز درمان با سفوروکسیم احساس بهبود ندارید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفوروکسیم نباید سفوروکسیم تاریخ مصرف گذشته را استفاده کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CEFIXIME

در مورد این داروسفیکسیم یک آنتی‌بیوتیک سفالوسپورینی است این آنتی‌بیوتیک‌ها در درمان طیف وسیعی از بیماری‌های عفونی باکتریایی مثل عفونت‌های تنفسی عفونت‌های پوست و بافت نرم و عفونت‌های استخوان یا مفاصل و عفونت‌های ادراری مؤثر می‌باشند. این آنتی‌بیوتیک همچنین ممکن است برای پیشگیری از ایجاد عفونت در افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند یا در دیگران که به هر علتی مستعد عفونت هستند، استفاده شوند.چگونگی مصرف سفیکسیم را می‌توان با شکم خالی مصرف کرد، یا می‌توان برای جلوگیری از دل بهم خوردگی آن را با غذا خورد. بهتر است دارو در نوبت‌هایی با فواصل یکسان در طی شبانه‌روز مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. مثلاً اگر قرار است دوبار در روز مصرف شود، هر ۱۲ ساعت (مثلاً ۸ صبح و ۸ شب . اگر این با فعالیت‌های کاری و خواب شما تداخل ایجاد می‌کند، در تعیین یک برنامه مناسب زمانی از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به‌طور کامل استفاده شود، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارویتان آن را قطع کنید ممکن است علایم‌تان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرف کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: کبودی یا خونریزی غیرعادی درد مفاصل اسهال درد شکمی تهوع و استفراغ زخم‌های دهانی یا زبانی خارش یا ترشح واژن یا پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان یک واکنش حساسیتی نادر به سفیکسیم آنافیلاکسی است که به مراقبت پزشکی فوری نیاز دارد. از آنجا که آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می‌کند، در صورت بروز تورم لب‌ها و دور چشم بثورات جلدی کهیر، یا تورم‌های پوستی تب غش ناگهانی ضربان قلب تند، یا خس خس سینه یا مشکل تنفسی بلافاصله مصرف آنتی‌بیوتیک را قطع کرده با یک مرکز خدمات اورژانس پزشکی تماس بگیرید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سفیکسیم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر، به‌ویژه آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین‌ها یا سفالوسپورین‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدالتهابی غیراستروییدی (مثل ایبوپروفن و آسپیرین ، ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون نظیر وارفارین ، و پروبنسید (یک داروی درمان نقرس . سابقه یا ابتلاـ به مشکلات خونریزی‌دهنده (نظیر زخم معده هموفیلی و کمبود پلاـکتی ؛ کولیت (التهاب روده بزرگ ؛ یا

بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف سفیکسیم توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی داروی تجویز شده را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود.سفیکسیم را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط سفیکسیم فاسد می‌شود). سوسپانسیون سفیکسیم بعد از تهیه نیازی به نگهداری در یخچال نـدارد. پیش از مصرف سوسپانسیون شیشه دارو را خوب تکان دهید.از پیمانه داخل جعبه برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. اگر ظرف ۳ روز از مصرف دارو احساس بهبودی نداشتید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سفیکسیم نباید سفیکسیم تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید. پیش از اتمام دارو آن را قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CIPROFLOXACIN

در مورد این دارو سیپروفلوکساسین یک داروی ضدمیکروبی رایج است که در درمان عفونت‌های گوناگون از قبیل عفونت پوست و بافت‌های نرم برونشیت سینه‌پهلو (پنومونی ، عفونت‌های دستگاه ادراری گاستروانتریت (اسهال شدید)، و نیز عفونت‌های کلامیدیایی و گنوره‌ای (مثل سوزاک به‌کار می‌رود. چگونگی مصرف سیپروفلوکساسین را می‌توان با شکم خالی همراه یک لیوان پر از آب مصرف کرد. اگر معده‌تان را ناراحت کرد آن را با غذا بخورید. بهتر است این دارو در طی شبانه‌روز در نوبت‌هایی با فواصل برابر مصرف شود تا سطح دارو در خون یکسان باقی بماند. مثلاً، اگر قرار است روزی ۲ بار آن را مصرف کنید، هر ۱۲ ساعت باید بخورید. اگر این زمانبندی با برنامه کار یا خواب شما تداخل داشت از پزشکتان بخواهید در تعیین یک برنامه مناسب‌تر به شما کمک کند. مهم است که دارو را سر وقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام سیپروفلوکساسین مصرفش را قطع کنید، علایمتان ممکن است عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی‌در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: اضطراب گیجی لرزش دست توهم رفتارهای غیرمنطقی بثورات جلدی یا خارش کمردرد، ادرار خونی یا کدر، تب یا تورم پاها یا ساق پا. علایم دیگری هم ممکن است مشاهده شوند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند. اینها عبارتند از: سرگیجه خواب‌آلودگی سیاهی رفتن چشم سردرد، بی‌خوابی درد شکمی (دل‌پیچه ، تهوع و استفراغ اسهال یا افزایش حساسیت به نور خورشید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سیپروفلوکساسین پزشکتان را مطلع سازید:
حساسیت به سیپروفلوکساسین یا دیگر داروهای ضدباکتریایی فلوروکینولون سن کمتر از ۱۸ سال بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه گشادکننده‌های برونشی (آمینوفیلین اکستریفیلین تئوفیلین ؛ آنتی‌اسیدها؛ قرص آهن سوکرالفات کافئین دیدانوزین یا ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین .سابقه یا ابتلا به بیماری‌های تشنجی کلیوی یا کبدی هنگام مصرف سیپروفلوکساسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبود، دارو را تا انتها مصرف کنید تا عفونت‌تان درمان شده از عود آن جلوگیری شود. روزی هشت لیوان آب بنوشید، مگر اینکه پزشکتان دستور دیگری داده باشد. سیپروفلوکساسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (سیپروفلوکساسین در این شرایط فاسد می‌شود). از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر و دستگاه‌های برنزه‌کننده اجتناب کنید. نواحی در معرض آفتاب پوست بدنتان را با یک کرم ضدآفتاب با قدرت محافظتی (اس‌پی‌اف حداقل ۱۵ بپوشانید. اگر ظرف ۳ روز از آغاز درمان با سیپروفلوکساسین احساس بهبودی ندارید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف سیپروفلوکساسین نباید داروهای آنتی‌اسید، سوکرالفات یا داروهای حاوی آهن را همزمان مصرف کنید. این داروها را حداقل ۶ ساعت قبل یا ۲ ساعت پس از سیپروفلوکساسین مصرف کنید. تا مشخص نشدن پاسخ بدنتان به دارو، رانندگی کنید یا اقدام به انجام کارهایی کنید که نیاز به هوشیاری دارد. این دارو ممکن است شما را خواب‌آلوده یا

گیج کند.

CISAPRIDE

در مورد این دارو سیساپراید برای درمان سوزش سر دل ناشی از بیماری پس‌زنش معدی ـ مروی و نیز تخلیه تأخیری معده تجویز می‌شود. چگونگی مصرف سیساپراید روزی ۴-۱ بار با یک لیوان پر از آب مصرف می‌شود. مقدار تجویزی دارو بسته به علت تجویز متفاوت است این دارو را معمولاً ۱۵ دقیقه پیش از غذا و هنگام خواب مصرف می‌کنند. برای جلوگیری از وازنش سیساپراید روزی یک بار هنگام خواب تجویز می‌شود. پیش از مصرف نوع سوسپانسیون آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار داروی مصرفی استفاده کنید. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. درمان با سیساپراید معمولاً در حدود ۸ هفته به طول می‌انجامد. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز تشنج دارو را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید. البته تشنج فقط در افرادی روی می‌دهد که از قبل سابقه اختلال تشنجی داشته باشند. علایم زیر ممکن است رخ دهند، اما فقط در صورت مشکل‌ساز شدن باید با پزشک در میان گذاشته شوند: خواب‌آلودگی احساس ناراحتی در شکم (دل بهم‌خوردگی ، یبوست اسهال نفخ افزایش تولید گاز در روده‌ها، تهوع سردرد، آبریزش بینی یا سینوزیت موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف سیساپراید، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به سیساپراید. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه الکل بنزودیازپین‌ها (آرامبخش‌ها، داروهای ضداضطراب ، شل کننده‌های عضلانی ، سایمتیدن رانیتیدین یا داروهایی که تخلیه معده را به تأخیر می‌اندازند

(مثل داروهای ضدافسردگی و داروهای آنتی‌کولینرژیک . سابقه یا ابتلا به اختلال تشنجی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف سیساپراید توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.الکل نوشابه‌های الکلی قهوه آسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات را کمتر مصرف

کنید، چرا که می‌توانند به معده شما آزار برسانند. از پزشکتان راجع به سایر مواردی که باید مصرفشان محدود شود، سؤال کنید. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی از افراد هنگام استفاده از این دارو دچار خواب‌آلودگی و افت هوشیاری می‌شوند.سیساپرپاید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط سیساپراید فاسد می‌شود).سیساپراید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف سیساپراید نبایدنوشیدنی‌های الکلی بنوشید.

POTASSIUM CHLORIDE

در مورد این دارو کلرید پتاسیم یک مکمل رایج برای درمان و جلوگیری از کاهش سطح پتاسیم در افرادی است که به سبب مصرف داروهای مُدر، برخی داروهای دیگر، یا برخی بیماری‌های خاص ممکن است دچار افت پتاسیم خون شوند. پتاسیم یک ماده شیمیایی است که برای عملکرد بدن ضروری است کاهش پتاسیم خون (هیپوکالمی موجب ضعف عضلانی و تغییرات الگوی الکتریکی قلب می‌شود.

چگونگی مصرف کلرید پتاسیم روزی ۴-۱ نوبت (بسته به تجویز پزشک پس از غذا یا همراه غذا خورده می‌شود. تمام نوبت‌های دارو در طی روز باید به‌طور کامل و سر ساعت معین مصرف شود. کلرید پتاسیم را با یک لیوان پر از آب بخورید و تا ۳۰ دقیقه

پس از آن دراز نکشید تا دچار تحریک و آسیب به معده نشوید. اکثر قرص‌های غیرجوشان یا کپسول‌های کلرید پتاسیم را باید درسته بلعید. اما برخی کپسول‌ها را می‌توان باز کرد و محتویاتش را داخل یک غذای نرم ریخت یا با آب‌میوه مخلوط کرد. محلول‌های خوراکی قرص‌های جوشان و شکل‌های پودری کلرید پتاسیم را باید به‌طور کامل در نصف لیوان آب یا آب‌میوه خنک حل کرد و طی ۱۰-۵ دقیقه به تدریج نوشید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: ضعف عضلات ضربان قلب کُند یا نامنظم خستگی غیرعادی گیجی گز گز یا بی‌حسی انگشتان دست پا، یا لب‌ها؛ مشکل در تنفس یا تنگی‌نفس سوزش سر دل مداوم درد بالای شکم استفراغ خونی یا اضطراب و تشویش بی‌دلیل موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کلرید پتاسیم پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به مکمل‌های حاوی کلرید پتاسیم بارداری مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه مهارکننده‌های آنزیم تبدیل‌کننده آنژیوتانسین داروهای ضدالتهابی غیراستروییدی داروهای مسدودکننده بتا، داروهای مُدِر نگهدارنده پتاسیم و مصرف شیر کم‌نمک این داروها ممکن است سطح پتاسیم خون را افزایش دهند. داروهایی که تخلیه معده را به تأخیر می‌اندازند، مانند داروهای آنتی‌کولینرژیک یا برخی داروهای ضدافسردگی خطر آسیب به معده را بیشتر می‌کنند.سابقه یا ابتلا به اسهال شدید یا مشکلات گوارشی نظیر زخم معده یا دوازدهه تنگی مری تخلیه تأخیری معده یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف کلرید پتاسیم توصیه می‌شود کلرید پتاسیم را درست طبق تجویز پزشک مصرف کنید، به ویژه اگر دیگوکسین و داروهای مُدر هم همزمان مصرف می‌کنید.با پزشکتان درباره توصیه‌های تغذیه‌ای مشورت کنید. بدون تأیید پزشکتان از جایگزین نمک شیر کم‌سدیم و دیگر مواد غذایی کم‌نمک (کم‌سدیم استفاده نکنید. این‌ها دارای مقادیر زیادی پتاسیم هستند و مصرف آنها موجب افزایش بیش از حد پتاسیم خون خواهد شد. به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است لازم باشد با انجام آزمایش خون سطح پتاسیم خون را به‌طور مرتبط زیر نظر بگیرید. پیش از مصرف یا قطع مصرف هر نوع دارو، حتی داروهای مجاز بدون نسخه یا داروهای گیاهی با پزشکتان صحبت کنید. کلرید پتاسیم را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط کلرید پتاسیم فاسد می‌شود). کلرید پتاسیم تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کلرید پتاسیم نباید بدون مشورت با پزشکتان از جایگزین نمک یا دیگر مواد غذایی کم‌نمک (کم‌سدیم استفاده کنید.

FAMOTIDINE

در مورد این دارو فاموتیدین برای مهار تشرح اسیدمعده برای پیشگیری و درمان زخم‌های معده و دوازدهه و نیز بیماری پس‌زنش معده ـ مری تجویز می‌شود. فاموتیدین یک مسدودکننده گیرنده H۲ (هیستامینی نوع دو) است چگونگی مصرف فاموتیدین را می‌توان با یا بدون غذا با شکم خالی مصرف کرد. معمولاً روزی یک یا دو نوبت تجویز می‌شود. مقدار تجویزی بسته به شکل‌های دارویی (که قدرت‌های متفاوتی دارند) و علت مصرف فرق می‌کند. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. درمان با فاموتیدین معمولاً حدود ۸ هفته ادامه می‌یابد، اگرچه علایم شما ممکن است پس از یک یا دو هفته رفع شود. حتی در صورت احساس بهبودی نیز مصرف دارو را دامه دهید. در هفته اول یا دوم اگر بازهم احساس درد داشتید، می‌توانید از آنتی‌اسیدها استفاده کنید، البته مشروط به اینکه حداقل یک ساعت بین نوبت دارویی و مصرف آنتی‌اسید فاصله باشد. اگر دردتان مجدداً عود کرد پزشکتان را مطلع سازید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر فاموتیدین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بثورات جلدی خس‌خس سینه تنگی نفس احساس فشار در قفسه سینه گیجی ضربان قلب تند یا کند، گلودرد

کبودی یا خونریزی غیرعادی علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورت ایجاد مشکل باید گزارش شوند: یبوست اسهال سرگیجه خواب‌آلودگی تهوع یا استفراغ کاهش میل جنسی یا تورم پستان‌ها موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فاموتیدین پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به رانیتیدین سایمتیدین فاموتیدین یا نیزاتیدین بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه کتوکونازول (یک داروی ضد قارچ ، داروهای ضد دیابت (داروهایی که قند خون را پایین می‌آورند)، ضد انعقادهای خوراکی (رقیق کننده‌های خون ، داروهای قلبی یا پرفشاری خون (نیفدیپین متوپرولول پروکاینامید)، فنی‌توئین (یک داروی ضد صرع ، یا الکل

سابقه یا ابتلا به بیماری کبدی یا کلیوی هنگام مصرف فاموتیدین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.از پزشکتان در مورد خوراکی‌هایی که باید در برنامه غذایی‌تان محدود شود راهنمایی بخواهید. مثلاً نوشابه‌های گازدار، قهوه آسپیرین و محصولات تهیه شده از مرکبات ممکن است برای معده شما مضر باشند.فاموتیدین ممکن است با آزمون‌های پوستی یا آزمون‌های اندازه‌گیری اسید معده تداخل ایجاد کند. دراین مورد با پزشکتان مشورت کنید. فاموتیدین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط فاموتیدین فاسد می‌شود). فاموتیدین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت بریزید.هنگام مصرف فاموتیدین نبایدالکل بنوشید. سیگار بکشید. سیگار تأثیر این دارو را کاهش می‌دهد. سیگار را ترک کنید یا حداقل بعد از آخرین نوبت مصرف فاموتیدین تا پایان روز سیگار نکشید.

FEXOFENADINE

در مورد این دارو فکسوفنادین یک آنتی‌هیستامین طولانی اثر رایج برای درمان علایم گوناگون عطسه خارش و قرمزی چشم آبریزش بینی و کهیر، حساسیت فصلی است چگونگی مصرف فکسوفنادین معمولاً روزی دوبار با یا بدون غذا مصرف می‌شود. برای آنکه مصرف دارو را فراموش نکنید بهتر است هرروز سر ساعت معینی آن را بخورید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید، مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: خشکی شدید دهان بینی یا گلو؛ سردرد؛ یا خواب‌آلودگی در یک شکل تجاری مقداری پسودوافدرین نیز (به عنوان ضداحتقان به صورت مخلوط با این دارو وجود دارد که ممکن است موجب علایم زیر شود: تشویش بی‌قراری بی‌خوابی تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه ، یا ضربان قلب تند. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فکسوفنادین ، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فکسوفنادین هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروهای دیگر (به ویژه سایر آنتی‌هیستامین‌ها). بارداری یا شیردهی عادت به مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای مضعف دستگاه عصبی (آرامبخش‌ها، داروهای خواب و صرع مسکن‌ها، شل کننده‌های عضلانی ؛ کتوکونازول (یک داروی ضدقارچ ؛ یا آنتی‌بیوتیک‌های ماکرولیدی (اریترومایسین . سابقه یا ابتلا به مشکلات کلیوی در مصرف نوع دارای پسودوافدرین سابقه یا ابتلاـ به پرفشاری خون بیماری قند، بیماری‌های قلبی یا پرکاری تیروئید. هنگام مصرف فکسوفنادین توصیه می‌شوداز مصرف الکل داروهای خواب یا آرامبخش‌ها اجتناب کنید؛ این‌ها اثرات تخدیری فکسوفنادین را افزایش می‌دهند.پیش از رانندگی یا کار با وسایل خطرناک از پاسخ بدنتان به فکسوفنادین مطمئن شوید. این دارو ممکن است روی میزان هوشیاری اثر بگذارد.اگر خشکی دهان مشکل ساز شد، از آدامس یا آب نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه کوچک آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از دو هفته باقی ماند با پزشکتان مشورت کنید.

فکسوفنادین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فکسوفنادین فاسد می‌شود). اگر ظرف ۵ روز درمان با فکسوفنادین احساس بهبودی ندارید، پزشکتان را مطلع سازید. هنگام مصرف فکسوفنادین نباید از ضد احتقان‌ها یا داروهای ضد سرفه یا سرماخوردگی که بدون نسخه قابل تهیه هستند استفاده کنید. دارو را پس از تاریخ انقضایش مصرف کرد.

FLUOXETINE

در مورد این داروفلوکستین یک داروی ضدافسردگی است این دارو برای تسکین علایم افسردگی و اختلالات وسواسی تجویز می‌شود. فلوکستین یک داروی مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف فلوکستین روزی یک نوبت مصرف می‌شود. این دارو را می‌توان صبح‌ها ناشتا (تا فراموش نشود) یا شب‌ها قبل از خواب مصرف کرد. مهم‌است که هرروز در ساعت معینی خورده شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. برای جلوگیری از ناراحتی معده می‌توان آن را با غذا خورد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، در صورتی که ظرف یک ساعت آن را به یاد آورید بلافاصله مصرفش کنید؛ در غیر اینصورت نوبت را فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر مصرف فلوکستین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: تب و لرز؛ درد مفاصل یا عضلات بثورات جلدی یا کهیر؛ مشکل در تنفس تشنج علایم افت قندخون (اضطراب گیجی خواب‌آلودگی عرق سرد، ضربان قلب سریع عدم تعادل لرزش بدن ضعف یا خستگی غیرعادی سردرد). علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شدند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: اضطراب تشویش خواب‌آلودگی خشکی‌دهان تهوع اسهال ضربان قلب تند یا نامنظم افزایش تعریق مشکل در به خواب‌رفتن احساس گرما یا حرارت برافروختگی یا قرمزی پوست افزایش اشتها، دل‌پیچه شکم‌درد یا نفخ یا مشکلات قاعدگی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فلوکستین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فلوکستین یا دیگر مهارکننده‌های بازجذب سروتین بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقادهای خوراکی (وارفارین دیگوکسین الکل مسکن‌های تجویزشده توسط پزشک آرامبخش داروهای ضدافسردگی شل‌کننده‌های عضلانی داروهای ضدتشنج یا مهار کننده‌های مونوآمین‌اکسیداز نظیر فورازولیدون ایزوکربوکسازید، فنلزین پروکاربازین سلژیلین یا ترانیل‌سیپرومین مصرف فلوکستین در حالیکه همزمان مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز مصرف می‌کنید یا کمتر از ۲ هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید، ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهانی دمای بدن افزایش شدید فشارخون و بروز تشنج شود. سابقه یا ابتلا به صرع بیماری قند، بیماری کلیوی یا کبدی اگر دچار بیماری قند هستید، ممکن است لازم شود مقدار انسولین یا داروهای خوراکی پایین‌آورنده قندخون که مصرف می‌کنید تغییر داده شود. هنگام مصرف فلوکستین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته‌باشد. ممکن است ۴ هفته طول بکشد تا از اثر دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در طی این مدت پزشکتان ار ملاقات کنید. به نظر برخی پزشکان مصرف این دارو افکار خودکشی را افزایش می‌دهد. در مورد هرگونه اقدامات احتیاطی لازم با پزشکتان مشورت کنید. تا مشخص‌شدن پاسخ بدنتان به این دارو، هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شود. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیداکرد با پزشکتان مشورت کنید. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید؛ در غیر اینصورت ممکن است دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید.یک برگ شناسایی پزشکی که نشان‌دهد فلوکستین مصرف می‌کنید، همراه

داشته باشید. فلوکستین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فلوکستین فاسد می‌شود). فلوکستین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف فلوکستین نباید نوشابه الکلی یا داروهای آرامبخش مصرف کنید.

FLUCONAZOLE

در مورد این دارو فلوکونازول یک داروی ضد قارچ است که برای عفونت‌های کاندیدایی دهان (برفک ، گلو، و واژن و دیگر عفونت‌های قارچی کمتر معمول تجویز می‌شود.چگونگی مصرف مقدار تجویزی فلوکونازول طول درمان و برنامه زمانی درمان براساس محل عفونت قارچی و پاسختان به دارو متفاوت است این دارو را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. اگر قرار است روزی یک نوبت فلوکونازول بخورید، می‌توانید صبح‌ها دارو را مصرف کنید تا آن را فراموش نکنید. پیش از مصرف سوسپانسیون خوراکی باید شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای اندازه‌گیری دارو در شکل سوسپانسیون از پیمانه داخل جعبه دارو استفاده کنید. مهم است که دارو را سروقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. اگر پیش از اتمام دارو و مصرفش را قطع کنید، علامت‌هایتان ممکن است عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: تب لرز؛ گلودرد؛ قرمزی پوست یا تاول از دست رفتن اشتها؛ مدفوع کمرنگ یا ادرار تیره معده درد؛ خستگی زردی چشم‌ها یا پوست خونریزی یا کبودی غیرعادی علایم دیگری نیز ممکن است رخ دهند، ولی فقط اگر مشکل‌ساز شوند لازم است با پزشک مطرح شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی سردرد، کاهش اشتها، تهوع اسهال یبوست یا دل‌پیچه موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فلوکونازول پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فلوکونازول یا دیگر داروهای ضد قارچ‌بارداری یا شیردهی‌مصرف بیش از سه قوطی مشروبات الکلی در روز مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه الکل آنتی‌اسیدها؛ اومپرازول سوکرالفات داروهای ضد زخم معده (سایمتیدین یا رانیتیدین ؛ داروهای ضد دیابت خوراکی کاربامازپین سیکلوسپوزین داروهای ضد سل (ایزونیازید، ریفامپین ؛ فنی‌توئین داروهای ضد انعقاد (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین .

سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کلیوی یا کبدی و یا الکلیسم (اعتیاد به الکل هنگام مصرف فلوکونازول توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. از مواجهه با آفتاب ساعات بین ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر، و استفاده از لامپ آفتابی یا دیگر وسایل برنزه‌کننده بپرهیزید. مناطق در معرض نور پوست را با یک لوسیون ضد آفتاب با قدرت حفاظتی (SPF) حداقل ۱۵ حفاظت کنید. فلوکونازول را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فلوکونازول فاسد می‌شود). اگر ظرف ۳ روز از درمان با فلوکونازول احساس بهبودی ندارید با پزشکتان مشورت کنید. هنگام مصرف فلوکونازول نباید به هیچ‌وجه الکل یا داروهای حاوی الکل (برخی از داروهای سرماخوردگی مصرف کنید. مصرف الکل همزمان با مصرف این دارو موجب افزایش احتمال عوارض کبدی و علایمی نظیر گرگرفتگی و برافروختگی صورت تنگی نفس احساس گرفتگی سینه و تب می‌شود.دارو را پس از تاریخ مصرف استفاده کنید. پیش از اتمام دارو مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

FLUVASTATIN

در مورد این دارو فلووستاتین یک داروی کاهنده سطح کلسترول لیپوپروتئین کم‌چگال خون می‌باشد؛ و به همین علت از بیماری

شریان‌های کرونری قلب پیشگیری می‌کند. فلووستاتین کلسترول بالای خون را درمان نمی‌کند بلکه آن را کنترل می‌کند. برای تأثیر بیشتر دارو باید از دستورات پزشکتان مبنی بر کاهش دریافت غذاهای دارای اسیدهای چرب اشباع و کلسترول پرداختن به ورزش به اندازه کافی رسیدن به وزن مناسب و ترک سیگار (اگر سیگاری هستید) پیروی کنید. چگونگی مصرف فلووستاتین را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. این دارو معمولاً روزی یک نوبت عصرها مصرف می‌شود. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را مصرف نکنید. مقدار دارو را دوبرار نکنید.

هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر، مصرف فلووستاتین را قطع کرده بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: تب درد یا گرفتگی عضلانی یا خفیف یا خستگی غیرعادی علایم زیر ممکن است رخ دهند که اگر مشکل‌ساز شدند باید گزارش شوند: اسهال نفخ یبوست سوزش سردل تهوع سرگیجه سردرد، یا بثورات جلدی‌موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فلووستاتین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به فلووستاتین یا دیگر داروهای پایین‌آورنده کلسترول بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه سیکلوسپورین یا دیگر داروهای سرکوبگرایمنی ژمفیبروزیل اریترومایسین نیاسین دیجوکسین یا ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین .سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل یا بیماری‌های کبدی یا داشتن عضو پیوندی هنگام مصرف فلووستاتین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.از برنامه غذایی پزشکتان و سایر دستورات وی پیروی کنید. پیش از هرگونه عمل جراحی شامل کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از این که فلووستاتین مصرف می‌کنید مطلع سازید. فلووستاتین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فلووستاتین فاسد می‌شود).فلووستاتین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف فلووستاتین نبایدبدون مشورت با پزشکتان آن را قطع کنید. در این صورت سطح چربی‌های خونتان ممکن است به‌شدت افزایش یابد.

PHENYTOIN

در مورد این دارو فنی‌توئین ممکن است به‌عنوان یک داروی ضدتشنج یک داروی قلبی برای بهبود ضرباهنگ قلب یا به‌عنوان یک تسکین‌دهنده درد در موارد درد عصبی عصب تری‌ژمینال تجویز شود. چگونگی مصرف مقدار تجویزی فنی‌توئین بسته به علت تجویز متفاوت خواهد بود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر از شکل مایع (سوسپانسیون فنی‌توئین استفاده می‌کنید، قبل از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای اندازه‌گیری مقدار دارو فقط از پیمانه داخل جعبه استفاده کنید. نگذارید این سوسپانسیون یخ بزند. اگر از قرص‌های جویدنی فنی‌توئین استفاده می‌کنید، می‌توانید آنها را خرد کنید، بجوید یا درسته ببلعید. اما کپسول فنی‌توئین حتماً باید درسته بلعیده شود.اگر فقط روزی یکبار فنی‌توئین مصرف می‌کنید، و یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید . اگر تا روز بعد آن را به یاد نیاوردید، نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر روزانه بیش از یک نوبت فنی‌توئین می‌خورید، و یک نوبت را فراموش کرده‌اید ، در صورتی که بیشتر از ۴ ساعت تا نوبت بعدی باقی باشد، می‌توانید نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. اگر یک نوبت را دو روز یا بیشتر عقب انداختید از پزشکتان کسب تکلیف کنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر مصرف فنی‌توئین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افت مهارت‌های حرکتی عدم تعدل یا گیجی تغییرات خلقی لرزش بدن تشویش غیرعادی تکلم نامفهوم تاری دید؛ افزایش در دفعات یا شدت موارد تشنج

بثورات جلدی لرز؛ گلودرد؛ تب خستگی غیرعادی تورم لثه‌ها؛ ادرار تیره یا مدفوع بی‌رنگ شکم‌درد؛ حرکات غیرارادی دست‌ها، پاها، لب‌ها یا صورت که قبلاً مشاهده نمی‌شده شکستگی‌های متعدد استخوانی و وقفه رشد در کودکان بی‌حسی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ مشکل در تنفس یا درد قفسه‌سینه علایم زیر ممکن است رخ دهد که در صورت مشکل‌ساز شدن می‌توان آنها را با پزشک مطرح کرد: یبوست سرگیجه یا خواب‌آلودگی خفیف تهوع و استفراغ سردرد، مشکل در به خواب رفتن تورم پستان‌ها، تغییرات حالات چهره یا رشد بیش از حد موهای صورت و بدن موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فنی‌توئین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به فنی‌توئین دیگر داروهای ضدتشنج یا هر نوع رنگ خوراکی ماده غذایی را نگهدارنده بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقادها؛ الکل متادون داروهای خواب داروهای ضدافسردگی آرامبخش‌ها؛ آنتی‌اسیدها؛ داروهای قلبی (آمیودارون پروپرانولول ؛ ضدانعقادها؛ داروهای ضدعفونت (کلرامفنیکل ایزونیازید، سولفونامیدها، فلوکونازول ؛ سایمتیدین دیسولفیرام فنیل‌بوتازون داروهای پرفشاری خون (دیازوکساید)؛ کلسیم داروهای آسم (آمینوفیلین اکستریفیلین تئوفیلین ؛ هورمون‌ها (استروژن‌ها، داروهای ضدبارداری خوراکی کورتیکواستروییدها)؛ یا سوکرالفات سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا خونی پورفیری یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف فنی‌توئین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.اگر معده‌تان را ناراحت می‌کند آن را همراه با غذا مصرف کنید. به هر حال سعی کنید هر روز در شرایط یکسانی دارو را بخورید تا به‌طور مشابهی جذب شود.پیش از هرگونه عمل جراحی مداخلات دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکان را از اینکه فنی‌توئین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. اگر از قرص‌های ضدبارداری استفاده می‌کنید، یک روش جلوگیری از بارداری دیگر را جایگزین آن کنید چون فنی‌توئین اثربخشی قرص‌های ضدبارداری را کاهش می‌دهد. هر سه ماه به دندانپزشک مراجعه کنید. در برخی بیماران ـ معمولاً بیماران جوان ـ فنی‌توئین موجب تورم خونریزی و حساسیت لثه‌ها می‌شود. برای پیشگیری از این مشکل دندان‌هایتان را به‌طور منظم مسواک کنید و نخ بکشید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد فنی‌توئین مصرف می‌کنید. فنی‌توئین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فنی‌توئین فاسد می‌شود). فنی‌توئین تاریخ مصرف گذشتهفنی‌توئین PHENYTOIN

در مورد این دارو فنی‌توئین ممکن است به‌عنوان یک داروی ضدتشنج یک داروی قلبی برای بهبود ضرباهنگ قلب یا به‌عنوان یک تسکین‌دهنده درد در موارد درد عصبی عصب تری‌ژمینال تجویز شود. چگونگی مصرف مقدار تجویزی فنی‌توئین بسته به علت تجویز متفاوت خواهد بود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر از شکل مایع (سوسپانسیون فنی‌توئین استفاده می‌کنید، قبل از مصرف شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. برای اندازه‌گیری مقدار دارو فقط از پیمانه داخل جعبه استفاده کنید. نگذارید این سوسپانسیون یخ بزند. اگر از قرص‌های جویدنی فنی‌توئین استفاده می‌کنید، می‌توانید آنها را خرد کنید، بجوید یا درسته ببلعید. اما کپسول فنی‌توئین حتماً باید درسته بلعیده شود.اگر فقط روزی یکبار فنی‌توئین مصرف می‌کنید، و یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید . اگر تا روز بعد آن را به یاد نیاوردید، نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر روزانه بیش از یک نوبت فنی‌توئین می‌خورید، و یک نوبت را فراموش کرده‌اید ، در صورتی که بیشتر از ۴ ساعت تا نوبت بعدی باقی باشد، می‌توانید نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. اگر یک نوبت را دو روز یا بیشتر عقب انداختید از پزشکتان کسب تکلیف کنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر مصرف فنی‌توئین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: افت مهارت‌های حرکتی عدم تعدل یا گیجی تغییرات خلقی لرزش بدن تشویش غیرعادی تکلم نامفهوم تاری دید؛ افزایش در دفعات یا شدت موارد تشنج

بثورات جلدی لرز؛ گلودرد؛ تب خستگی غیرعادی تورم لثه‌ها؛ ادرار تیره یا مدفوع بی‌رنگ شکم‌درد؛ حرکات غیرارادی دست‌ها، پاها، لب‌ها یا صورت که قبلاً مشاهده نمی‌شده شکستگی‌های متعدد استخوانی و وقفه رشد در کودکان بی‌حسی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ مشکل در تنفس یا درد قفسه‌سینه علایم زیر ممکن است رخ دهد که در صورت مشکل‌ساز شدن می‌توان آنها را با پزشک مطرح کرد: یبوست سرگیجه یا خواب‌آلودگی خفیف تهوع و استفراغ سردرد، مشکل در به خواب رفتن تورم پستان‌ها، تغییرات حالات چهره یا رشد بیش از حد موهای صورت و بدن موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف فنی‌توئین پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به فنی‌توئین دیگر داروهای ضدتشنج یا هر نوع رنگ خوراکی ماده غذایی را نگهدارنده بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقادها؛ الکل متادون داروهای خواب داروهای ضدافسردگی آرامبخش‌ها؛ آنتی‌اسیدها؛ داروهای قلبی (آمیودارون پروپرانولول ؛ ضدانعقادها؛ داروهای ضدعفونت (کلرامفنیکل ایزونیازید، سولفونامیدها، فلوکونازول ؛ سایمتیدین دیسولفیرام فنیل‌بوتازون داروهای پرفشاری خون (دیازوکساید)؛ کلسیم داروهای آسم (آمینوفیلین اکستریفیلین تئوفیلین ؛ هورمون‌ها (استروژن‌ها، داروهای ضدبارداری خوراکی کورتیکواستروییدها)؛ یا سوکرالفات سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا خونی پورفیری یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف فنی‌توئین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.اگر معده‌تان را ناراحت می‌کند آن را همراه با غذا مصرف کنید. به هر حال سعی کنید هر روز در شرایط یکسانی دارو را بخورید تا به‌طور مشابهی جذب شود.پیش از هرگونه عمل جراحی مداخلات دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکان را از اینکه فنی‌توئین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. اگر از قرص‌های ضدبارداری استفاده می‌کنید، یک روش جلوگیری از بارداری دیگر را جایگزین آن کنید چون فنی‌توئین اثربخشی قرص‌های ضدبارداری را کاهش می‌دهد. هر سه ماه به دندانپزشک مراجعه کنید. در برخی بیماران ـ معمولاً بیماران جوان ـ فنی‌توئین موجب تورم خونریزی و حساسیت لثه‌ها می‌شود. برای پیشگیری از این مشکل دندان‌هایتان را به‌طور منظم مسواک کنید و نخ بکشید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد فنی‌توئین مصرف می‌کنید. فنی‌توئین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط فنی‌توئین فاسد می‌شود). فنی‌توئین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف فنی‌توئین نبایدپیش از مشورت با پزشکتان مصرف هر داروی دیگری را شروع یا قطع کنید. داروهای دیگر ممکن است بر نحوه کار فنی‌توئین در بدن اثر بگذارند. تا ۳-۲ ساعت پس از خوردن فنی‌توئین آنتی‌اسید بخورید؛ این ممکن است فنی‌توئین را کم‌اثر کند. تا مطمئن نشدن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل پرخطر کار کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب سرگیجه خواب‌آلودگی یا افت سطح هوشیاری می‌شود. پیش از مشورت با پزشکتان مصرف فنی‌توئین را قطع کنید. اگر مدتی است فنی‌توئین مصرف می‌کنید برای قطع این دارو مقدارش باید به تدریج کاهش یابد. شکل دارو (مثلاً قرص یا کپسول یا نوع تجاری دارو را تغییر دهید. اگرچه مقدار مصرفی دارو همان باشد، ممکن است جذب دارو در انواع مختلف متفاوت باشد.

را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف فنی‌توئین نبایدپیش از مشورت با پزشکتان مصرف هر داروی دیگری را شروع یا قطع کنید. داروهای دیگر ممکن است بر نحوه کار فنی‌توئین در بدن اثر بگذارند. تا ۳-۲ ساعت پس از خوردن فنی‌توئین آنتی‌اسید بخورید؛ این ممکن است فنی‌توئین را کم‌اثر کند. تا مطمئن نشدن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل پرخطر کار کنید؛ این دارو در برخی افراد موجب سرگیجه خواب‌آلودگی یا افت سطح هوشیاری می‌شود. پیش از مشورت با پزشکتان مصرف فنی‌توئین را قطع کنید. اگر مدتی است فنی‌توئین مصرف می‌کنید برای قطع این دارو مقدارش باید به تدریج کاهش یابد. شکل دارو (مثلاً قرص یا کپسول یا نوع تجاری دارو را تغییر دهید. اگرچه مقدار مصرفی دارو همان باشد، ممکن است جذب دارو در انواع مختلف متفاوت باشد.

CAPTOPRIL

در مورد این دارو کاپتوپریـل به تنهایی یا همراه با داروهای دیگر برای درمان پرفشاری خون تجویز می‌شود. در کنار داروهای دیگر برای درمان نارسایی احتقانی قلب هم مصرف می‌شود. پزشـکتان ممکن است به‌دلایل دیگری نیز کاپتوپریل تجویز کند. کاپتوپریل از طریق مهار آنزیمی که آنژیوتانسین I (شکل غیرفعال را به آنژیوتانسین II (شـکل فعال تبدیل می‌کند عمل می‌کند. آنژیوتانسین II یک ماده پرقدرت است که موجب تنگ شدن رگ‌های خونی و احتباس سدیم و آب در بدن می‌شود. به همین علت کاپتوپریل به عنوان یـک مهارکننـده آنزیم مبـدل آنژیوتانسـین شـناخته می‌شود. بـا جلوگیری از تنـگ شـدن رگ‌هـا و احتبـاس مـایع در آنها، کاپتوپریل فشار داخل رگ‌های خونی و بار کاری قلب را کاهش می‌دهد. چگونگی مصـرف کاپتوپریل معمولاً روزی ۲ تا ۳ نوبت مصـرف می‌شود. مهم است که دارو هر روز سر ساعت یکسانی مصرف شود. کاپتوپریل را می‌توان با یا بـدون غـذا مصـرف کرد. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصـرف نکنید. از دسـتورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوریـد، مصـرف کنیـد. البته اگر تقریباً موقع مصـرف نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی‌تان برگردیـد. مقـدار دارو را دو برابر نکنیـد و بـدون مشورت با پزشـکتان دارو را قطع نکنید. با قطع کاپتوپریل ممکن است دچار" پرفشاری خون برگشتی شویـد که عبارت است از افزایش فشارخون تا اندازه قبل از درمان یا شاید حتی بالاتر از آن در اکثر مواردی که کاپتوپریل تجویز می‌شود، بیماری را درمان نمی‌کند بلکه آن را مهار می‌کند پس حتی در صورت احساس بهبودی نیز ممکن است لازم باشـد آن را سال‌ها یا تا آخر عمر مصـرف کنیـد.هشـدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم نـادر ولی جـدی زیر، مصـرف کاپتوپریل را قطع کرده با پزشـکتان تماس بگیریـد: اشـکال در تنفس تنگی نفس یا خس خس سـینه خشونت صـدا؛ تورم صورت لب دست یـا پا؛ سرگیجه سـیاهی رفتن چشم یا غش گیجی بی‌نظمی ضـربان قلب درد قفسه سـینه درد مفاصـل تب بثـورات جلـدی درد شـکمی تهـوع و اسـتفراغ علایـم دیگری نیز ممکن است رخ دهنـد ولی فقـط در صورتی که طول کشـیده مشـکل‌ساز شوند باید آنها را با پزشـکتان در میان بگذارید. این علایم عبارتند از سـردرد، سـرفه خشک اسـهال خسـتگی یا تهوع ممکن است تا حـدی دچار کاهش حس چشایی شوید که معمولاً ظرف ۳-۲ ماه درمان رفع می‌شود، ولی ممکن است در این مـدت کاهش وزن پیـدا کنید. سـرفه را می‌توان با قطره‌های ضد سـرفه بدون قند و چند جرعه کوچک آب سـرد درمان کرد. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصـرف کاپتوپریل پزشـکتان را مطلع سازیـد:حساسـیت به کاپتوپریل یا دیگر مهارکننـده‌های آنزیم مبدل‌کننده آنژیوتانسـین بارداری یا شـیردهی مصـرف داروهای دیگر، به‌ویژه داروهای مدر یا دیگر داروهای پرفشاری خون (که اگر با کاپتوپریل همزمان مصـرف شوند ممکن است فشارخون به‌شدت افت کند)؛ مکمل‌های حاوی پتاسیم شیر با سدیم پایین یا جایگزین‌های نمک (که حاوی مقادیر بالای پتاسـیم هستند و ممکن است موجب تجمع بیش از حد پتاسیم در بدن شونـد)؛ یا الکل سابقه یا ابتلا به حساسـیت کهیر، بالا بودن سـطح پتاسـیم خون یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصـرف کاپتوپریل توصـیه می‌شودبه‌طور منظم به پزشـکتان مراجعه کنیـد تا بتوانـد بهبودتان را زیر نظر داشـته باشد. وزنتان را متناسب با قد و اسـتخوان بنـدی‌تان حفظ کنیـد. در صورت نیاز برای کاهش وزن از پزشـکتان کمک بگیریـد. اگر سـیگاری هستیـد سـیگار را ترک کنید. از پزشـکتان بخواهید شـما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. الکل ننوشید. از حالت درازکشیده به نشسته یا ایستاده یا از حالت نشسـته به ایسـتاده به آرامی تغییر وضـعیت دهید تا دچار سـرگیجه و سیاهی رفتن چشم یا غش نشوید.فشارخون خود را هر هفته پایش کنید و تغییرات قابل توجه را به پزشکتان اطلاع دهید. شارخون‌های اندازه‌گیری شده را در جایی ثبت کنید و در مراجعه به پزشـکتان آن را به وی نشان دهید. برای روزهای تعطیل داروی کافی در دسترس داشته باشید. یک برگ شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد کاپتوپریل مصرف می‌کنید.

سایر پزشکتان را از این که کاپتوپریل مصرف می‌کنید مطلع سازید، چرا که این دارو می‌تواند روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد. کاپتوپریل را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط کاپتوپریل فاسد می‌شود).کاپتوپریل تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف کاپتوپریل نباید بدون مشورت با پزشکتان دارو را قطع کنید. تا مشخص شدن واکنش بدنتان نسبت به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر سرگیجه تداوم یافت با پزشکتان مشورت کنید. داروهای دیگر را بدون تأیید پزشکتان مصرف کنید؛ به‌ویژه داروهای سرماخوردگی و سرفه و داروهای محرک بدون نیاز به نسخه

CARBAMAZEPINE

در مورد این دارو کاربامازپین به عنوان یک ضدتشنج برای انواع گوناگونی از صرع تجویز می‌شود. این دارو بیشتر از همه داروهای ضدتشنج تجویز می‌شود، زیرا سمیت نسبتاً کمی دارد و احتمال بروز عوارض جانبی ناشی از مصرف آن کم می‌باشد. کاربامازپین همچنین برای تسکین درد نورالژی عصب سه‌قلو استفاده می‌شود. چگونگی مصرف مقدار تجویزی کاربامازپین بر اساس علتی که برایش تجویز شده است فرق می‌کند. این دارو باید با غذا مصرف شود. هیچگاه بیش از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر از سوسپانسیون کاربامازپین استفاده می‌کنید، پیش از مصرف شیشه را به خوبی تکان دهید. همچنین از پیمانه داخل جعبه خود دارو یا پیمانه‌ای که پزشکتان در اختیارتان گذاشته است استفاده کنید. مراقبت باشید سوسپانسیون یخ نزند. اگر از قرص‌های جویدنی استفاده می‌کنید می‌توانید آنها را خرد کنید، بجوید، یا درسته ببلعید؛ اما قرص‌های طولانی رهش و قرص‌های غیرجویدنی باید درسته بلعیده شوند. اگر یک نوبت دارو را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان برگردید. اگر بیش از یک نوبت را در روز فراموش کرده‌اید برای کسب تکلیف با پزشکتان مشورت کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر کاربامازپین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بثورات جلدی کهیر، یا خارش سردرد مداوم کرختی در حرکات یا عدم تعادل گیجی تغییرات خلقی لرزش اضطراب غیرعادی تکلم نامفهوم تاری دید؛ حرکت غیرعادی چشم به عقب و جلو؛ افزایش دفعات تشنج لرز؛ گلودرد؛ تب خستگی غیرمعمول درد استخوان یا ماهیچه کبودی یا خونریزی غیرعادی دفع خون در ادرار یا مدفوع تورم غدد؛ ادرار تیره مدفوع بی‌رنگ درد شکمی انقباضات غیرعادی عضلات در دست بازو، پا، لب یا صورت بی‌حسی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ ضربان قلب کند، تند، یا نامنظم ؛ تنفس مشکل یا درد قفسه سینه علایم زیر ممکن است روی دهند اما فقط در صورت مشکل‌ساز شدن باید با پزشکتان در میان گذاشته شوند: یبوست سرگیجه خفیف یا خواب‌آلودگی تهوع و استفراغ سردرد، مشکل در به خواب رفتن ریزش مو، افزایش حساسیت به نور خورشید، یا مشکلات جنسی در افراد مذکر. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کاربامازپین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کاربامازپین یا دیگر داروهای ضدتشنج داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای رنگ‌های خوراکی غذاها، یا نگهدارنده‌ها. باداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدتشنج‌ها؛ الکل متادون داروهای خواب‌آور؛ داروهای ضدافسردگی داروهای آرامبخش ضدانعقادها؛ آنتی‌بیوتیک‌ها (کلاریترومایسین ایزونیازید، اریترومایسین ، سایمتیدین داروهای فشار خون و قلبی (دیلتیازم وراپامیل کینیدین ؛ هورمون‌ها (استروژن قرص‌های ضدبارداری ، کورتیکواستروییدها، مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز؛ یا پروپوکسیفن (یک مسکن . سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا خونی نارسایی مغز استخوان یا بیماری‌های کبدی هنگام مصرف کاربامازپین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است لازم باشد برای تعین سطح دارو در خون آزمایش بدهید. کاربامازپین را با غذا مصرف کنید تا معده‌تان را

ناراحت نکند. مشروبات الکلی و دیگر داروهای کندکننده دستگاه اعصاب مرکزی (آرامبخش‌ها) را استفاده نکنید.از پوستتان در برابر اشعه آفتاب محافظت کنید تا دچار آفتاب سوختگی نشوید. کاربامازپین حساسیت پوست آفتاب را افزایش می‌دهد. از مواجهه با آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر بپرهیزید. از یک کرم ضدآفتاب با حداقل قدرت ۱۵ (SPF) در مناطق در معرض نور بدنتان استفاده کنید. از وسایل برنزه‌کننده مثل لامپ آفتابی استفاده نکنید. پیش از عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکان را از اینکه کاربامازپین مصرف می‌کنید مطلع سازید. این دارو ممکن است با برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تداخل ایجاد کند.در مورد استفاده از قرص‌های ضدبارداری با پزشکتان مشورت کنید؛ زیرا کاربامازپین اثر این قرص‌ها را کاهش می‌دهد و شاید لازم باشد در طی مصرف این دارو از یک روش جلوگیری دیگر استفاده کنید.یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد کاربامازپین مصرف می‌کنید.

کاربامازپین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط کاربامازپین فاسد می‌شود). کاربامازپین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کاربامازپین نباید بدون اجازه پزشکتان دارویی دیگر مصرف کنید. زیرا ممکن است بر چگونگی کارکرد کاربامازپین در بدنتان اثر بگذارد. تا مشخص نشدن واکنش بدنتان به این دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید؛ این دارو برخی از افراد را گیج و خواب‌آلوده می‌کند و یا هوشیاری را کاهش می‌دهد.دارو را پیش از مشورت با پزشک قطع کنید. در صورت نیاز به قطع دارو این کار باید تدریجی صورت پذیرد.

KETOPROFEN

در مورد این دارو کتوپروفن یک داروی ضد التهابی غیراستروئیدی رایج است از این دارو برای تسکین درد و کاهش التهاب آرتریت روماتوئید و استئوآرتریت (آرتروز) در بالغین استفاده می‌شود. موارد دیگر مصرف این دارو عبارتند از: سردردهای عروقی (مثل میگرن ، مشکلات قاعدگی حمات حاد نقرس و دیگر مشکلات التهابی غیرروماتوئید. چگونگی مصرف قرص‌های کتوپروفن را باید همراه غذا با یک لیوان پر از آب خورد. تا ۳۰-۱۵ دقیقه پس از مصرف دارو نباید دراز کشید چرا که ممکن است به وی آسیب بزند. قرص‌های طولانی‌رهش را باید یکجا بلعید و خرد کردن شکستن یا جویدن آنها ممنوع است اگر روزی یک بار کتوپروفن مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کرده‌اید، اگر بیش از ۸ ساعت تا نوبت بعدی باقی مانده است نوبت فراموش شده را مصرف کنید. در غیر اینصورت آن را رها کرده و به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. اگر بیش از یک نوبت در روز کتوپروفن می‌خورید، به مجردیکه نوبت فراموش شده را به یاد آوردید مصرفش کنید، مگر اینکه تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده باشد. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف دارو را متوقف ساخته با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی شدید، گیجی فراموشکاری یا افسردگی سوزش سر دل یا سوءهاضمه بی‌اشتهایی تهوع یا استفراغ مدفوع سیاه قیری یا خونی اسهال علایم شبه آنفلوآنزا (لرز، تب دردهای عضلانی ، به ویژه اگر این علایم قبل یا همراه با ظهور بثورات جلدی رخ دهند؛ تنگی نفس یا مشکل در تنفس سرفه کمردرد؛ ادرار کدر، خونی یا صورتی تورم صورت یا پاها یا ساق پاها؛ افزایش وزن سردرد شدید؛ کرخی یا گزگز انگشتان دست یا پا؛ جداشدگی ناخن‌های انگشتان دست خون دماغ کبودی یا خونریزی غیرعادی بثورات جلدی خارش کهیر، یا ضایعات تاولی زردی پوست یا چشم‌ها؛ احساس صدای زنگ در گوش (وزوز گوش ؛ خشکی تحریک و تورم چشم‌ها؛ تاری دید؛ زخم‌های دهانی یا تب یا گلودردی که پیش از درمان وجود نداشته و ارتباطی با بیماری اخیر که به خاطرش کتوپروفن تجویز شده نداشته باشد. افراد مسن بیشتر از سایرین در معرض خطر مشکلات گوارشی و خونریزی‌دهنده این دارو قرار دارند. یک پاسخ حساسیتی نادر به کتوپروفن آنافیلاکسی است که به توجه و مراقبت فوری پزشکی

نیاز دارد. از آنجاییکه آنافیلاکسی به سرعت پیشرفت می کند، در صورت مشاهده تورم لب‌ها یا دور چشم‌ها، کهیر یا تورم‌های پوستی ضربان قلب تند، خس‌خس سینه یا مشکل در تنفس بلافاصله مصرف دارو را قطع کرده با یک مرکز خدمات پزشکی اورژانس تماس بگیرید. علایم دیگری نیز ممکن است مشاهده شوند که فقط در صورت مشکل‌ساز شدن لازم است با پزشک در میان گذاشته شوند: اضطراب تشویش سرگیجه سیاهی رفتن چشم سردرد خفیف حساسیت به نور، مشکل در به خواب رفتن خشکی دهان دل‌پیچه خفیف نفخ تولید گاز بیش از حد در روده‌ها، یا اسهال یا یبوست موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کتوپروفن پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به آسپرین یادیگر داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگر داروهای ضدالتهابی غیراستروئیدی (مثل ناپروکسن آسپیرین ، ضد انعقادها (رقیق کننده‌های خون مثل وارفارین ، آنتی‌بیوتیک‌ها (سفالوسپورین‌ها)، داروهای ضد سرطان (متوترکسات پلیکامایسین ، سیکلوسپورین لیتیم پروبنسید (یک داروی ضد نقرس تریامترن (یک داروی مُدِر) یا اسیدوالپروئیک (داروی ضد تشنج . عادت به مصرف مشروبات الکلی سابقه یا ابتلا به پولیپ‌های بینی مرتبط با آسم زخم یا التهاب دستگاه گوارش هموفیلی یا دیگر مشکلات خونریزی دهنده نارسایی مغز استخوان زخم‌های دهانی پرفشاری خون یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف کتوپروفن توصیه می‌شوددستورالعمل روی بسته‌بندی دارو را بخوانید و به آن عمل کنید. برچسب کلیه داروهای بدون نیاز به نسخه را مطالعه کنید تا داروهای حاوی آسپرین و ایبوپروفن یا حاوی داروهایی که با کتوپروفن تداخل می کنند مصرف نکنید. به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید. پیش از هر نوع عمل جراحی یا کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از اینکه کتوپروفن مصرف می کنید مطلع سازید. اگر دچار خشکی دهان شدید با جویدن آدامس یا مکیدن آب نبات یا نوشیدن چند جرعه آب آن را تسکین دهید.اگر حساسیت به نور مشکل‌ساز شده است از آفتاب مستقیم ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر اجتناب کنید و از لوسیون‌های ضدآفتاب با قدرت محافظتی (اس پی اف حداقل ۱۵ برای مناطق در معرض آفتاب استفاده کنید. کتوپروفن را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط کتوپروفن فاسد می‌شود). کتوپروفن تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف کتوپروفن نباید مشروب الکلی بنوشید. در اینصورت مشکلات معده متحمل‌تر خواهد شد. تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنشان به دارو رانندگی کنید یا در فعالیت‌های خطرناک شرکت کنید. این دارو در برخی موجب گیجی سرگیجه یا خواب‌آلودگی می‌شود.

CLARITHROMYCIN

در مورد این دارو کلاریترومایسین یک آنتی‌بیوتیک رایج برای درمان گلودرد استرپتوکوکی برونشیت سینوزیت برخی انواع ذات‌الریه (پنومونی ، و عفونت‌های دیگر می‌باشد. چگونگی مصرف کلاریترومایسین را می‌توان با غذا یا با شکم خالی مصرف کرد. اگر دارو موجب ناراحتی معده شما می‌شود آن را با غذا مصرف کنید. این دارو معمولاً هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود. لازم است این دارو در نوبت‌هایی با فواصل زمانی برابر استفاده شود تا سطح دارو در خون یکسان باقی بماند. مثلاً می‌توانید آن را ساعت ۷ صبح و ۷ شب یا ۸ صبح و ۸ شب مصرف کنید. مهم است که دارو را سر وقت و به‌طور کامل مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می کنید. اگر پیش از اتمام داروی‌تان آن را قطع کنید، علایم‌تان ممکن است مجدداً عود کند. پیش از اندازه‌گیری مقدار دارو توسط پیمانه داخل جعبه شکل سوسپانسیون آن شیشه دارو را به خوبی تکان دهید. سوسپانسیون این دارو نیازی به نگهداری در یخچال ندارد، ولی حداکثر تا ۱۴ روز قابل مصرف می‌باشد. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز خونریزی یا کبودی غیرعادی با پزشکتان تماس

بگیرید. سایر علایم که ممکن است رخ دهند و فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند نیاز به گزارش دارند عبارتند از: مزه‌های غیرطبیعی (احساس مزه بد دهان ، تهوع استفراغ احساس ناراحتی شکمی اسهال یا سردرد. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کلاریترومایسین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کلاریترومایسین اریترومایسین یا دیگر آنتی‌بیوتیک‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه کاربامازپین ریفابوتین استفیرول سیساپراید، ضدانعقادهای خوراکی (وارفارین ، تئوفیلین یا زیدوودین ابتلا به یا سابقه بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف کلاریترومایسین توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا انتها مصرف کنید تا عفونت‌تان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. اگر ظرف ۳ روز از درمان با کلاریترومایسین احساس بهبود نداشتید، با پزشکتان مشورت کنید.

از پیمانه داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقدار دارو استفاده کنید. کلاریترومایسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگه دارید (در این شرایط کلاریترومایسین فاسد می‌شود).هنگام مصرف کلاریترومایسین نباید از کلاریترومایسین تاریخ مصرف گذشته استفاده کنید.دارو را ناتمام قطع کنید، مگر به دستور پزشک

CHOLESTYRAMINE

در مورد این دارو کلستیرامین دارویی است که برای پایین آوردن کلسترول خون از آن استفاده می‌شود. با کاهش کلسترول خون از بیماری‌هایی که در آنها کلسترول موجب انسداد رگ‌های خونی می‌گردد، جلوگیری می‌شود. سطح بالای کلسترول خون احتمال بروز آنژین قلبی حمله قلبی یا سکته مغزی را افزایش می‌دهد. از کلسترول برای کاهش خارش ناشی از افزایش اسیدهای صفراوی به دنبال بیماری‌های کبدی نیز استفاده می‌شود. کلستیرامین با متصل شدن به اسیدهای صفراوی به‌دنبال بیماری‌های کبدی نیز استفاده می‌شود. کلستیرامین با متصل شدن به اسیدهای صفراوی و دیگر مواد داخل روده و کمک به دفع آنها از بدن عمل می‌کند. بدین طریق کلسترول و اسیدهای صفراوی اضافی را کاهش می‌دهد، ولی بیماری زمینه‌ای را درمان نمی‌کند، خارش ناشی از مشکل کبدی ۲-۱ هفته پس از توقف درمان مجدداً بازمی‌گردد و سطح کلسترول خون ۴-۲ هفته پس از توقف درمان به سطح پیش از شروع درمان می‌رسد. چگونگی مصرف کلستیرامین به شکل یک پودر عرضه می‌شود که باید پیش از مصرف با چیزهای دیگر مخلوط شود. آن را به صورت پودر خشک مصرف نکنید زیرا ممکن است موجب خفگی شود. پودر را داخل حدوداً ۶۰ میلی‌لیتر ۵-۴ قاشق غذاخوری از یک نوشیدنی کاملاً مخلوط کنید و سپس ۱۲۰-۶۰ میلی‌لیتر دیگر مایع اضافه کنید و پس از ۲-۱ دقیقه مجدداً مخلوط کنید. این پودر در مایعات حل نمی‌شود، بنابراین مخلوط شما حالت دانه‌دانه خواهد داشت پس از نوشیدن تمامی لیوان مجدداً کمی نوشیدنی داخل لیوان بریزید و آن را بنوشید تا مطمئن شوید که تمامی دارو را مصرف کرده‌اید. کلستیرامین را همچنین می‌توان با سوپ یا فرینی در صبحانه مخلوط کرد. برخی از بیماران ترجیح می‌دهند این دارو را با کمپوت میوه‌جات یا پوره میوه‌جات مخلوط کنند. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر مصرف کلستیرامین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: عده‌درد شدید و تهوع و استفراغ یا مدفوع سیاه و قیری بسیاری از افرادی که کلستیرامین مصرف می‌کنند تا عادت کردن بدنشان به دارو دچار یبوست سوزش سر دل تهوع یا نفخ و آروغ می‌شوند. اگر این علایم ادامه پیدا کردند یا مشکل‌ساز شدند پزشکتان را مطلع سازید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کلستیرامین پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به کلستیرامین بارداری یا شیردهی صرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقادها (رقیق‌کننده‌های خون مثل وارفارین ، دیگوکسین (یک داروی قلبی ، دیورتیک‌ها، پروپرانولول (یک داروی فشار خون و قلبی ، آنتی‌بیوتیک‌ها (پنی‌سیلین خوراکی تراسایکلین‌ها، وانکومایسین

خوراکی ، و داروهـای تیروییـد. سـابقه یا ابتلا به یبوست مشـکلات کیسه صـفرا، زخم‌های معـده و دوازدهه یا فنیل کتونوری هنگام مصرف کلستیرامین توصیه می‌شود کلستیرامین را طبق دستور پزشکتان مصرف کنید.طبق تجویز پزشکتان برنامه غذایی خود را تغییر دهید. به یاد داشته باشید که این دارو کلسترول بالا را درمان نمی‌کند، بلکه آن را تا حدی مهار می‌کند. و تغییر در شیوه زندگی در زمینه برنامه غـذایی و تحرک (ورزش است که مهم می‌باشد. داروهای دیگرتان را حداقل ۱ ساعت پیش یا ۴ ساعت پس از خوردن کلستیرامین مصـرف کنید. به‌طور منظم به پزشـکتان مراجعه کنید تا پیشـرفتتان را زیر نظر داشـته باشد. کلستیرامین را دور از دسترس کودکـان و دور از گرمـا، نور مسـتقیم و حرارت مرطوب نگاه داریـد (در این شـرایط کلستیرامین فاسـد می‌شود). کلستیرامین تاریخ مصـرف گذشـته را دور از دسترس کودکـان در توالت دور بریزیـد. هنگـام مصـرف کلستیرامین نبایـد بـدون هماهنگی با پزشـکتان داروی دیگری نیز مصرف کنید. بدون تأیید پزشکتان مصرف دارو را قطع کنید.

CLOMIPRAMINE

در مورد این دارو کلومیپرامین برای رفع علاـیم افسـردگی اختلالاـت وسواسـی ـ اجبـاری اختلالاـت خوردن و هراس درد عصبی و برخی موارد دیگر تجویز می‌شود. کلومیپرامین از دسته داروهـای ضدافسـردگی سه‌حلقه‌ای است چگونگی مصـرف کلومیپرامین با مقادیر متفاوتی برای افراد متفاوت با مشـکلات متفاوت تجویز می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقـدار تجویز شـده مصـرف نکنیـد. کلومیپرامین را می‌توان بدون غذا، یا برای کاهش دل بهم خوردگی با غذا مصرف کرد. اثر دارو ۶-۱ هفته پس از آغاز درمان ظاهر می‌شود. پس از آغاز اثر، حتی در صورت احساس بهبودی مصـرف دارو را ادامه دهید. از دسـتورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی دارو رسیده است نوبت فراموش شـده را رها کرده به برنامه دارویی‌تان بازگردیـد. مقـدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریـک از علاـیم نادر ولی جـدی زیر مصـرف کلومیپرامین را قطع کرده و با پزشـکتان تماس بگیریـد. افکار خودکشـی تاری دیـد؛ گیجی یبوست مشـکل در ادرار کردن چشم‌درد؛ ضـربان قلب تنـد، کنـد یـا نامنظم لرزش غش کردن اضـطراب مشـکل در صـحبت کردن به عـدم تعـادل سـفتی بازوهـا و پاهـا؛ صورت بـدون حـالت (مثـل ماسک ؛ گلودرد؛ تب کبودی یا خونریزی غیرعادی زردی چشم‌ها یا پوست بثورات جلدی تورم صورت یا زبان یا تشـنج علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشـکل‌ساز شونـد بایـد با پزشک در میان گذاشـته شوند. سـرگیجه خواب‌آلودگی خشـکی دهان سـردرد، افزایش اشـتها، تهوع سوزش سـر دل اسـهال مشـکل در خوابیدن یا افزایش وزن ممکن است علایم قطع دارو مثل سـردرد، تهوع اسـتفراغ اسهال تحریک‌پذیری یا خواب ناآرام به همراه رؤیاهای واضـح در صورت قطع مصـرف ناگهانی رخ دهـد. مقدار دارو معمولاً در طی یک دوره ۲-۱ ماهه کاهش داده می‌شود. در صورت تمایل به قطع دارو با پزشـکتان تماس بگیریـد. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصـرف کلومیپرامین پزشـکتان را مطلع سازیـد: حساسـیت بـه کلومیـپرامین یـا دیگر داروهـای ضدافسـردگی سه‌حلقه‌ای داروهـای ضدافسـردگی دیگر (ماپروتیلین ترازودون ، کاربامازپین (یک ضدتشـنج ، یا غذاها، رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصـرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، دیگر داروهای ضدافسردگی داروهای ضدتشنج داروهای ضدتیرویید، سایمتیدین داروهای فشار خون (کلونیدین گوانادرل گوانتیدین ، مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسـیداز، یا داروهای سمپاتومیتیک (مثل داروهای مورد استفاده در حساسیت‌ها، آسم سرفه یا سرماخوردگی . سابقه یا ابتلا به الکلیسم (اعتیاد به الکل ، آسم اختلال دوقطبی (شـیدایی ـ افسردگی ، اسـکیزوفرنی صـرع گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، پرکاری تیرویید، بزرگی پروسـتات احتباس ادراری مشـکلات قلبی یـا خونی بیماری‌هـای دسـتگاه گوارش کبـدی یا کلیوی هنگام مصـرف کلومیپرامین توصـیه می‌شود به‌طور منظم به پزشـکتان مراجعه کنیـد تا بهبودتان را زیر نظر داشـته باشد.تا مشـخص شدن پاسخ بدنتان به دارو در هنگام رانندگی و کار کردن با

وسایل خطرناک احتیاط کنید. برخی افراد در هنگام استفاده از این دارو دچار خواب‌آلودگی و افت هوشیاری می‌شوند.
هنگام برخاستن از حالت نشسته یا خوابیده احتیاط کنید؛ زیرا ممکن است دچار سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شوید. به آرامی تغییر وضعیت دهید. برای تسکین خشکی دهان از آدامس‌های بدون قند یا آب‌نبات استفاده کنید. اگر خشکی دهانتان بیش از ۲ هفته طول کشید با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه با آفتاب یا استفاده از لامپ آفتابی و سایر وسایل برنزه‌کننده اجتناب کنید؛ زیرا ممکن است دچار آفتاب سوختگی شوید. سعی کنید در صورت امکان از آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر بپرهیزید. از عینک آفتابی یک کلاه و لباس مناسب و کرم ضدآفتاب با قدرت محافظتی حداقل ۱۵ استفاده کنید. پیش از انجام هر عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا درمان‌های اورژانس سایر پزشکان را از اینکه کلومیپرامین مصرف می‌کنید مطلع سازید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد کلومیپرامین مصرف می‌کنید. کلومیپرامین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگاه دارید (در این شرایط کلومیپرامین فاسد می‌شود). کلومیپرامین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کلومیپرامین نباید الکل بنوشید. بدون مشورت با پزشک دارویی مصرف کنید.

CLONAZEPAM

در مورد این داروکلونازپام به‌عنوان ضدتشنج تجویز می‌شود.چگونگی مصرف کلونازپام معمولاً ۳ بار در روز مصرف می‌شود. هیچگاه بیشتر یا کمتر از مقدار تجویز مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر حس می‌کنید پس از ۳ ماه استفاده از این دارو پاسخ بدنتان نسبت به آن کم شده است با پزشکتان در مورد مقدار دارویتان مشورت کنید، چرا که ممکن است دچار نوعی" تحمل به دارو "شده باشید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، اگر ظرف ۱ ساعت آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. در غیر این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید. از دو برابر کردن مقدار دارو بپرهیزید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر، مصرف کلونازپام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی کند شدن قوای ذهنی خواب‌آلودگی تکلم نامفهوم ضربان قلب کند، تنگی نفس عدم تعادل بثورات جلدی گلودرد، تب لرز، خونریزی یا کبودی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشم‌ها، از دست دادن حافظه بی‌خوابی اضطراب و پریشانی یا تحریک‌پذیری لونازپام می‌تواند اعتیادآور باشد و اگر دارو به‌طور ناگهانی قطع شود ممکن است علایم قطع دارو مشاهده شود. این علایم عبارتند از: گیجی افت قوای ذهنی دردهای شکمی افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور و صدا، و احساس گزگز و سوزن سوزن اگر می‌خواهید مصرف کلونازپام را قطع کنید، با پزشکتان تماس بگیرید تا این کار را تدریجی انجام دهید. علایم زیر ممکن است رخ دهد اما فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند لازم است با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب تند یا شدید، یا لرزش بدن موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کلونازپام پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کلونازپام یا سایر بنزودیازپین‌ها (مثلاً- دیازپام اکسازپام ، غذاها، رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌ها. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل آرامبخش‌ها، داروهای ضدافسردگی یا داروهای ضدتشنج سابقه یا ابتلا به گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، میاستنی گراویس اعتیاد به الکل یا مواد مخدر، بیماری انسدادی مزمن ریوی شدید، یا آمفی‌زم هنگام مصرف کلونازپام توصیه می‌شودبه‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بتواند بهبودتان را زیر نظر بگیرد. دفعات تشنج را ثبت کرده برای پزشکتان ببرید تا بر اساس آن پاسخ شما به دارو را ارزیابی کند.
تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به کلونازپام در هنگام رانندگی یا کار کردن با وسایل خطرناک احتیاط کنید. کلونازپام در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی یا کاهش سطح هوشیاری می‌شود. در صورت بروز افکار یا احساسات عجیب با پزشکتان

مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد در حال مصرف کلونازپام هستید. کلونازپام را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب قرار دهید (کلونازپام در این شرایط فاسد می‌شود).کلونازپام تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف کلونازپام نباید الکل بنوشید. از دیگر داروهای آرامبخش استفاده کنید.

LORAZEPAM

در مورد این دارو لورازپام برای کاهش علایم اضطراب اختلالات خواب و اختلالات ترس تجویز می‌شود؛ از این دارو همچنین به عنوان یک شل‌کننده عضلانی استفاده می‌شود. لورازپام یک داروی بنزودیازپین است

چگونگی مصرف لورازپام با مقادیر متفاوت برای افراد متفاوت با مشکلات متفاوت تجویز می‌شود. هیچ‌گاه بیشتر یا کمتر از مقدارتجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروری کنید، شکل مایع این دارو را می‌توانید با غذاهای نیمه جامد یا مایعات مخلوط کنید. نگذارید شکل مایع آن یخ بزند. قرص‌های زیر زبانی لورازپام را نباید جوید یا درسته بلعید، بلکه باید حداقل ۲ دقیقه زیر زبان نگاه داشت تا بهتر جذب شود. اگر یک نوبت مصرف دارو را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آورید مصرفش کنید، مگر این که بیشتر از یک ساعت از آن گذشت باشد. در این صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم نادر ولی جدی زیر مصرف لورازپام را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی افت قوای ذهنی خواب‌آلودگی شدید، تکلم نامفهوم ضربان قلب کند؛ تنگی نفس عدم تعادل بثورات جلدی گلو درد؛ تب لرز؛ کبودی یا خونریزی غیرعادی زخم‌های دهانی زردی پوست یا چشم‌ها؛ از دست رفتن حافظه (فراموشی ؛ بی‌خوابی تشویش تحریک‌پذیری لورازپام می‌تواند اعتیادآور باشد، و در صورت قطعه ناگهانی آن ممکن است علایم ترک دارو رخ دهد؛ این علایم عبارتند از: گیجی افت قوای ذهنی دل پیچه افزایش تعریق تهوع استفراغ حساسیت به نور یا صدا، احساس گزگز یا سوزن سوزن شدن برای قطع مصرف لورازپام با پزشکتان مشورت کنید تا این کار تدریجی انجام شود. علایم زیر ممکن است مشاهده شوند، ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شدند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان سردرد، تهوع یبوست اسهال ضربان قلب تند یا شدید، لرزش بدنموارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف لورازپام پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به لورازپام دیگر بنزودیازپین‌ها (مثل دیازپام یا اکسازپام ، هر نوع ماده غذایی رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌هابارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه الکل آرامبخش‌ها، داروهای ضد افسردگی یا داروهای ضد تشنج

ابتلا- به یا سابقه گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، میاستنی گراویس بیماری انسدادی مزمن تنفسی یا آمفیزم‌هنگام مصرف لورازپام توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو هنگام رانندگی یا کار با ابزار خطرناک احتیاط کنید. لورازپام در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و افت سطح هوشیاری می‌شود. اگر به مصرف بیش از حد دارو و مسمومیت با آن شک کردید بلافاصله درخواست کمک پزشک کنید. در صورت بروز افکار یا احساسات عجیب با پزشکتان مشورت کنید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد لورازپام مصرف می‌کنید. لورازپام را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط لورازپام فاسد می‌شود).لورازپام تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان از توالت دور بریزید. هنگام مصرف لورازپام نباید مشروبات الکلی بنوشید. داروهای آرامبخش دیگری مصرف کنید. به عنوان قرص خواب از لورازپام استفاده کنید، مگر این که برنامه شما اجازه دهد ۷ تا ۸ ساعت خواب داشته باشید؛ در غیر این صورت تا از بین رفتن اثر دارو خواب آلوده بوده دچار فراموشی

خواهید شد.

LEVOTHYROXINE

در مورد این دارو لووتیروکسین به عنوان یک هورمون تیروئیدی در مواردی که غده تیروئید مقادیر کافی هورمون تولید نمی‌کند، تجویز می‌شود. از این دارو همچنین در کاهش اندازه یک تیروئید بزرگ یا گواتر یا درمان سرطان غده تیروئید استفاده می‌شود. در ابتدای درمان با لووتیروکسین مقدار تجویزی دارو کم خواهد بود. سپس لازم است در حالی که مقدار دارو به تدریج افزایش می‌یابد. با مراجعات مکرر به پزشکتان و انجام آزمایشات مقدار مناسب دارو برای سوخت و ساز بدن شما مشخص شود. بعد از این که این مقدار تعیین شد، این آزمایشات سالی یک بار تکرار شوند.چگونگی مصرف لووتیروکسین معمولاً روزی یک بار با شکم خالی خورده می‌شود. مهم است که هر روز ساعت معینی مصرف شود. معمولاً بهتر است ناشتا خورده شود تا بعداً فراموش نشود. از آنجایی که این دارو می‌تواند بی‌خوابی ایجاد کند، مصرفش در صبح هنگام از این نظر هم بهتر می‌باشد. هیچگاه بیشتراز مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. هر روز پیش از مصرف لووتیروکسین نبضتان را بشمارید (اگر این کار را بلد نیستید، روش آن را از پزشکتان بیاموزید). اگر ضربان قلبتان بالای ۱۰۰ در دقیقه بود یا منظم بود پیش از مصرف نوبت آن روز با پزشکتان تماس بگیرید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی مصرف دارو رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه منظم دارویی‌تان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. اگر ۲ نوبت یا بیشتر را فراموش کردید برای تعیین یک برنامه جدید با پزشکتان مشورت کنید. اگر لووتیروکسین را به عنوان یک درمان جایگزینی استفاده می‌کنید، ممکن است مجبور باشید تا آخر عمر مصرفش کنید. حتی در صورت احساس بهبودی دارویتان را طبق دستور ادامه دهید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر، مصرف لووتیروکسین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه ضربان قلب تند، تنگی نفس سردرد شدید، یا بثورات جلدی ممکن است چند هفته طول بکشد تا مقدار درست دارو برایتان تنظیم شود. اگر لووتیروکسین برای کم کاری غدد تیروئید به شما تجویز شده است علایم زیر باید رفع شوند: یبوست خشکی پوست خستگی خواب‌آلودگی ضعف افت مهارت‌های بدنی دردهای ماهیچه‌ای و افزایش وزن اگر احساس نمی‌کنید این علایم در شما بهبود یافته‌اند با پزشکتان مشورت کنید. از طرف دیگر اگر دچار علایم زیر شدید یعنی مقدار داروی مصرفی شما بیش از نیاز بدنتان است و مقدار دارو را باید با صلاحدید پزشک کاهش دهید: اسهال تب عدم تحمل گرما، تعریق بی‌قراری تحریک‌پذیری لرزش دستان مشکل در به خواب رفتن تغییرات دوره ماهانه یا اشتها، یا کاهش وزن با پزشکتان تماس بگیرید. موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف لووتیروکسین ، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به لووتیروکسین یا موارد دیگر مثل غذاها، نگه‌دارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی بارداری یا شیردهیمصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقادهای خوراکی (رقیق‌کننده‌های خون ؛ داروهای آسم سرفه سرماخوردگی و سینوزیت (تلقیدکننده‌های سمپاتیک ؛ یا داروهای کاهنده کلسترول سابقه یا ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی یا غدديهنگام مصرف لووتیروکسین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. پزشکان دیگر را از اینکه لووتیروکسین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد لولوتیروکسین مصرف می‌کنید. لووتیروکسین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط لووتیروکسین فاسد می‌شود). لووتیروکسین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف لووتیروکسین نباید هیچ دارویی را پیش از مشورت با پزشکتان مصرف کنید

LOVSTATIN

در مورد این دارو لووستاتین دارویی است که سطح کلسترول لیپوپروتئین کم چگال (LDL) را پایین می‌آورد؛ و در نتیجه به پیشگیری از بیماری کرونری قلبی کمک می‌کند. لووستاتین بالا بودن کلسترول خون را درمان نمی‌کند؛ بلکه آن را مهار می‌کند. برای افزایش تأثیر این دارو، باید از دستورات پزشکتان مبنی بر کاهش مصرف اسیدهای چرب اشباع و کلسترول در برنامه غذایی شروع یک برنامه ورزشی کاهش وزن تا محدوده مناسب و ترک سیگار (اگر سیگاری هستید) پیروی کنید. چگونگی مصرف لووستاتین باید با غذا مصرف شود. اگر روزی یک‌بار آن را مصرف می‌کنید توصیه می‌شود با غذای عصر خورده شود. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آورید، مصرفش کنید. اگرتقریباً موقع نوبت بعدی فرارسیده است نوبت فراموش شده را کنار بگذارید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: تاری دید، تب درد یا گرفتگی عضلانی ضعف یا خستگی غیرعادی علایم زیر ممکن است روی دهند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شدند لازم است با پزشک در میان گذاشته شوند: اسهال نفخ یبوست سوزش سردل تهوع سرگیجه سردرد، بی‌خوابی بثورات جلدی یا کاهش توانایی‌های جنسی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف لووستاتین پزشکتان را مطلع سازید:
حساسیت به لووستاتین یا دیگر داروهای کاهنده کلسترول مصرف داروهای دیگر، به ویژه سیکلوسپورین یا دیگر داروهای مهارکننده ایمنی ژمفیبروزیل ایتراکونازول اریترومایسین نیاسین یا ضد انعقادهای خوراکی (وارفارین ابتلا به یا سابقه الکلیسم (اعتیاد به الکل ، بیماری کبدی یا دارای عضو پیوندی هنگام مصرف لووستاتین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.از دستورات تغذیه‌ای و دیگر توصیه‌های پزشکتان پیروی کنید. پیش از انجام هرگونه عمل جراحی و کارهای دندانپزشکی سایر پزشکان را از این که لووستاتین مصرف می‌کنید مطلع سازید. لووستاتین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط لووستاتین فاسد می‌شود). لووستاتین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف لووستاتین نباید بدون مشورت با پزشک مصرف دارو را قطع کنید. با قطع دارو و چربی‌های خون ممکن است به شدت افزایش یابند.

LITIUM

در مورد این دارولیتیوم برای درمان مرحله شیدایی در اختلال دوقطبی (شیدایی ـ افسردگی و افسردگی تجویز می‌شود. این دارو از فراوانی و شدت تغییرات خلقی می‌کاهد و به شما اجازه می‌دهد کنترل بیشتری برروی احساسات خود داشته باشید. چگونگی مصرف مقدار تجویزی لیتیم برای افراد مختلف متفاوت است هیچ‌گاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. ممکن است ۳-۱ هفته طول بکشد تا اثرات لیتیوم ظاهر شود، اما مهم است که حتی در صورت احساس بهبودی مصرف دارو را ادامه دهید. اگر از قرص‌ها یا کپسول‌های طولانی رهش یا کند رهش استفاده می‌کنید، آنها را نشکنید، خرد نکنید، و نجوید؛ این نوع قرص‌ها را باید به همان صورت ببلعید. شکل شربت لیتیم را می‌توان پیش از مصرف در مقدار کمی آب میوه یا نوشیدنی‌های دیگر رقیق کرد؛ فقط اطمینان حاصل کنید که تمام مقدار لازم از دارو را مصرف می‌کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید. اما اگر کمتر از ۴ ساعت (۶ ساعت در مورد قرص‌ها یا کپسول‌های طولانی رهش یا کند رهش به زمان مصرف نوبت بعدی مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظمتان برگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر، مصرف لیتیم را

قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: غش ضربان قلب تند، کند یا نامنظم ضعف یا خستگی غیرمتعارف افزایش وزن سرگیجه تهوع یا استفراغ مشکلات بینایی یا چشم درد؛ کبودی و درد در انگشتان دست و پا؛ سردی بازوها و پاها؛ اسهال خواب آلودگی تکلم نامفهوم لرزش بدن گیجی تاری دید؛ تشنج آکنه بی‌اختیاری ادراری یا عدم توانایی کنترل ادرار موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف لیتیوم پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به لیتیم یا داروهای دیگر، غذاها، رنگ‌های خوراکی یا نگهدارنده‌بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای ضد التهابی غیراستروئیدی داروهای ضد روان‌پریشی (کلرپرومازین هالوپریدول مولیدون ، یا داروهای مدر سابقه یا ابتلا به مشکلات قلبی یا فشارخون صرع پارکینسونیسم از دست دادن شدید مایعات یا عفونت احتباس ادراری یا مشکلات کلیوی هنگام مصرف لیتیوم توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. برای جلوگیری از خاصیت ملینی و تحریک و آسیب به معده و نیز لرزش دست لیتیم را با غذا مصرف کنید تا آهسته‌تر جذب شود. روزی ۳ تا ۶ لیتر آب بنوشید و به مقدار کافی سدیم (نمک بخورید. تا پیش از آگاهی از اثر دارو بر بدنتان در هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناکی که احتیاج به هوشیاری کامل دارند، احتیاط کنید. لیتیم در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی یا سرگیجه می‌شود. در هنگام ورزش استفاده از حمام بخار (سونا)؛ یا طی فعالیت‌هایی که موجب از دست‌رفتن آب بدن می‌شوند؛ در هوای گرم هنگام تب و تعریق شدید، یا استفراغ و اسهال احتیاط کنید. این کاهش مایعات بدن ممکن است موجب مسمومیت با لیتیوم شود. یک برگه شناسایی با خود به همراه داشته باشید که نشان دهد لیتیم مصرف می‌کنید. لیتیم را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب قرار دهید (در این شرایط لیتیم فاسد می‌شود). لیتیم تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان از در توالت دور بریزید. هنگام مصرف لیتیوم نبایدکپسول‌های کند رهش را با اشکال دارویی دیگر لیتیم عوض کنید؛ بدن آنها را به مقادیر متفاوتی جذب می‌کند. مقدار زیادی قهوه چای یا کولا بنوشید زیرا این نوشیدنی‌ها خواص افزاینده ادرار دارند. پیش از مشورت با پزشکتان وزنتان را کاهش دهید. از دست‌دادن آب و نمک در طی رژیم گرفتن ممکن است منجر به مسمومیت با لیتیوم شود.

METRONIDAZOLE

در مورد این دارو مترونیدازول یک آنتی‌بیوتیک رایج برای درمان عفونت‌های باکتریایی و تک‌یاخته‌ای است نظیر عفونت‌های پوست استخوان مفاصل و بافت نرم برخی از انواع اسهال عفونت‌های واژن و سایر عفونت‌های لگنی عفونت‌های داخل شکمی سینه‌پهلو (پنومونی ؛ سپتی‌سمی (عفونت در خون ؛ و اندوکاردیت (عفونت لایه خونی قلب و دریچه‌های قلبی ، و آمیبیاز (عفونت با آمیب و تریکومونازیس (عفونت با تریکوموناس . چگونگی مصرف مترونیدازول را می‌توان با وعده‌های اصلی غذا یا مقداری خوراکی مصرف کرد تا معده را ناراحت نکند. بهتر است این دارو طی شبانه روز در نوبت‌هایی با فواصل یکسان مصرف شود تا سطح دارو در خون ثابت باقی بماند. اگر قراراست روزی ۴ نوبت مترونیدازول مصرف کنید، هر ۶ ساعت (مثلاً ۱۲ ظهر، ۶ عصر، ۱۲ شب و ۶ صبح . اگر این با برنامه کاری یا خواب شما تداخل دارد، برای تعیین یک برنامه مناسب‌تر از پزشکتان کمک بخواهید. مهم است که دارو سر وقت و به طور کامل مصرف شود، حتی اگر احساس بهبودی دارید. اگر پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید، ممکن است علایمتان مجدداً عود کند. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده‌است به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، با پزشکتان تماس بگیرید: اسهال دل پیچه تهوع و استفراغ سوزش دهان یا زبان خارش یا ترشح واژن که قبل از درمان وجودنداشته پلاک‌های سفید در دهان یا روی زبان گلودرد، تب بثورات جلدی سرگیجه سیاهی رفتن‌چشم سردرد، افت مهارت‌های بدنی عدم تعادل یا بی‌حسی ضعف یا گزگز انگشتان دست و پا. ادرارتان ممکن‌است تیره شود،

که از نظر پزشکی بی‌اهمیت است . موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف مترونیدازول ، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به مترونیدازول بارداری یا شیردهی عادت به مصرف مشروبات الکلی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدانعقاد (رقیق کننده‌های خون مثل وارفارین یا دیسولفیرام

سابقه یا ابتلا به بیماری‌های مغزی مثل صرع مشکلات خونی یا بیمای‌های کبدی هنگام مصرف مترونیدازول توصیه می‌شود حتی در صورت احساس بهبودی دارو را تا آخر مصرف کنید تا عفونت بدنتان درمان شده از عود بیماری جلوگیری شود. با جویدن آدامس یا مکیدن آب‌نبات‌های بدون قند و یا نوشیدن چند جرعه آب خشکی‌دهان را تسکین دهید.اگر در حال درمان برای عفونت با تریکوموناس هستید، برای جلوگیری از عفونت مجدد همسرتان نیز باید همزمان با مترونیدازول درمان شود و تا بهبود کامل حتماً از کاندوم استفاده شود.

مترونیدازول را دور از دسترس کودکان دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط مترونیدازول فاسد می‌شود). اگر ظرف ۳ روز درمان با مترونیدازول احساس بهبودی نمی‌کنید، با پزشکتان مشورت کنید.هنگام مصرف مترونیدازول نباید به هیچ وجه نوشابه‌های الکلی بنوشید یا داروهای حاوی الکل مصرف کنید. و این نکته را باید حداقل تا یک روز پس از اتمام درمان با مترونیدازول رعایت کنید. در غیراینصورت ممکن است دچار یک واکنش بسیار ناخوشایند شوید که علایمش عبارتند از، تهوع استفراغ دل‌پیچه سردرد، تپش‌قلب و برافروختگی و گُرگرفتگی دارو را پس از تاریخ مصرفش استفاده کنید. پیش از اتمام دارو، مصرفش را قطع کنید؛ مگر به دستور پزشکتان

METFORMIN

در مورد این دارو متفورمین یک داروی خوراکی برای درمان دیابت نوع دو (دیابت غیروابسته به انسولین است در این نوع بیماری قند، لوزالمعده نمی‌تواند انسولین کافی تولید کند تا سلول‌های بدن بتوانند غذایی را که می‌خورید مصرف کنند. متفورمین از طریق کاهش تولید گلوکز (قند موجود در خون توسط کبد، کاهش جذب گلوکز از دستگاه گوارش و افزایش حساسیت بدن به انسولین قند خون را به‌طور ثابت و پس از غذا پایین می‌آورد. چون این دارو قند خون را پایین می‌آورد، ممکن است لازم باشد قند خونتان را به‌طور مرتب اندازه بگیرید تا ببینید دارو چقدر مؤثر است چگونگی مصرف متفورمین معمولاً ۲ یا ۳ نوبت در روز همراه با غذا خورده می‌شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. در حین مصرف متفورمین اگر بیش از همیشه ورزش کنید، مقدار زیادی مشروب الکلی بنوشید، یا کمتر از همیشه غذا بخورید، ممکن است دچار افت قند خون (هیپوگلیسمی شوید. علایم کاهش قند خون عبارتند از: احساس اضطراب تشویش لرزش بدن مشکل در تمرکز، ضعف خستگی عرق سرد، پوست رنگ‌پریده و سرد، گرسنگی خواب‌آلودگی ضربان قلب تند، سردرد، تهوع استفراغ درد شکمی گیجی تغییرات بینایی مشکل در راه رفتن عدم هوشیاری و تشنج به مجردی که دچار این علایم شدید، چیزی حاوی قند بخورید یا بنوشید. منابع خوب و سریع قند عبارتند از: آب‌میوه عسل نوشابه غیررژیمی یا شربت قند. بعضی از بیماران قرص گلوکز یا آب‌نبات‌های قندی با خود همراه دارند. همچنین خوب است که قند خونتان را اندازه بگیرید تا اگر پایین است در اسرع وقت پزشکتان را مطلع سازید. اگر احساس می‌کنید دارید دچار کاهش هوشیاری یا تشنج می‌شوید، چیزی نخورید یا ننوشید (چرا که ممکن است دچار خفگی شوید)، بلکه بلافاصله تقاضای کمک پزشکی اورژانس نمایید. حتی اگر علایمتان با خوردن قند رفع شد نیز با پزشکتان تماس بگیرید؛ متفورمین قند خونتان را برای مدتی طولانی پایین می‌آورد و علایمتان ممکن است برگردد. اگر علایمتان بهبود نیافت از کسی بخواهید شما را به

بخش اورژانس یک بیمارستان برساند. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر مصرف متفورمین را قطع کرده در اسرع وقت با پزشکتان تماس بگیرید: خستگی دردهای عضلانی تنگی نفس خواب‌آلودگی یا معده‌درد. این علایم نادرند ولی باید بلافاصله با پزشک در میان گذاشته شوند. این‌ها می‌توانند علایم اسیدوز لاکتیک باشند که اگرچه نادر است ولی اغلب کشنده می‌باشد. علایم خفیف‌تر و معمول‌تر عبارتند از: از دست دادن اشتها، تهوع استفراغ نفخ تولید گاز بیش از حد در روده‌ها، و اسهال اگر این علایم مشکل‌ساز شدند با پزشکتان تماس بگیرید. موارد احتیاط‌در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف متفورمین پزشکتان را مطلع سازید:حساسیت به متفورمین یا هر نوع ماده غذایی نگهدارنده رنگ خوراکی یا دارو.بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه الکل فوروسماید و تریامترن و دیگر داروهای مُدر؛ داروهای قلبی نظیر نیفدیپین دیگوکسین پروکاینامید، و کینیدین کینین سایمتیدین و رانیتیدین تریمتوپریم آمیلوراید؛ مورفین و وانکومایسین سابقه یا ابتلا به صرع مشکلات قلبی یا بیماری‌های کبدی یا کلیوی هنگام مصرف متفورمین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.از برنامه غذایی توصیه شده توسط پزشکتان پیروی کنید. این برنامه معمولاً دارای یک تعادل در مقدار هیدرات‌های کربن چربی‌ها و پروتئین‌ها است یک متخصص تغذیه به شما کمک خواهد کرد تا به وزن مناسب‌تان برسید و آن وزن را حفظ کنید. او برنامه وعده‌های غذایی و نوبت‌های میان‌وعده‌ای را به نحوی برنامه‌ریزی خواهد کرد که در تمامی ساعات روز انرژی لازم به بدنتان برسد. اگر نمی‌دانید با برنامه غذایی خود چه کنید، از یک متخصص تغذیه کمک بگیرید. برنامه غذایی شما در مهار بیماری قندتان نقش اساسی دارد.هنگام مصرف متفورمین نبایدپیش از هماهنگی با پزشکتان هر نوع داروی دیگر اعم از داروهای مجاز بدون نسخه و فراورده‌های گیاهی را مصرف کنید. مشروبات الکلی بنوشید؛ که ممکن است خواب‌آلودگی و سرگیجه ناشی از دارو تشدید شود.

METHYLPREDNISOLONE

در مورد این دارو متیل‌پردنیزولون برای رساندن کورتیکواستروییدها به افرادی که بدنشان دچار کمبود آنهاست تجویز می‌شود. این دارو همچنین برای خواص ضدالتهابی و اثراتی که در سرکوب دستگاه ایمنی بدن دارد به کار می‌رود. متیل‌پردنیزولون کمک می‌کند تا تورم قرمزی خارش و واکنش‌های حساسیتی کاهش یابند. متیل‌پردنیزولون همچنین در درمان بیماری‌های گوناگونی مثل آسم آرتریت مشکلات پوستی حساسیت شدید، و برخی سرطان‌ها کاربرد دارد. چگونگی مصرف متیل‌پردنیزولون به مقادیر متفاوتی برای بیماران متفاوت با بیماری‌های متفاوت تجویز می‌شود. این دارو باید طبق دستور پزشک یا طبق دستورالعمل همراه دارو مصرف شود. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک روز در میان از این دارو مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کردید ، در صورتی که صبح همان روز یادتان آمد بلافاصله دارو را مصرف کنید و سپس به برنامه دارویی معمولتان ادامه دهید. اما اگر ساعاتی پس از صبح روزی که باید دارو را مصرف می‌کردید آن را به یاد آوردید تا صبح روز فردا صبر کنید، و پس از خوردن دارو یک برنامه جدید را شروع کنید. یعنی یک روز جا بیاندازید و سپس مجدداً یک نوبت مصرف کنید. اگر روزی یک نوبت دارو مصرف می‌کنید، در صورتی که همان روز متوجه شدید مصرفش کنید، اما اگر تا روز بعد یادتان نیامد لازم نیست نوبت قبلی را مصرف کنید؛ بلکه آن را حذف کرده و مقدار دارو را دوبرابر نکنید. اگر روزی چند نوبت دارو مصرف می‌کنید، نوبت فراموش شده را بلافاصله پس از به یاد آوردن مصرف کنید و اگر تا نوبت بعدی متوجه آن نشدید، مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر مصرف متیل‌پردنیزولون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: علایم عفونت (تب گلودرد، سرفه عطسه ؛ کاهش یا تاری دید؛ افت قوای ذهنی گیجی تغییرات خلقی بی‌قراری یا احساس هیجان اگر برای مدت طولانی متیل‌پردنیزولون مصرف می‌کنید ممکن است

دچار علایمی شوید که آنها را نیز باید گزارش کنید: شکم‌درد یا سوزش سر دل آکنه مدفوع خونی یا سیاه صورت گرد؛ خستگی ضعف گرفتگی‌های عضلانی ضعف یا درد؛ ضربان قلب نامنظم پوست نازک یا براق خطوط قرمزرنگ روی صورت بازوها، پاها، یا تنه کبودی غیرعادی زخم‌هایی که دیر بهبود می‌یابند؛ تهوع و استفراغ تورم پاها و ساقها؛ افزایش وزن سریع یا اختلالات قاعدگی (دوره ماهانه . علایم دیگری نیز ممکن است به‌عنوان عوارض جانبی پردنیزولون تا پیش از عادت کردن بدنتان به دارو رخ دهند که اگر مشکل‌ساز شدند باید با پزشک در میان گذاشته شوند؛ اینها عبارتند از: افزایش اشتها، مشکل در به خواب رفتن تیره یا روشن شدن رنگ پوست سیاهی رفتن چشم سردرد، یا افزایش عادی رشد موهای صورت و تنه موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف متیل‌پردنیزولون پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به کورتیکواستروییدها، داروهای دیگر، یا هر نوع ماده غذایی نگهدارنده یا رنگ خوراکی بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه آنتی‌اسیدها، انسولین داروهای ضدديابت خوراکی داروهای قلبی (دیگوکسین ، داروهای مدر یا داروهای دیگری که موجب دفع پتاسیم از بدن می‌شوند، داروهای حاوی پتاسیم غذاها یا داروهای حاوی سدیم هورمون رشد (سوماتروپین ، داروهایی که آنزیم‌های کبدی را تحریک می‌کنند (الکل داروهای ضدتشنج ، ریتودرین (دارویی که برای جلوگیری از زایمان زودرس به‌کار می‌رود)، یا واکسن‌های حاوی ویروس زنده سابقه یا ابتلا به ایدز یا عفونت HIV ؛ عفونت تبخال آبله مرغان یا سرخک (یا مواجهه اخیر با آنها)، بیماری قند (متیل‌پردنیزولون ممکن است روی سطح قند خونتان تأثیر بگذارد)؛ سل میاستنی گراویس عفونت‌های قارچی منتشر؛ التهاب مری معده یا زخم معده یا دوازدهه بیماری قلبی یا کلیوی هنگام مصرف متیل‌پردنیزولون توصیه می‌شود مرتب به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است لازم باشد پیش از مصرف طولانی‌مدت متیل‌پردنیزولون و نیز در طول درمان به صورت دوره‌ای چشمهایتان توسط یک چشم‌پزشک معاینه شود. برای جلوگیری از مشکلات گوارشی متیل‌پردنیزولون را با غذا بخورید. در مورد تغییراتی که باید در برنامه غذایی خود دهید با پزشکتان مشورت کنید. برخی از این تغییرات عبارتند از محدودیت سدیم یا کالری یا افزایش دریافت پتاسیم مقادیر اضافی پروتئین نیز ممکن است موردنیاز باشد. اگر برای برنامه‌ریزی تغذیه‌ای خود به کمک بیشتری نیاز دارید از پزشکتان بخواهید شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر قرار است این دارو را به مدتی طولانی مصرف کنید، با پزشکتان در مورد راهکارهایی برای جلوگیری از پوکی استخوان (مثل مصرف کلسیم و ویتامین D یا یک برنامه ورزشی مرتب مشورت کنید. اگر با کاهش مقدار یا قطع دارویتان علایم قبلی عود کردند یا بدتر شدند با پزشکتان تماس بگیرید. پیش از هر نوع عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا واکسیناسیون دیگر پزشکتان را از اینکه متیل‌پردنیزولون مصرف می‌کنید، مطلع سازید. از تماس با افرادی که دچار آبله‌مرغان یا سرخک هستند یا به تازگی واکسن خوراکی فلج اطفال خورده‌اند اجتناب کنید. در صورت هرگونه شک به تماس با این افراد با پزشکتان تماس بگیرید. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد متیل‌پردنیزولون مصرف می‌کنید.

متیل‌پردنیزولون را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط متیل‌پردنیزولون فاسد می‌شود). متیل‌پردنیزولون تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف متیل‌پردنیزولون نبایدمشوربات الکلی بنوشید؛ چرا که احتمال تحریک دستگاه گوارش را افزایش دهد.بدون هماهنگی با پزشکتان مصرف دارو را قطع کنید.

METHYLPHENIDATE

در مورد این دارو متیل‌فنیدیت دارویی است که در برنامه درمان کلی اختلال بیش‌فعالی کم‌توجهی به کار می‌رود. این برنامه شامل بخش‌های رفتاری (اجتماعی تحصیلی و روان‌شناختی است این اختلال با کاهش گسترده توجه افزایش حرکات تکانه‌ای و (معمولاً)

بیش‌فعالی شناخته می‌شود. از این دارو در درمان نارکولپسی (یک بیماری که در آن بیمار دچار حملات خواب ناگهانی می‌شود) نیز استفاده می‌شود. نام تجاری این دارو ریتالین است چگونگی مصرف قرص‌های متیل‌فنیدات معمولاً روزی ۲ یا ۳ بار، ۴۵-۳۰ دقیقه پیش از غذا مصرف می‌شود. مصرف به موقع تمامی نوبت‌ها در طی روز بسیار ضروری است آخرین نوبت باید پیش از ساعت ۶ بعدازظهر خورده شود تا از بی‌خوابی ناشی از آن جلوگیری شود. در مورد کودکان متیل‌فنیدات هفته‌ای ۵ روز (در روزهای مدرسه تجویز می‌شود و دو روز آخر هفته دارو مصرف نمی‌شود. در ماه‌های تابستان و بقیه اوقاتی که کودک استرس کمتری دارد می‌توان مقدار دارو را کاهش داد. قرص‌های طولانی‌رهش تا ۸ ساعت اثر دارند و می‌توان آنها را ۳-۱ نوبت در روز تجویز کرد. این قرص‌ها ترجیحاً بهتر است با شکم خالی خورده شود.قرص‌ها را یکجا ببلعید، آنها را نشکنید، خرد نکنید، و نجوید. هیچگاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید، زیرا این دارو می‌تواند در شما ایجاد عادت نماید. اگر حس می‌کنید اثر دارو برایتان کم شده است مقدار دارو را افزایش ندهید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید (البته اگر حداکثر یک ساعت دیر شده باشد). نوبت‌های باقیمانده همان روز را با فواصل مساوی تقسیم کنید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر، مصرف متیل‌فنیدیت را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه ضربان قلب تند؛ حرکات کنترل نشده بدن واکنش‌های حساسیتی (تب درد مفصلی بثورات جلدی کهیر)؛ ضعف یا خستگی غیرمعمول تاری دید یا دیگر تغییرات بینایی تغییرات خلقی یا ذهنی گیجی یا تشنج گلودرد یا تب خشکی دهان سردرد شدید؛ یا لرزش بدن یا دست علایم زیر ممکن است مشاهده شوند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شدند باید با پزشک در میان گذاشته شوند: تشویش بی‌خوابی کاهش اشتها، سرگیجه سردرد ، خواب‌آلودگی ، تهوع ، یا دل‌پیچه موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف متیل‌فنیدات پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به متیل‌فنیدات بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگر داروهای محرک دستگاه عصبی مرکزی نظیر مهارکننده‌های اشتها و کافئین پیموزید و مهارکننده‌های مونوامین اکسیداز (فورازولیدون ، پروکاربازین یا سلژیلین سابقه یا ابتلا به اضطراب یا بی‌قراری شدید؛ گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم : اختلال تورِت و دیگر اختلالات حرکتی تیک‌دار؛ پرفشاری خون هنگام مصرف متیل‌فنیدات توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.با کمک پزشکتان دوره‌هایی بدون دارو برای خودتان برنامه‌ریزی کنید. ممکن است برای جلوگیری از بروز علایم ترک دارو ضروری باشد، مقدار دارو باید به صورت تدریجی کاهش یابد.قد و وزن به‌صورت دوره‌ای اندازه گرفته شود.در صورت شک به مصرف بیش از حد دارو و مسمومیت بلافاصله درخواست کمک پزشکی کنید.

در صورت داشتن افکار یا احساسات عجیب با پزشکتان مشورت کنید.یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد متیل‌فنیدات مصرف می‌کنید.

متیل‌فنیدات را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط متیل‌فنیدات فاسد می‌شود).متیل‌فنیدات تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف متیل‌فنیدات نباید بدون مشورت با پزشکتان دارو را به یک باره قطع کنید. ممکن است علایم ترک رخ دهند.

CROMOLYN

در مورد این دارو کرومولین برای پیشگیری از علایم آسم و رینیت آلرژیک (آبریزش حساسیتی بینی تجویز می‌شود. این دارو جلوی آزاد شدن مواد ایجاد کننده این علایم را از سلول‌هایی خاص در خون می‌گیرد. وقتی کرومولین به طور مستقیم مصرف می‌شود، جلوی تعداد و شدت آسم و حملات رینیت آلرژیک را می‌گیرد. شکل استنشاقی کرومولین را می‌توان برای جلوگیری از

حمله آسمی به دنبال مواجه با هوای سرد، ورزش یا مواجه با موادی نظیر آلوده‌کننده‌ها و حساسیت‌آورها مصرف کرد. به مجردیکه وضعیت بدن شما با کرومولین تثبیت شد، ممکن است بتوان مقدار سایر داروهای ضد آسم یا ضد حساسیتی را که مصرف می‌کنید، کاهش داد. کرومولین در طی یک حمله آسمی هیچ کمکی نمی‌تواند بکند و حتی ممکن است حمله را تشدید کند. کرومولین تثبیت کننده ماست سل‌ها است چگونگی مصرف کرومولین را با افشانه‌های دهانی یا اسپری بینی مصرف می‌کنند. برخی از بیماران در یک هفته ممکن است احساس بهبودی داشته باشند. اما گاهی این ممکن است تا ۴ هفته نیز به طول انجامد. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. هیچگاه بیش از مقدار تجویز شده کرومولین مصرف نکنید. اگر طبق یک برنامه منظم کرومولین مصرف می‌کنید و یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردیکه به یاد آوردید مصرفش کنید. سپس نوبت‌های باقیمانده تا پایان روز را در فواصل مساوی مصرف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید. آئروسل استنشاقی کرومولین از دستورالعمل داخل بسته دارو پیروی کنید. تعداد اسپری‌های استفاده شده را ثبت کنید. برخی کپسول‌ها حاوی ۱۱۲ یا ۲۰۰ بار اسپری هستند. برای آنکه ببینید چقدر از کپسول پر می‌باشد آن را داخل ظرف آب نیاندازید. افشانه را قبل از اولین استفاده و اگر مدت‌ها است که مورد استفاده قرار نگرفته‌است بیازمایید. برای آزمودن افشانه ظرف فلزی محتوی دارو (کپسول را به قطعه دهانی داخل کنید. پوشش روی قطعه دهانی را بردارید و افشانه را به طور خوبی تکان دهید. درحالی که افشانه را در جهتی مخالف به طرف یک سطح تیره گرفته‌اید، بالای افشانه را یک بار فشار دهید و دارو را داخل هوا کنید. اگر یک ابر با دانه‌های زیر مشاهده کردید، افشانه کار می‌کند. در غیر این صورت دوباره سعی کنید. از پزشکتان بخواهید روش استفاده از افشانه را به شما نشان دهد. مثلاً برخی از پزشکان یک وسیله به نام آسم‌یار را که بین افشانه و دهان استفاده می‌شود، توصیه می‌کنند و برخی روش‌های دهان بسته یا دهان باز را ترجیح می‌دهند. بیش از دوبار در یک نوبت آنهم با حداقل ۲-۱ دقیقه فاصله از دارو استفاده نکنید. از اسپری کردن به داخل چشم خودداری کنید. ۶۰-۱۵ دقیقه پیش از مواجهه با هر عاملی که در شما موجب حمله می‌شود از این دارو استفاده کنید. ظرف محتوی دارو را بیش از مصرف تکان دهید.حداقل هفته‌ای دوبار افشانه را تمیز کنید تا باقیمانده‌های دارو را تمیز کنید. ظرف محتوی دارو را از قطعه دهانی جدا کنید. از خیس کردن ظرف خودداری کنید. بقیه قسمت‌های افشانه را با آب و صابون گرم بشویید و سپس به خوبی زیر شیر آب گرم آب بکشید. آب روی افشانه را با تکان دادن بریزید و بگذارید با پیش از وصل کردنش به ظرف محتوی دارو، خشک شود. کپسول کرومولین سدیم برای استنشاق توسط وسایل خاصی استفاده می‌شوند. از پزشکتان بخواهید روش کار با این وسایل را به شما بیاموزد. کپسول را از راه دهان نبلعید؛ این دارو به شکل خوراکی اثر نمی‌کند. آمپول کرومولین سدیم استنشاقی را باید برای دسترسی به دارو شکست این دارو فقط باید در یک دستگاه نبولایزر برقی استفاده شود. از پزشکتان بخواهید روش شکستن آمپول و روش استفاده از نبولایزر را به شما بیاموزد و دستورالعمل مکتوب در اختیارتان بگذارد. اطمینان حاصل کنید که روش صحیح کار با این وسیله را آموخته باشید. هر سؤالی داشتید از پزشک یا دارو سازتان بپرسید. کرومولین سدیم برای استفاده از راه بینی و محلول‌های مخصوص بینی با وسایل خاصی استفاده می‌شود تا داروی تجویز شده را در فواصل منظم به بدن برساند. برای مصرف هر دو شکل دارو ابتدا باید مجاری بینی خود را با فین‌کردن پاک کنید. در هنگام مصرف دارو از راه دهان نفس بگیرید. برای محلول مخصوص بینی کرومولین از یک اسپری مخصوص استفاده می‌شود، پس از استفاده قطعه بینی این وسیله را با یک دستمال پاک کنید و در پوش وسیله را بگذارید. برای استفاده محلول کرومولین (از راه بینی ، از یک وسیله برای تسهیل استنشاق محلول استفاده می‌شود. پس این وسیله باید قطعه بینی با دستمال تمیز شود. اما برای تمیز کردن این وسیله، باید آن را شست داخل حباب را نباید بشویید. پودر را در جای خشک نگه دارید تا قابل استفاده باقی بماند.هشدارها و عوارض جانبی درصورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر مصرف کرومولین را قطع کرده بلافاصله با پزشکتان تماس بگیرید: سر گیجه احساس ضعف افزایش خس‌خس سینه یا تنگی نفس بثورات جلدی یا کهیر؛ تورم صورت لب‌ها، پلک‌ها، داخل دهان دست‌ها یا پاها؛ درد قفسه صدری

لرز؛ ادرارکردن دردناک یا مشکل سردرد شدید؛ درد یا تورم مفاصل اثرات معمول دارو عبارتند از سرفه خشکی دهان یا گلو، تهوع گرفتگی بینی یا سوزش گلو. برای تسکین خشکی دهان باید پس از استفاده از دارو، دهان را با آب گرم بشویید؛ برای سردرد استامینوفن مصرف کنید. علایم نامعمول‌تر عبارتند از خشونت صدا و آبریزش از چشم اگر این علایم مشکل‌ساز شدند پزشکتان را مطلع سازید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف کرومولین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگهدارنده‌ها، رنگ‌های خوراکی یا داروها (به ویژه کرومولین یا دیگر داروهای استنشاقی بارداری یا شیردهی مصرف داروهایی دیگر دچار پولیپ بینی اگر مجاری بینی بسته باشند کرومولین بینی به همان اندازه مؤثر نخواهدبود. هنگام مصرف کرومولین توصیه می‌شودبه‌طور مستقیم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. اگر ظرف ۴ هفته از درمان بهبود نداشته‌اید یا اصولاً علایم‌تان بدتر شده است پزشکتان را مطلع سازید. کرومولین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط کرومولین فاسد می‌شود). کرومولین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان دور بریزید. ظرف محتوی دارو را حتی در صورت خالی بودن نشکنید، نسوزانید، یا سوراخ نکنید. هنگام مصرف کرومولین نباید پیش از هماهنگی و تأیید پزشکتان داروهای دیگری را که به خاطر بیماری تان مصرف می‌کنید (مثل کورتیکواستروئیدها یا گشادکننده‌های برونش قطع کنید.

NEFAZODONE

در مورد این دارو نفازودون یک داروی ضد افسردگی است این دارو برای تسکین علایم دوره‌های افسردگی ماژور تجویز می‌شود. نفازودن یک مهارکننده بازجذب سروتونین است چگونگی مصرف نفازودون معمولاً روزی دو نوبت به مقدار مساوی مصرف می‌شود. مهم است که این دارو هر روز در ساعت معینی خورده شود. هیچگاه کمتر یا بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. ممکن است چند هفته طول بکشد تا اثرات دارو ظاهر شود و به حداکثر برسد. مهم است که تا زمانی که پزشکتان دستور نداده مصرف نفازودون را ادامه دهید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. نفازودن را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آوردید، مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی فرا رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید، مقدار دارو را دو برابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم نادرولی جدی زیر، مصرف نفازودون را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: بثورات جلدی گیجی از دست دادن هماهنگی در حرکات یا خواب‌آلودگی شدید. علایم زیر ممکن است رخ دهند ولی فقط در صورتی که مشکل‌ساز شوند نیاز است با پزشک در میان گذاشته شوند: سردرد، خواب‌آلودگی ضعف سرگیجه خواب‌آلودگی سرفه خشکی دهان تهوع استفراغ احساس طعم نامطبوع در دهان اسهال یبوست تاری دید، درد عضلانی یا رویاهای غیرعادی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف نفازودون پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به نفازودون یا دیگر مهارکننده‌های بازجذب سروتونین بارداری شیردهی‌مصرف داروهای دیگر به ویژه داروهای پرفشاری خون الکل مسکن‌های تجویزی توسط پزشک آرامبخش‌ها، داروهای ضد افسردگی شل‌کننده‌های عضلانی داروهای ضد تشنج استمیزول سیساپراید، دیگوکسین مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مثل فورازولیدون ایزوکربوکسازید، فنلزین پروکاربازین سلژیلین و ترانیل‌سیپرومین مصرف نفازودون در حالیکه همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز مصرف می‌کنید یا کمتر از ۲هفته است که مصرف چنین داروهایی را قطع کرده‌اید ممکن است موجب گیجی افزایش ناگهانی دمای بدن افزایش شدید فشار خون و بروز تشنج شود. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های قلبی الکلیسم (اعتیاد به الکل یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف نفازودونتوصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد. ممکن است ۴ هفته طول بکشد تا اثر دارو ظاهر شده به حداکثر برسد؛ ممکن است بخواهید در این

مدت با پزشکتان ملاقات کنید. چنین پیشنهاد شده است که مصرف این دارو افکار خودکشی را افزایش می‌دهد. در این مورد، و در مورد هرگونه اقدامات احتیاطی لازم با پزشکتان مشورت کنید. تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به این دارو، در هنگام رانندگی یا کار با وسایل خطرناک احتیاط کنید. این دارو در برخی افراد موجب خواب‌آلودگی و کاهش سطح هوشیاری می‌شود. برای تسکین خشکی دهان از آدامس یا آب‌نبات‌های بدون قند استفاده کنید یا چند جرعه آب بنوشید. اگر این مشکل بیش از ۲ هفته ادامه پیدا کرد با پزشکتان مشورت کنید.

از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و نشسته به ایستاده به آرامی تغییر وضعیت دهید؛ در غیر اینصورت ممکن است دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم شوید.یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد نفازودون مصرف می‌کنید به همراه داشته باشید.

نفازودون را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این صورت شرایط نفازودون فاسد می‌شود). نفازودون تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف نفازودون نباید نوشابه‌های الکلی بنوشید یا از داروهای آرامبخش دیگر استفاده کنید؛ زیرا این‌ها خواب‌آلودگی و سرگیجه‌ای را که ممکن است در اثر مصرف نفازودون ایجاد شود، تشدید خواهند کرد.

NITROGLYCERIN

در مورد این دارو نیتروگلیسرین برای کاهش آنژین صدری تجویز می‌شود. آنژین صدری درد قفسه سینه‌ای است که مشخصاً کمتر ار ۱۵ دقیقه طول می‌کشد و ناشی از خونرسانی ضعیف به ماهیچه قلبی است این دارو در سه مورد مفید است و کاربرد دارد: (۱) تخفیف یک آنژین صدری با مصرف دارو و پس از شروع درد، (۲) جلوگیری از حمله قلبی با مصرف دارو و درست پیش از بروز حمله و (۳) کاهش تعداد حملات با مصرف دائمی و منظم دارو. قرص‌های زیر زبانی نیتروگلیسرین قرص‌هایی که در دهان بین لب یا گونه و لثه‌های فوقانی گذاشته می‌شوند، یا اسپری آئروسل که در زیر زبان زده می‌شود، همگی حملات آنژینی را تخفیف داده یا از آن‌ها جلوگیری می‌کنند. چگونگی مصرف دارو را درست مطابق تجویز پزشک مصرف کنید. اگر مطمئن نیستید که چه شکلی از دارو را مصرف می‌کنید، قبل از استفاده از دارو با پزشکتان مشورت کنید. هر شکل از نیتروگلیسرین دستور مصرف خاص خودش را دارد: قرص زیر زبانی نیتروگلیسرین برای تخفیف یا جلوگیری از درد حمله آنژین مصرف می‌شود. این قرص‌ها را نباید بلعید، خردکرد، یا جوید، بلکه باید در زیر زبان یا میان لب یا گونه و لثه‌ها فوقانی قرار داد. وقتی قرص را در محل قرار داده‌اید، سیگار نکشید و چیزی نخورید و ننوشید. با آغاز درد آنژینی بنشینید و یک قرص را زیر زبان یا بین گونه و لثه بالایی قرار دهید. اگر احساس غش سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم داشتید، چند نفس عمیق بکشید و سرتان را بین دو زانوی‌تان نگه دارید تا اینکه این احساس ار بین برود.می‌توان هر ۵ دقیقه تا دو بار دیگر دارو را تکرار کرد. اگر پس از ۱۵ دقیقه با مصرف ۳ قرص دردتان برطرف نشد، با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید شمارا فوراً به یک بخش فوریت‌های پزشکی برساند. اگر نیتروگلیسرین را برای پیشگیری از حمله آنژینی مصرف می‌کنید، ۱۵-۱۰ دقیقه پیش از هر فعالیت تنش‌زایی که قبلاً هم موجب حمله می‌شده است یک قرص زیر زبان بگذارید. نیتروگلیسرین در معرض هوا، گرما، و رطوبت فاسد می‌شود. پنبه داخل ظرف دارو را پیش از اولین استفاده دوراندازید و در ظرف را محکم ببندید. دارو را در محلی خنک و خشک نگهداری کنید. قرص‌ها را به یک ظرف دیگر منتقل نکنید مگر آنکه آن ظرف برای نگهداری نیتروگلیسرین ساخته شده باشد. داروی دیگری داخل ظرف حاوی نیتروگلیسرین نریزید، و ظرف حاوی نیتروگلیسرین را با خود داخل جیبتان حمل نکنید، چرا که در اینصورت ممکن‌است بیش از حدگرم شود. با رعایت این نکات احتیاطی نیتروگلیسرین تا آخر تاریخ انقضایش (که روی ظرف دارو مشخص شده مؤثر و کارا باقی خواهد ماند. آئروسل زبانی نیتروگلیسرین توسط یک ظرف مجهز به اسپری استفاده می‌شود. در موقع نیاز

ظرف را سربالا گرفته یک یا دو بار (البته به تجویز پزشکتان رو یا زیر زبان اسپری کنید. بعد از هر بار اسپری دهانتان را ببندید و همان موقع آب دهانتان را قورت ندهید. ظرف محتوی دارو را تکان ندهید و اسپری را استنشاق نکنید. وقتی احساس می‌کنید درد آنژینی می‌خواهد شروع شود، بنشینید و دارو به زیر زبان‌تان اسپری کنید. اگر احساس غش سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم داشتید، چند نفس عمیق بکشید و سرتان را بین دو زانو قرار دهید تا به تدریج این احساس رفع شود. و در صورت عدم بهبود درد دارو را می‌توان هر ۵ دقیقه (مجوعاً تا سه نوبت تکرار کرد. اگر پس از ۱۵ دقیقه یا سه بار اسپری هنوز درد داشتید با پزشکتان یا یک مرکز فوریت‌های پزشکی تماس بگیرید، یا از کسی بخواهید فوراً شما را به بخش فوریت‌های یک بیمارستان برساند.قرص‌های کامی طولانی‌رهش نیتروگلیسرین را بین لب یا گونه و لثه‌های فوقانی قرار می‌دهند تا به تدریج در دهان حل شود. این قرص‌ها را نباید بلعید، جوید، یا خردکرد. اگر در طی ۵-۳ ساعتی که قرص در محل است می‌خواهید چیزی بخورید یا بنوشید، قرص را بین لب بالا و لثه قرار دهید. اگر اتفاقی یک قرص را بلعیدید، فقط کافی است یک قرص دیگر را جایگزین کنید.با وجود یک قرص در دهان برای خواب به بستر نروید؛ ممکن است باعث خفگی شود. نوشیدن نوشیدنی‌های داغ و لمس قرص با زبان موجب می‌شود تا قرص سریع‌تر حل شود.سایر قرص‌ها و کپسول‌های نیتروگلیسرین را می‌توان در سه یا یک لیوان پر از آب با شکم خالی بلعید. این دارو را باید در محل خنک و خشک نگهداری کرد. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. اگر کمتر از ۲ ساعت تا نوبت بعدی مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید.پماد نیتروگلیسرین برای جلوگیری یا کاهش دفعات حملات آنژینی استفاده می‌شود. این شکل از دارو روی حمله‌ای که هم اکنون رخ داده اثری ندارد. دستورالعمل روی جعبه دارو را به دقت بخوانید. پیش از مالیدن این پماد، باقیمانده پماد قبلی را از روی پوستتان پاک کنید. از خط‌کش کاغذی داخل جعبه دارو برای اندازه‌گیری مقداری از دارو که باید از لوله محتوی پماد خارج شود استفاده کنید. یک لایه نازک را به دارو آغشته کنید. پماد را به پوست نمالید. برای جلوگیری از التهاب و تحریک پوست در هر نوبت محل استعمال دارو را عوض کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید، از دارو استفاده کنید. اگر کمتر از ۲ ساعت تا نوبت بعدی مانده‌است نوبت فراموش شده را استفاده کنید و نوبت بعدی را جا اندازید و مجدداً به برنامه دارویی معمولتان باز گردید.پلاک‌های نیتروگلیسرین (روش پوست گذر) برای جلوگیری یا کاهش دفعات حملات آنژینی استفاده می‌شود. پیش از گذاشتن یک پلاک جدید، قبلی را بردارید. لبه‌های پلاک را نبرید و آن را کوچک نکنید، زیرا با اینکار مقداری از دارو را که باید به بدنتان برسد تغییر می‌دهید. پلاک را در یک محل پاکیزه و خشک پوست که بدون مو (یا کم‌مو)، و فاقد جوشگاه بریدگی یا بثورات جلدی باشد بکار برید. برای جلوگیری از تحریک پوست محل پلاک را هربار عوض کنید. اگر پلاک جدا شد، یک پلاک جدید نصب کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید پلاک را نصب کنید و به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکان تماس بگیرید: تاری دید، خشکی دهان سردرد شدید، یا بثورات جلدی علایم مسمومیت در اثر مصرف بیش از حد نیتروگلیسرین عبارتند از: کبودی لب‌ها، بستر ناخن‌ها، و کف دست‌ها؛ سرگیجه شدید؛ احساس فشار در سر؛ مشکل در تنفس خستگی شدید؛ ضربان قلب تند؛ تب و تشنج برخی از مصرف کنندگان نیتروگلیسرین همچنین ممکن است دچار سردرد خفیف برافروختگی صورت و گردن و تهوع شوند. با استفاده مداوم از دارو سردرد معمولاً۔طی چند روز یا هفته رفع خواهد شد. این سردردها را می‌توان با مسکن‌های معمولی تسکین داد. اگر این علایم مشکل‌ساز شدند یا نمی‌دانستید که برای تسکین سردردتان چه دارویی مصرف کنید با پزشکتان مشورت کنید.موارد احتیاطدر صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف نیتروگلیسرین ، پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به هر نوع ماده غذایی نگه‌دارنده‌ها، یا رنگ‌های خوراکی نیتروگلیسرین یا داروهای دیگر (به ویژه نیترات‌ها و نیتریت‌ها). بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه داروهای پرفشاری خون یا دیگر داروهای قلبی سابقه یا ابتلا به

خونریزی مغزی یا ضربه به سر اخیر، کم خونی گلوکوم (افزایش فشار داخل چشم ، پرکاری تیروئید، مشکلات قلبی یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف نیتروگلیسرین توصیه می‌شود به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد.به آرامی از حالت نشسته یا خوابیده برخیزید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفتن چشم نشوید. یک برگه شناسایی پزشکی به همراه داشته باشید که نشان دهد نیتروگلیسرین مصرف می کنید. نیتروگلیسرین را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شریط نیتروگلیسرین فاسد می‌شود). نیتروگلیسرین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف نیتروگلیسرین نباید بدون مشورت با پزشکتان دارو را قطع کنید. برای قطع این دارو مقدارش باید تدریجاً کاهش یابد.

الکل بنوشید، برای مدتی طولانی سرپا بایستید، یا در هوای گرم ورزش کنید. این فعالیت‌ها ممکن‌است موجب سیاهی رفتن چشم یا سرگیجه شوند.

NIFEDIPIN

در مورد این دارونیفدیپین برای درمان پرفشاری خون تسکین درد قلبی در قفسه سینه (آنژین صدری ، نارسایی احتقانی قلب و پدیده رینود و نیز جلوگیری از سردردهای میگرنی تجویز می‌شود. پزشکان ممکن است در شرایط دیگری نیز نیفدیپین را تجویز کنند. این دارو از طریق مسدودکردن ورود کلسیم به داخل سلول‌ها عمل می کند؛ به همین علت آن را یک داروی مسدودکننده کانال کلسیمی می‌نامند. این خاصیت مسدودکنندگی باعث می‌شود تا مقدار کلسیم در سلول‌های قلبی و رگ‌های خونی کاهش یابد که موجب کاهش ضربان قلب و گشادی عروق (رگ‌ها) می‌شود. بنابراین فشارخون پایین می‌آید، جریان خون افزایش می‌یابد و بار کاری قلب کاهش پیدا می کند. چگونگی مصرف مقادیر متفاوتی از نیفدیپین برای موارد گوناگونی تجویز می‌شود. مهم است که دارویتان را هر روز در ساعت یکسانی مصرف کنید. شکل‌های طولانی اثر نیفدیپین روزی یک بار مصرف می‌شود. و بهتر است صبح ناشتا خورده شود تا فراموش نشود. در مواردی که روزی چند نوبت نیفدیپین تجویز می‌شود، باید مطمئن شوید همه نوبت‌ها را می‌خورید. نیفدیپین را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردیکه به یاد آوردید، مصرفش کنید. در مواردی که دارو را روزی یک بار مصرف می کنید اگر کمتر ۸ ساعت تا نوبت بعدی مصرف دارو مانده بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. اگر نیفدیپین را روزی چندبار مصرف می‌کنید، اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را حذف کنید. مقدار دارو را دو برابر نکنید و پیش از هماهنگی و مشورت با پزشکتان مصرف دارو را قطع نکنید. برای قطع این دارو مقدار داروی مصرفی باید به تدریج کاهش داده شود. در اکثر مواردی که نیفدیپین تجویز می‌شود برای مهار بیماری است نه درمان آن بنابراین ممکن است مجبور باشید که آن را در سال‌ها یا حتی تا پایان عمر مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی می‌کنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از نشانه‌های نادر ولی جدی زیر مصرف نیفدیپین را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس خس سینه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم پس از برخاستن از حالت خوابیده یا نشسته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلو در ۴-۲۴.۸ ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ بثورات جلدی تپش قلب (احساس حرکت سریع قلب در قفسه سینه . علایم زیر ممکن است تا تنظیم شدن بدنتان با دارو مشاهده شوند: سردرد، خستگی برافرواختگی و احساس گرمی تهوع یا یبوست یا اسهال اگر این علایم ادامه یافتند یا مشکل‌ساز شدند، موضوع را با پزشکان درمیان بگذارید. موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف نیفدیپین پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به نیفدیپین یا دیگر داروهای مسدودکننده کانال کلسیم بارداری و شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه

کاربامازپین سیکلوسپورین استروئیدها، یا دیگر داروهای پرفشاری خون (مسدودکننده‌های بتا، کینیدین دیگوکسین دیسوپیرامید، فلکاینید، یا پروکاینامید
سابقه یا ابتلا به حساسیت فشارخون پایین حمله قلبی یا بیماری کلیوی یا کبدی هنگام مصرف نیفدیپین توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودی‌تان را زیرنظر داشته باشد. در مورد یک سطح فعالیت بدنی بی‌خطر با پزشکتان مشورت کنید. نیفدیپین ممکن است درد قلبی را کاهش دهد یا آن را کاملاً رفع کند و شما در نتیجه بیشتر از مقدار قابل قبول فعالیت بدنی انجام دهید.وزنتان را نسبت به قد و استخوان‌بندی‌تان در محدوده مناسب نگاه دارید. در صورت نیاز از پزشکتان بخواهید در کاهش وزن به شما کمک کند. اگر برای کاهش فشارخون نیفدیپین مصرف می‌کنید، مصرف سدیم (نمک خود را محدود کنید. از پزشکتان درخواست کنید دستورات تغذیه‌ای در اختیارتان بگذارد یا شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاوره یا گروه ترک سیگار معرفی کند. الکل ننوشید. به آرامی از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده و یا از حالت نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه و سیاهی رفته چشم نشوید. فشارخونتان را هر هفته اندازه بگیرید و تغییرات قابل توجه را به پزشکتان اطلاع دهید. فشارخون‌های اندازه‌گیری شده را ثبت کنید و در هنگام مراجعه به پزشکتان آن را همراه ببرید. پیش از مصرف نیفدیپین نبضتان را بشمارید. اگر مساوی یا کمتر از ۶۰ بود در مورد این که باید آن نوبت دارو مصرف کنید یا خیر، با پزشکتان تماس بگیرید. برای جلوگیری از مشکلات دندانی و لثه‌ای ناشی از این دارو بهداشت دهان خود را با مسواک زدن استفاده نخ دندان و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید. قرص‌های طولانی رهش را درسته ببلعید؛ آنها را نجوید، خرد نکنید و نشکنید. داروی کافی برای روزهای تعطیل در دسترس داشته باشید. یک برگه شناسایی پزشکی که نشان دهد نیفدیپین مصرف می‌کنید همراه داشته باشید.
از آنجایی که این دارو می‌تواند روی نتایج برخی آزمون‌های آزمایشگاهی اثر بگذارد، سایر پزشکان را از این که نیفدیپین مصرف می‌کنید، مطلع سازید. نیفدیپین را از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط نیفدیپین فاسد می‌شود).نیفدیپین تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف نیفدیپین نباید تا مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایل خطرناک کار کنید. اگر خواب‌آلودگی یا سرگیجه مشکل‌ساز شد، با پزشکتان مشورت کنید. بدون مشورت با پزشکتان مقادیر زیادی آب گریپ فروت بنوشید. گریپ فروت اثرات نیفدیپین را افزایش می‌دهد. داروی دیگری (به ویژه محرک‌های بدون نیاز به نسخه و داروهای سرفه یا سرماخوردگی را بدون هماهنگی قبلی با پزشکتان مصرف کنید.

HYDROCHLOROTHIAZIDE

در مورد این دارو هیدروکلروتیازید یک داروی مدر (ادارآور) رایج است این دارو با کمک به دفع آب و سدیم اضافی بدن از طریق ادرار، و در نتیجه کاهش مایعات در گردش خون فشارخون را پایین می‌آورد. کاهش این فشار، از بار کاری قلب نیز می‌کاهد. بالا باقی ماندن فشار داخل سرخرگ‌ها به سرخرگ (شریان های مغز، قلب و کلیه‌ها صدمه می‌زند. این آسیب احتمال سکته مغزی و حمله قلبی و نارسایی کلیه را زیاد می‌کند. هیدروکلروتیازید همچنین موجب دفع برخی مواد شیمیایی نظیر سدیم و پتاسیم از بدن می‌شود. چگونگی مصرف هیدروکلروتیازید را می‌توان با غذا یا شیر مصرف کرد تا معده را ناراحت نکند. سعی کنید داروی‌تان را هر روز سرساعت معینی بخورید تا آن را فراموش نکنید. اگر روزی یک نوبت هیدروکلروتیازید مصرف می‌کنید، سعی کنید صبح هنگام باشد یا وقتی که به توالت دسترسی داشته باشید. اگر به خاطر رفتن به خرید یا هر کاری مصرف دارو به تأخیر انداختید پیش از ساعت ۴ بعدازظهر آن نوبت را مصرف کنید. اگر بیش از یک نوبت هیدروکلروتیازید می‌خورید، باز هم

آخرین نوبت باید پیش از ساعت ۴ بعدازظهر مصرف شود. این برنامه کمک می کند تا شبانگاه جهت ادرارکردن از خواب برنخیزید. اگر از شکل مایع دارو استفاده می کنید برای اندازه گیری مقدار دارو از قطره چکان همراه دارو استفاده کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، به مجردی که به یاد آورید مصرفش کنید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده است نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی منظم‌تان بازگردید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم زیر با پزشکتان تماس بگیرید: واکنش‌های حساسیتی (بثورات جلدی یا کهیر)؛ خشکی دهان تشنگی شدید؛ بی‌نظمی ضربان قلب دردها و گرفتگی‌های عضلانی تهوع و استفراغ خستگی یا خواب آلودگی شدید؛ شکم‌درد یا سوزش شدید معده کبودی یا خونریزی غیرعادی مدفوع سیاه و قیری لکه‌های قرمز روی پوست وجود خون در ادار یا مدفوع درد مفاصل کمردرد؛ زردی چشم یا پوست موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف هیدروکلروتیازید، پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به هیدروکلروتیازید یا دیگر داروهای سولفامیدی بومتانید؛ فوروسماید؛ یا داروهای مدر دیگر مثل مهار کننده‌های کربونیک آیندراز. بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه دیگوکسین لیتیم یا داروهای کاهنده کلسترول (کلستیرامین کلستیپول . سابقه یا ابتلاـ به بیماری قند، اختلال چربی‌های خون یا بیماری‌های کلیوی هنگام مصرف هیدروکلروتیازید توصیه می‌شود دارو را طبق تجویز پزشکتان مصرف کنید.در مورد نیاز به کاهش وزن ترک سیگار، پرداختن به ورزش یا تغییرات در برنامه غذایی (مثل محدودیت مصرف نمک یا مصرف بیشتر غذاهای حاوی پتاسیم مثل موز، آب پرتقال خشکبار، طالبی و گرمک . به طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودیتان را زیر نظر داشته باشد. هفته‌ای یک بار (یا طبق دستور پزشکتان فشارخون و وزنتان را اندزه بگیرید و مقادیر آن‌ها را یادداشت کنید تاآن را در هر مراجعه به پزشکتان نشان دهید. (روش اندازه‌گیری فشار خون را از یک پزشک یا پرستار بیاموزید.) هرگونه افزایش یا کاهش وزن هفتگی در حدود ۲-۵/۱ کیلوگرم را به اطلاع پزشکتان برسانید. پیش از مصرف هرگونه دارو، حتی داروهای مجاز بدون نسخه یا داروهای گیاهی حتماً با پزشکتان مشورت کنید. از مواجهه بدون محافظت با نور خورشید اجتناب کنید؛ به ویژه آفتاب ساعت ۱۰ صبح تا ۳ بعدازظهر و نیز وسایل برنزه کننده از یک ضدآفتاب با قدرت حفاظتی (SPF) حداقل ۱۵ یا بیشتر برای مناطق در معرض نور پوست استفاده کنید. هیدروکلروتیازید موجب حساسیت به آفتاب می‌شود و در مناطق بدون پوشش موجب آفتاب سوختگی شدید یا تغییر رنگ پوستی می‌شود.

هیدروکلروتیازید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم یا حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط هیدروکلروتیازید فاسد می‌شود). هیدروکلروتیازید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف هیدروکلروتیازید نبایدبه سرعت از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا نشسته به ایستاده تغییر وضعیت دهید. زیرا ممکن است دچار سیاهی رفتن چشم یا احساس غش شوید. الکل بنوشید، برای مدتی طولانی بایستید، یا در هوای گرم ورزش کنید، این فعالیت‌ها می‌تواند موجب سیاهی رفتن چشم و احساس غش شود. حتی در صورت احساس بهبودی دارویتان را قطع کنید. این دارو مشکل شما را کنترل می کند، نه درمان و ممکن است لازم باشد آن را برای مدتی طولانی مصرف کنید. اگر در مورد این دارو سؤالی دارید از پزشکتان بپرسید.

VERAPAMILE

در مورد این دارو وارپامیل برای کنترل پرفشاری خون آنژین صدری (درد قلبی قفسه سینه ، و بی‌نظمی ضربان قلب و نیز جلوگیری از سردرد میگرنی تجویز می‌شود. پزشکتان ممکن است به‌دلایل دیگری نیز برایتان وراپامیل تجویز کند. این دارو در بدن از طریق جلوگیری از ورود کلسیم به داخل سلول‌ها عمل می کند؛ به‌همین علت است که آن را مسدودکننده کانال کلسیمی می‌نامند. این خاصیت مسدودکنندگی باعث می‌شود مقدار کلسیم در سلول‌های عروق خونی و قلب کاهش یابد و به‌دنبالش ضربان قلب کندتر و

عروق خونی گشادتر شوند. که در نتیجه فشارخون پایین می‌آید، جریان خون افزایش می‌یابد، و از بارکاری قلب نیز کاسته می‌شود. چگونگی مصرف مهم است که هر روز دارویتان را سر ساعت معینی مصرف کنید. انواع طولانی اثر وارپامیل معمولاً روزی یک بار مصرف می‌شوند. معمولاً بهتر است دارو ناشتا خورده شود تا بعداً فراموش نشود. اگر روزی چند نوبت وارپامیل مصرف می کنید باید تلاش کنید، هیچ نوبتی فراموش نشود. اکثر انواع وارپامیل را می‌توان با یا بدون غذا مصرف کرد، بجز دو نوع خاص (کالان طولانی رهش و ایزوپتین طولانی رهش که معده را ناراحت می‌کنند و باید با غذاخورده شوند. هرروز پیش از خوردن وراپامیل نبض‌تان را یک دقیقه بشمارید (اگر این کار را بلد نیستید از یک پزشک یا پرستار بخواهید به شما آموزش دهد). اگر نبضتان ۵۰ یا کمتر بود. پیش از خوردن وارپامیل آن روز با پزشکتان مشورت کنید. هیچ‌گاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات به دقت پیروی کنید. اگر یک نوبت را فراموش کردید، اگر بیش از ۸ ساعت تا نوبت بعدی مانده بود، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرف کنید. در غیر این‌صورت نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان باز گردید. در مواردی که بیش از یک نوبت در روز وارپامیل می‌خورید اگر تقریباً موقع نوبت بعدی رسیده بود، نوبت فراموش شده را رها کنید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید و بدون مشورت با پزشکتان آن را قطع نکنید. پیش از قطع وارپامیل مقدارش باید به تدریج کاهش یابد. در اکثر مواردی که وراپامیل تجویز می‌شود، بیماری را کنترل می کند نه درمان بنابراین ممکن است لازم باشد آن را سال‌ها یا تا پایان عمر مصرف کنید، حتی اگر احساس بهبودی داشته باشید.هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هر یک از علایم زیر مصرف وارپامیل را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: درد قفسه سینه مشکل در تنفس تنگی نفس یا خس‌خس سینه ضربان قلب زیر ۵۰ در دقیقه سرگیجه یا سیاهی رفتن چشم شدید پس از برخاستن از وضعیت خوابیده یا نشسته تورم دست‌ها و پاها یا افزایش وزن ناگهانی (۵/۱ کیلو در ۴۸-۲۴ ساعت ؛ التهاب لثه‌ها؛ بثورات جلدی یا تپش قلب (احساس تکان خوردن شدید قلب در قفسه سینه . علایم زیر ممکن است تا عادت کردن بدنتان به دارو رخ دهند: سردرد، سرگیجه خستگی ضعف گرگرفتگی و احساس گرما، تهوع یا یبوست اگر این علایم ادامه یافتند یا مشکل‌ساز شدند، وضعیت را با پزشکتان در میان بگذارید.موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف وارپامیل پزشکتان را مطلع سازید: حساسیت به وراپامیل یا دیگر مسدودکننده‌های کانال کلسیمی بارداری یا شیردهی‌مصرف داروهای دیگر، به‌ویژه کاربامازپین سیکلوسپورین استروئیدها، یا دیگر داروهای فشارخون یا قلب (داروهای مُدر، مسدودکننده‌های بتا، کینیدین دیگوکسین دیزوپیرامید، فلکاینید، یا پروکاینامید). سابقه یا ابتلا به حساسیت‌ها، کم‌فشاری خون حملات قلبی یا بیماری‌های کلیوی یا کبدی هنگام مصرف وارپامیل توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیرنظر داشته باشد. در مورد یک سطح فعالیت بدنی بی‌خطر با پزشکتان مشورت کنید. وارپامیل ممکن است درد قفسه سینه را کاهش دهد یا حتی از آن جلوگیری کند و در نتیجه شما بیشتر از مقدار مجاز فعالیت کنید. وزنتان را متناسب با قد و استخوانبندی‌تان نگاه دارید. در صورت نیاز به کاهش وزن از پزشکتان کمک بخواهید.اگر وارپامیل را برای درمان پرفشاری خون مصرف می‌کنید، نمک کمتر مصرف کنید. از پزشکتان دستورات تغذیه‌ای بخواهید یا درخواست کنید تا برای کمک بیشتر شما را به یک متخصص تغذیه معرفی کند. اگر سیگاری هستید، سیگار را ترک کنید. از پزشکتان بخواهید شما را به یک مشاور یا گروه ترک سیگار معرفی کند. الکل ننوشید. از حالت خوابیده به نشسته یا ایستاده یا نشسته به ایستاده آرام تغییر وضعیت دهید تا دچار سرگیجه سیاهی رفتن چشم و غش نشوید. برای جلوگیری از مشکلات دندانی و لثه‌ای ناشی از این دارو بهداشت دهانتان را با زدن مسواک نخ کشیدن و مراجعه منظم به دندانپزشک حفظ کنید. قرص‌های طولانی رهش را درسته ببلعید؛ آنها را نجوید، نشکنید یا خرد نکنید. اگر با مصرف وراپامیل دچار تهوع شدید، آن را با شیر یا غذا بخورید. برای روزهای تعطیل داروی کافی در دسترس داشته باشید. یک برگ شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد وراپامیل مصرف می‌کنید.سایر پزشکان را از این که وراپامیل مصرف می‌کنید آگاه سازید؛ این دارو ممکن است روی برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تأثیر بگذارد. وراپامیل را دور

از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط وراپامیل فاسد می‌شود). وراپامیل تاریخ مصرف گذشته را دور از دستر کودکان در توالت دور بریزید.هنگام مصرف وارپامیل نباید تا پیش از مشخص شدن پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با ابزار خطرناک که نیاز به هوشیاری کامل دارند کار کنید. اگر ضعف یا سرگیجه مشکل‌ساز شد با پزشکتان مشورت کنید.

بدون مشورت با پزشکتان هیچ دارویی را، حتی داروهای محرک و سرفه یا سرماخوردگی که بدون نسخه قابل تهیه هستند، مصرف کنید.بدون مشورت با پزشکتان زیاد آب گریپ فروت مصرف کنید. آب گریپ فروت اثرات وراپامیل را افزایش می‌دهد. بدون هماهنگی با پزشکتان نوع وراپامیل مصرفی خود را تغییر دهید. برخی انواع وراپامیل باید یک نوبت در روز و برخی انواع چند نوبت در روز مصرف شوند.

VALPRAIC ACID

در مورد این دارو والپروئیک اسید برای درمان صرع اَبسنس ساده و مرکب تجویز می‌شود. در این نوع صرع بیمار به‌طور ناگهانی دچار از دست دادن هوشیاری می‌شود به‌طوری که چهره‌اش بی‌حالت شده بی‌حرکت باقی می‌ماند. والپروئیک اسید کمک می‌کند تا دفعات بروز این صرع کمتر گردد. چگونگی مصرف مقدار تجویزی والپروئیک اسید بر اساس پاسخ بالینی بیمار و سطح دارو در خون تعیین می‌شود. دارو را میتوان با یا بدون غذا مصرف کرد. هیچگاه بیشتر از مقدار تجویز شده مصرف نکنید. از دستورات پزشکتان به دقت پیروی کنید. اگر شکل مایع (سوسپانسیون والپروئیک اسید را مصرف می‌کنید، فقط از پیمانه داخل جعبه دارو یا پیمانه‌ای که پزشک در اختیارتان گذاشته است برای اندازه‌گیری داروی مصرفی استفاده کنید. شربت این دارو را می‌توان با مقدار کمی آب‌میوه یا غذا مخلوط کرد تا راحت‌تر خورده شود. مراقب باشید سوسپانسیون یا شربت این دارو در یخچال منجمد نشود. اگر کپسول والپروئیک اسید مصرف می‌کنید، آن را درسته ببلعید و کپسول‌ها را نشکنید، خرد نکنید، یا نجوید. اگر روزی یک نوبت والپروئیک اسید مصرف می‌کنید و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید ، به مجردی که آن را به یاد آوردید مصرفش کنید. البته اگر روزی دو یا چند نوبت والپروئیک اسید می‌خورید و حال یک نوبت را فراموش کرده‌اید، در صورتی که ظرف ۶ ساعت آن را به یاد آوردید مصرفش کنید و نوبت‌های باقیمانده آن روز را در فواصل یکسان بخورید. اگر تقریباً موقع نوبت بعدی بود، نوبت فراموش شده را رها کرده به برنامه دارویی معمولتان بازگردید. مقدار دارو را دوبرابر نکنید. هشدارها و عوارض جانبی در صورت بروز هریک از علایم نادر ولی جدی زیر مصرف والپروئیک اسید را قطع کرده با پزشکتان تماس بگیرید: گیجی تغییرات خلقی یا رفتاری تاری دید؛ حرکت‌های غیرعادی چشم‌ها به عقب و جلو، دوبینی مشاهده لکه در میدان بینایی افزایش دفعات صرع کبودی یا خونریزی غیرعادی خون در ادرار یا مدفوع بی‌اشتهایی تهوع و استفراغ درد شکمی شدید؛ خستگی و ضعف زردی پوست یا چشم‌ها. علایم زیر ممکن است رخ دهند، که اگر مشکل‌ساز شدند می‌توان آنها را با پزشک مطرح کرد: اسهال یبوست سرگیجه یا خواب‌آلودگی خفیف سوءهاضمه تهوع و استفراغ سردرد، بی‌قراری مشکل در به خواب رفتن ریزش مو، تغییرات دوره ماهانه بثورات جلدی افت مهارت‌های حرکتی بدنی یا کاهش یا افزایش وزن غیرعادی موارد احتیاط در صورت وجود هریک از موارد زیر پیش از مصرف والپروئیک اسید، پزشکتان را مطلع سازید:

حساسیت به والپروئیک اسید یا دیوالپروکس بارداری یا شیردهی مصرف داروهای دیگر، به ویژه ضدتشنج‌های دیگر (فنی‌توئین کاربامازپین ؛ باربیتورات‌ها؛ پریمیدون الکل متادون داروهای خواب داروهای ضدافسردگی داروهای آرامبخش یا سایر داروهای ضعیف‌کننده دستگاه عصبی مرکزی داروهای ضدانعقاد؛ یا داروهای ضدمالاریا. سابقه یا ابتلا به بیماری‌های کبدی هنگام مصرف والپروئیک اسید توصیه می‌شود به‌طور منظم به پزشکتان مراجعه کنید تا بهبودتان را زیر نظر داشته باشد.برای جلوگیری از ناراحتی

معده والپروئیک اسید را با غذا مصرف کنید. از مصرف الکل و سایر داروهای ضعیف‌کننده دستگاه اعصاب مرکزی (آرامبخش‌ها) اجتناب کنید.

پیش از عمل جراحی کارهای دندانپزشکی یا درمان‌های اضطراری سایر پزشکان را از اینکه والپروئیک اسید مصرف می‌کنید مطلع سازید. این دارو ممکن است زمان خونریزی را افزایش دهد و با برخی آزمون‌های آزمایشگاهی تداخل کند. یک برگه شناسایی پزشکی همراه داشته باشید که نشان دهد والپروئیک اسید مصرف می‌کنید.

والپروئیک اسید را دور از دسترس کودکان و دور از گرما، نور مستقیم و حرارت مرطوب نگهداری کنید (در این شرایط والپروئیک اسید فاسد می‌شود). والپروئیک اسید تاریخ مصرف گذشته را دور از دسترس کودکان در توالت دور بریزید. هنگام مصرف والپروئیک اسید نباید پیش از مشورت با پزشکتان مصرف هر دارویی را شروع یا قطع کنید. سایر داروها ممکن است بر چگونگی اثر والپروئیک اسید بر بدنتان تأثیر بگذارند.پیش از اطمینان یافتن از پاسخ بدنتان به دارو رانندگی کنید یا با وسایر خطرناک کار کنید؛ این دارو برخی افراد را دچار سرگیجه و خواب‌آلودگی می‌کند و سطح هوشیاری‌شان را پایین می‌آورد.پیش از هماهنگی با پزشکتان دارو را قطع کنید. اگر مدتی است فنی‌توئین مصرف می‌کنید، برای قطع این دارو مقدارش باید به تدریج کاهش یابد.

ACETYLCYSTEINE

ACETYLCYSTEINE

موارد مصرف استیل سیستئین برای‌درمان مسمومیت با استامینوفن و به‌منظور جلوگیری از اثر سمی آن بر کبدبه‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: استیل سیستئین می‌تواند کبدرا در برابر عوارض سمی متابولیت فعال‌استامینوفن از طریق افزایش میزان‌گلوتاتیون و پیوند با متابولیت فعال محافظت نماید.

موارد منع مصرف در آسم شدید وحساسیت به استیل سیستئین نبایدمصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود زخم معده‌با احتیاط مصرف گردد.

۲ ـ درمان با این دارو حتی در صورت‌بروز کهیر باید ادامه یابد.

عوارض جانبی عوارض این دارو خیلی‌شایع نیست ولی شامل واکنش‌های‌حساسیتی انقباض برونش ادم صورت بثورات جلدی آنافیلاکسی گیجی تب تهوع و استفراغ می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو را می‌توان‌به‌صورت تزریق داخل وریدی تجویز کرد.

۲ ـ قبل از استفاده از این دارو در درمان‌مسمومیت با استامینوفن ضروری است‌که محتویات داخل معده تخلیه شود.

۳ ـ درمان با این دارو حداکثر ظرف ۲۴ساعت اول پس از مسمومیت صورت گیرد.

مقدار مصرف به‌عنوان پادزهر درمسمومیت با استامینوفن در ابتدا مقدارmg/kg ۱۵۰ در ۲۰۰ میلی‌لیتر دکستروز ۵٪طی ۱۵ دقیقه انفوزیون وریدی می‌شود ومتعاقب ?مقدار mg/kg ۵۰ در ۵۰۰ میلی‌لیتردکستروز ۵٪ طی ۴ ساعت و سپسmg/kg ۱۰۰ در ۱۰۰۰ میلی‌لیتر دکستروز۵٪ ورای ۱۶ ساعت انفوزیون می‌گردد.مقدار مصرف این دارو در کودکان مشابه‌بزرگسالان است

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰mg / ml

ACTIVATED CHARCOAL

ACTIVATED CHARCOAL

موارد مصرف زغال فعال برای درمان‌غیراختصاصی اورژانس در مسمومیت‌ناشی از اکثر داروها و مواد شیمیایی‌مصرف می‌شود. این دارو می‌تواند به‌بسیاری از سموم در معده پیوند یافته وجذب آنها را کاهش دهد، هر چند که درمسمومیت با سیانور کاملا بی‌اثر و درمسمومیت با اسیدهای معدنی بازهای‌سوزاننده اتانول متانول و املاح آهن اسیدبوریک و مواد پاک کننده نسبت ?بی‌اثراست این دارو برای درمان اسهال سوءهاضمه هیپرکلسترولمیا و کمک به جذب گازهای روده که موجب نفخ می‌شوند نیزمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌عنوان داروی ضداسهال زغال فعال شده بسیاری از محرکهایی راکه موجب اسهال و نارحتی گوارشی‌می‌شوند، جذب سطحی می‌کند. به‌عنوان‌پادزهر این دارو مواد سمی خورده شده راجذب سطحی کرده و مانع از جذب آنها درمعده و روده می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای

گوارش جذب نمی‌شود و متابولیزه نیزنمی‌گردد. راه اصلی دفع آن از طریق

مدفوع است حداکثر اثر درمانی چنانچه‌دارو طی ۳۰ دقیقه پس از بلع ماده سمی‌تجویز گردد، حداکثر اثر درمانی حاصل‌می‌گردد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف دارو ممکن است‌موجب بروز تهوع و استفراغ گردد

که ممکن است در موارد بلع مواد

سوزاننده یا هیدروکربن‌های فرارخطرناک باشد.

۲ ـ مصرف طولانی این دارو برای رفع‌ناراحتی‌های گوارشی کودکان زیر ۳ سال ممکن است سوء تغذیه ایجاد نماید.

تداخل‌های دارویی زغال فعال می‌تواندداروهای موجود در لوله گوارش را جذب‌کند. جذب استیل سیستئین خوراکی وشربت ایپکا را کاهش می‌دهد. لذا درمواردی که مصرف هر دو دارو لازم است‌توصیه می‌شود که زغال را فقط پس ازاتمام استفراغ تجویز کرد. زغال را نباید باشیر یا شربت مخلوط کرد زیرا ظرفیت‌جذب با آن کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو در ظرف‌دربسته نگهداری شود.

۲ ـ اگر قبلا به مسموم شربت ایپکا داده‌شده است بعد از بروز استفراغ از این دارواستفاده شود.

۳ ـ استفاده طولانی مدت این دارو به‌عنوان‌ضد نفخ توصیه نمی‌گردد.

۴ ـ این دارو رنگ مدفوع را سیاه می‌کند،اگرچه این مسأله از نظر درمانی اهمیت‌ندارد.

۵ ـ از مصرف همزمان با سایر داروهاخودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت حاد مقدار

۱۰۰g ـ ۳۰ گرم (۲ g/kg ـ ۱) به‌صورت‌سوسپانسیون در آب مصرف می‌شود. دردرمان اسهال مقدار ۵۲۰ میلی گرم‌مصرف می‌شود که برحسب نیاز، هر ۳۰دقیقه تا یکساعت تکرار می‌شود، حداکثرمقدار مصرف در این موارد ۴g/day می‌باشد. به‌عنوان ضد نفخ مقدار ۴ – ۱گرم از دارو سه بار در روز بعد از غذامصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵۰mg

Suspension: ۳۰g / ۲۴۰ml

AMYL NITRITE

AMYL NITRITE

موارد مصرف آمیل نیتریت برای درمان‌حملات حاد آنژین صدری به‌کار می‌رود.ولی بدلیل وجود داروهایی با سمیت کمترمانند نیترات‌ها کمتر مورد استفاده قرارمی گیرد. این ترکیب عموم ?در درمان‌مسمومیت با سیانید مصرف می‌شود. این دارو همچنین به‌عنوان داروی کمک‌تشخیصی در بررسی عملکرد ذخیره‌ای‌قلب استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که اثر ضدآنژین آمیل نیتریت در نتیجه کاهش فشارشریانی سیستمیک و ریوی باشد و کاهش‌برونده قلبی به دنبال مصرف آمیل نیتریت ناشی از گشاد شدن عروق محیطی‌می‌باشد. به عنوان پادزهر مسمومیت باسیانید، آمیل نیتریت موجب تشکیل‌متهموگلوبینمی می گردد. این ماده باسیانید ترکیب شده و تبدیل به ترکیب غیرسمی سیانومتهموگلوبین می‌شود.

فارماکوکینتیک اثر آن طی ۳۰ ثانیه شروع‌شده و ۵ ـ ۳ دقیقه ادامه خواهد داشت متابولیسم آن کبدی است و تقریب ?۱/۳ آن‌از راه کلیه‌ها دفع می گردد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران سالخورده احتمال بروز کمی فشار خون در حالت‌ایستاده بیشتر است

۲ ـ در کم خونی شدید، خونریزی مغزی وضربات وارده به سر، پرکاری تیروئید وانفارکتوس اخیر میوکارد با احتیاط‌مصرف گردد.

عوارض جانبی عوارض شایع شامل‌سرگیجه و یا منگی هنگام برخاستن ازحالت خوابیده و یا نشسته برافروختگی‌صورت و گردن سردرد خفیف تهوع یااستفراغ نبض سریع و بیقراری می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای پایین آورنده فشار خون و یاسایر داروهای گشادکننده عروق اثر آن راتشدید می کند. اثرات هیستامین ونوراپی‌نفرین و استیل کولین در مصرف‌همزمان با آمیل نیتریت کاهش می‌یابد.داروهای مقلد سمپاتیک اثر آمیل نیتریت راکم می کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بیمار باید آمپول رادر میان دستمالی شکسته و ۶ ـ ۱ بار آنرااستنشاق کند و سپس در حالت نشسته وخوابیده قرار گیرد.

۲ ـ این دارو قابل اشتعال است

مقدار مصرف به عنوان ضد آنژین مقدار۰/۳ میلی‌لیتر (یک آمپول استنشاق‌می‌شود و می‌توان آنرا هر ۵ ـ ۳ دقیقه تکرارکرد به عنوان پادزهر مسمومیت با سیانیددر صورت لزوم هر ۵ دقیقه به مدت

۶۰ ـ ۳۰ ثانیه تا زمان بهوش آمدن‌استنشاق می‌شود و سپس فاصله مقادیرمصرف را طولانی کرده و تا ۲۴ ساعت‌مصرف دارو ادامه می‌یابد.

اشکال دارویی

Ampules for Inhalation

ATROPINE

ATROPINE

موارد مصرف آتروپین در درمان اسپاسم‌پیلور، اسپاسم مجرای گوارشی همراه بامرفین در درمان اختلالهای اسپاسمی‌مجاری صفراوی در قولنج کلیه در درمان‌قاعدگی دردناک و شب ادراری برای‌کاهش تنوس عضلات روده بهنگام‌عکسبرداری برای کاهش ترشحات بزاق وترشحات دستگاه تنفسی پیش از بیهوشی برای جلوگیری از برادیکاردی و ایست‌سینوسی و کمی فشار خون ناشی ازسوکسینیل کولین به‌عنوان پادزهر دردرمان مسمومیت با مهارکننده‌های کولین‌استراز از جمله سموم ارگانو فسفره همراه نئوستیگمین یا پیریدوستیگمین دررفع آثار مسددهای عصبی ـ عضلانی و دربیماری پارکینسون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو اثر استیل کولین برگیرنده‌های موسکارینی را مهار می‌کند وبنابراین می‌تواند روی عضلات صاف گیرنده‌های پس عقده‌ای میوکارد، گره‌سینوسی و دهلیزی و دهلیزی ـ بطنی غددمترشحه برون ریز، حرکت دستگاه‌گوارش و تنوس میزنای و مثانه تاثیربگذارد. با همین مکانیسم به‌عنوان پادزهربه‌کار می‌رود. اثر ضدسرگیجه حقیقی وپارکینسون آن نیز بدلیل همین اثر در مغزمی‌باشد. در مجموع مقادیر کم آتروپین‌موجب مهار ترشحات بزاق و برونش وتعریق می‌شود در حالی که تجمع داروموجب گشاد شدن مردمک‌ها و افزایش‌سرعت ضربانات قلب می‌گردد.

فارماکوکینتیک آتروپین در کبد هیدرولیزآنزیمی شد. و در تمام بدن انتشار می‌یابد وبراحتی از سد خونی ـ مغزی عبور می‌کند.طول مدت اثر آن بسیار کوتاه است و ۵۰درصد دارو از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.نیمه عمر حذف آتروپین از بدن ۲/۵ ساعت‌می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ نوزادان و کودکان به‌عوارضی سمی آتروپین حساسترند.

۲ ـ به دلیل کاهش عرق دمای بدن افزایش‌می‌یابد.

۳ ـ احتمال بروز هیجان و تحریک‌پذیری‌در سالخوردگان با مقادیر درمانی وجوددارد.

۴ ـ در آریتمی قلبی نارسایی احتقانی قلب فقدان تنوس دستگاه گوارش احتباس‌ادرار، بزرگ شدن پروستات کولیت‌اولسراتیو، بارداری و شیردهی و گلوکوم‌با احتیاط مصرف گردد.

۵ ـ آتروپین از جفت عبور کرد و در شیرنیز ترشح می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در گلوکوم بازاویه بسته نباید مصرف شود.

عوارض جانبی از عوارض شایع این دارومی‌توان از یبوست خشکی دهان بینی گلویا پوست و اشکال در بلع گشاد شدن‌مردمک‌ها، برادیکاردی و سپس تاکیکاردی‌و کاهش تعریق نام برد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان

این دارو با گلوکوکورتیکوئیدها

و هالوپریدول می‌تواند فشار داخل

چشم را افزایش دهد. در صورت مصرف‌همزمان با داروهای آنتی‌هیستامین

و سایر داروهای ضد موسکارینی دیسوپیرامید، فنوتیازین‌ها و داروهای

ضد افسردگی سه حلقه‌ای اثرات‌آنتی‌موسکارینی تشدید می‌شود. درصورت مصرف همزمان با داروهای ضدمیاستنی سبب کاهش هر چه بیشتر تحرک‌روده می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ پس از مصرف دارواز رفتن در محیطهای گرم و از پرداختن به‌فعالیت بدنی شدید خودداری گردد.

۲ ـ احتمال ایجاد اختلال دید یا حساسیت به‌نور وجود دارد.

۳ ـ احتمال بروز خشکی دهان بینی یا گلووجود دارد.

۴ ـ تزریق وریدی آتروپین باید به آهستگی‌صورت گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد موسکارینی مقدار ۰/۶ ـ ۰/۴ میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت‌به‌صورت عضلانی وریدی یا زیر جلدی‌تزریق می‌گردد. به‌عنوان ضد آریتمی

۱ ـ ۰/۴ میلی‌گرم هر ۲ ـ ۱ ساعت حداکثر تا۲ میلی‌گرم تزریق می‌شود.

برای جلوگیری از ترشح بیش از حدبزاق مقدار ۰/۶ ـ ۰/۲ میلی‌گرم هر ۱ ـ ۰/۵ساعت قبل از اعمال جراحی ۱/۲ ـ ۰/۶میلی‌گرم

به‌طور همزمان با تزریق ۲ ـ ۰/۵میلی گرم نئوستیگمین به‌صورت وریدی ودر مسمومیت کورار برای مهار کننده‌های کولین استراز مقدار ۴ ـ ۲ میلی گرم تزریق‌وریدی می گردد. سپس مقدار ۲ میلی گرم‌هر ۱۰ ـ ۵ دقیقه تا زمان برطرف شدن‌علایم موسکارینی و یا بروز علایم‌مسمومیت با آتروپین تزریق می گردد.

کودکان مقدار ۰/۰۱mg/kg (حداکثر ۰/۴میلی گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت به‌عنوان آنتی کولینرژیک تجویز می گردد. به‌عنوان ضدآریتمی مقدار ۰/۰۳mg/kg ـ ۰/۰۱ تزریق‌وریدی می‌شود. برای جلوگیری از ترشح‌بیش از حد بزاق و ترشحات مجاری تنفسی‌پیش از بیهوشی در کودکان با وزن ۳ تاکیلوگرم بین ۰/۶ ـ ۰/۱ میلی گرم استفاده‌می‌شود. به‌عنوان پادزهر مهارکننده‌های کولین استراز مقدار اولیه ۱ میلی گرم‌تزریق وریدی یا عضلانی می‌شود و سپس‌مقادیر ۱ ـ ۰/۵ میلی گرم هر ۱۰ ـ ۵ دقیقه‌تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection (as Sulfate) : ۰.۵mg / ml

mg / ۱۰ ml ۱۰

CALCIUM DISODIUME EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضی‌فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتی‌ناشی از آن استفاده می گردد.

مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب بسهولت جانشین کلسیم موجود در این‌دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداری‌تشکیل می‌شود که از طریق ادرار دفع‌می گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود ۲۰–۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع‌می گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: به‌دلیل عوارض سمی و کشنده‌آن از انفوزیون سریع داخل وریدی‌خودداری گردد و حتی‌الامکان به‌صورت‌عضلانی استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکروز لوله‌های‌کلیوی به‌خصوص در کم ادراری وجوددارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ – ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول کلرور سدیم‌تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق‌می‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علایم‌بالینی این محلول در مدت حداقل یک‌ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روزانفوزیون وریدی می‌شود و سپس درمان‌به مدت ۲ روز قطع می گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته‌می‌شود. در افراد با مسمومیت متوسط یابدون علامت نباید بیشتر از ۵۰mg/kg/day‌مصرف می گردد. تجویز عضلانی دارونباید از ۳۵mg/kg دو بار در روز (مقدار کل ۷۵mg/kg/day) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه بایددر فواصل ۸–۱۲ ساعته تجویز گردد ودرمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین‌دوره درمان پس از یک دوره استراحت‌چهار روزه یا بیشتر شروع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

آتروپین آمیل نیتریت

DEFEROXAMINE

موارد مصرف دفروکسامین یک عامل‌شلاته کننده فعال است که به‌عنوان داروی‌کمکی در درمان مسمومیت با آهن به‌کاربرده می‌شود. این دارو همچنین برای‌تسریع دفع آهن مصرف می‌شود.دفروکسامین از راه تزریق وریدی عضلانی و یا داخل صفاقی برای کنترل‌تجمع آلومینیوم در استخوان در مبتلایان‌به نارسایی کلیه و در درمان‌مسمومیت‌های عصبی و یا ناهنجاری‌های‌استخوانی در بیماران تحت دیالیز به‌کاربرده می‌شود.

مکانیسم اثر: دفروکسامین با آهن سه‌ظرفیتی اتصال پیدا کرده و از شرکت آن درواکنش‌های شیمیایی جلوگیری می‌کند. این‌دارو می‌تواند با آهن آزاد سرم آهن‌فریتین و هموسیدرین اتصال پیدا کند ولی‌از هموگلوبین و میوگلوبین نمی‌تواند آهن‌برداشت کند. دفروکسامین همچنین‌می‌تواند از بافت‌های مختلف آلومینیوم رابرداشت کرده و یک کمپلکس پایدار محلول‌در آب ایجاد کند.

فارماکوکینتیک کمتر از ۱۵٪ دارو از طریق‌دستگاه گوارش جذب می‌شود.دفروکسامین بوسیله آنزیم‌های پلاسمایی‌متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.مقداری از دارو نیز از طریق صفرا و مدفوع‌دفع می‌گردد و نیمه عمر آن ۶/۱ ساعت‌می‌باشد. آهن شلات شده که از طریق‌کلیه‌ها دفع می‌گردد، رنگ ادرار را به قرمزمتمایل می‌کند.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌های‌شدید کلیوی یا بی‌ادراری و درهموکروماتوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز آب مروارید دربیمارانی که تحت درمان طولانی بادفروکسامین هستند وجود دارد.

۲ ـ مصرف این دارو در کودکان زیر سه‌سال منوط به دفع ۱mg/day آهن می‌باشد.

۳ ـ در افراد سالخورده همراه ویتامین Cاستفاده گردد.

۴ ـ راه تجویز وریدی فقط در بیماران مبتلابه کلاپس قلبی ـ عروقی مورد استفاده قرارگیرد و در اولین فرصت تجویز داروبه‌صورت داخل عضلانی ادامه یابد.

عوارض جانبی در محل تزریق گاهی‌خارش درد و سفتی ایجاد می‌گردد. دردرمان درازمدت ممکن است واکنش‌های‌آلرژیک شامل تورم روی پوست خارش‌عمومی بدن بثورات جلدی و واکنش‌های‌آنافیلاکتیک رخ دهد.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان باویتامین C باعث افزایش توانایی این دارودر دفع بیشتر آهن می‌گردد اگرچه احتمال‌سمیت آهن نیز افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت با آهن در ابتدامقدار یک گرم و سپس هر چهار ساعت ۵۰۰ میلی گرم (تا دوبار) به‌صورت‌عضلانی تزریق می‌شود. در صورت لزوم‌تجویز دارو به میزان ۵۰۰ میلی گرم هر

۱۲ ـ ۴ ساعت تا حداکثر ۶g/day قابل تکراراست

مقدار اولیه تجویز داخل وریدی دارو یک گرم است که با سرعت کمتر از ۱۵mg/kg/hانفوزیون می‌گردد و سپس مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداکثر۶g/۲۴h تجویز می‌شود.

برای تجویز زیر جلدی مقدار ۲g ـ ۱ طی‌مدت ۲۴ ـ ۸ ساعت توسط یک پمپ سیارتزریق می‌گردد. مقدار مصرف دارو از۲۰mg/kg شروع و به ۱۱۰mg/kg یا مقدارتام ۳ گرم در ۱۰ میلی لیتر آب مقطراستریل افزایش می‌یابد که طی ۱۰ ساعت‌در بافت زیر جلد انفوزیون می‌شود.

در مسمومیت مزمن ۵۰mg/kg/day ـ ۲۰ ازدارو طی مدت ۸ ساعت به‌صورت زیرجلدی انفوزیون می‌گردد. معهذا، تزریق‌عضلانی راه تجویز ترجیحی دارو است که‌باید در تمام بیمارانی که در حالت شوک‌نمی‌باشند، مورد استفاده قرار گیرد.

دوزمعمول داخل عضلانی بالغین و اطفال

۱g/day ـ ۰/۵ می‌باشد. بعلاوه در صورت‌انتقال خون به بیمار، لازم است یک دوز ۲گرمی دارو همراه با هر واحد خون تزریقی‌به‌صورت انفوزیون آهسته داخل وریدی‌با حداکثر سرعت ۱۵mg/kg/h تجویز گردد.

کودکان دوز توصیه شده اطفال درمسمومیت حاد با آهن مقدار۵۰mg/kg/dose است که هر ۶ ساعت و تازمانی که رنگ ادرار تغییر نیافته است‌به‌صورت داخل عضلانی تجویز می‌گردد.سلامت و کارآیی دارو در اطفال کوچکتر از۳ سال ثابت نشده است

اشکال دارویی

For Injection (as Mesylate): ۵۰۰mg

CALCIUM DISODIUME EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضی‌فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتی‌ناشی از آن استفاده می‌گردد.

مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب بسهولت جانشین کلسیم موجود در این‌دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداری‌تشکیل می‌شود که از طریق ادرار دفع‌می‌گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود۲۰-۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع‌می‌گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: به‌دلیل عوارض سمی و کشنده‌آن از انفوزیون سریع داخل وریدی‌خودداری گردد و حتی‌الامکان به‌صورت‌عضلانی استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکروز لوله‌های‌کلیوی به‌خصوص در کم ادراری وجوددارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ – ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول کلرور سدیم‌تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق‌می‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علایم‌بالینی این محلول در مدت حداقل یک‌ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روزانفوزیون وریدی می‌شود و سپس درمان‌به مدت ۲ روز قطع می‌گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته‌می‌شود. در افراد با مسمومیت متوسط یابدون علامت نباید بیشتر از ۵۰mg/kg/dayمصرف می‌گردد. تجویز عضلانی دارونباید از ۳۵mg/kg دو بار در روز (مقدار کل۷۵mg/kg/day) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه بایددر فواصل ۸-۱۲ ساعته تجویز گردد ودرمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین‌دوره درمان پس از یک دوره استراحت‌چهار روزه یا بیشتر شروع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

آتروپین آمیل نیتریت

DICOBALT EDETATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌مسمومیت شدید با سیانور به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: ترکیبات کبالت کمپلکس‌پایداری با سیانور تشکیل می‌دهند.

فارماکوکینتیک به‌صورت کمپلکس باسیانید از راه کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف ۱ـ همانند بقیه ترکیبات EDTA در بی‌ادراری و کم ادراری نبایدمصرف شود.

۲ـ به‌دلیل عوارض سمی از تزریق سریع‌داخل وریدی و همچنین مواردی که‌مسمومیت با سیانید ثابت نشده باشد بایدخودداری گردد.

۳ـ دارو با هدف پیشگیری نباید مصرف‌شود.

عوارض جانبی این دارو ممکن است سبب‌بروز کمی فشار خون تاکیکاردی استفراغو واکنش‌های آنافیلاکتیک شود.

مقدار مصرف مقدار ۳۰۰ میلی گرم (۲۰میلی‌لیتر) از دارو طی یک دقیقه به‌صورت‌وریدی تزریق می‌شود. پس از آن‌بلافاصله مقدار ۵۰ میلی‌لیتر محلول‌دکستروز ۵۰ درصد از طریق همان سوزن‌تزریق می‌شود. در صورت لزوم می‌توان‌تزریق دارو و دکستروز را تکرار کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰mg/۲۰ml

DEFEROXAMINE

موارد مصرف دفروکسامین یک عامل‌شلاته کننده فعال است که به‌عنوان داروی کمکی در درمان مسمومیت با آهن به‌کاربرده می‌شود. این دارو همچنین برای‌تسریع دفع آهن مصرف می‌شود.دفروکسامین از راه تزریق وریدی عضلانی و یا داخل صفاقی برای کنترل‌تجمع آلومینیوم در استخوان در مبتلایان‌به نارسایی کلیه و در درمان‌مسمومیت‌های عصبی و یا ناهنجاری‌های‌استخوانی در بیماران تحت دیالیز به‌کاربرده می‌شود.

مکانیسم اثر: دفروکسامین با آهن سه‌ظرفیتی اتصال پیدا کرده و از شرکت آن درواکنش‌های شیمیایی جلوگیری می‌کند. این‌دارو می‌تواند با آهن آزاد سرم آهن‌فریتین و هموسیدرین اتصال پیدا کند ولی‌از هموگلوبین و میوگلوبین نمی‌تواند آهن‌برداشت کند. دفروکسامین همچنین‌می‌تواند از بافت‌های مختلف آلومینیوم رابرداشت کرده و یک کمپلکس پایدار محلول‌در آب ایجاد کند.

فارماکوکینتیک کمتر از ۱۵٪ دارو از طریق‌دستگاه گوارش جذب می‌شود.دفروکسامین بوسیله آنزیم‌های پلاسمایی‌متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.مقداری از دارو نیز از طریق صفرا و مدفوع‌دفع می‌گردد و نیمه عمر آن ۶/۱ ساعت‌می‌باشد. آهن شلات شده که از طریق کلیه‌ها دفع می‌گردد، رنگ ادرار را به قرمزمتمایل می‌کند.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌های‌شدید کلیوی یا بی‌ادراری و درهموکروماتوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ـ احتمال بروز آب مروارید دربیمارانی که تحت درمان طولانی بادفروکسامین هستند وجود دارد.

۲ـ مصرف این دارو در کودکان زیر سه‌سال منوط به دفع ۱mg/day آهن می‌باشد.

۳ـ در افراد سالخورده همراه ویتامین C استفاده گردد.

۴ـ راه تجویز وریدی فقط در بیماران مبتلابه کلاپس قلبی ـ عروقی مورد استفاده قرارگیرد و در اولین فرصت تجویز داروبه‌صورت داخل عضلانی ادامه یابد.

عوارض جانبی در محل تزریق گاهی‌خارش درد و سفتی ایجاد می‌گردد. دردرمان درازمدت ممکن است واکنش‌های‌آلرژیک شامل تورم روی پوست خارش‌عمومی بدن بثورات جلدی و واکنش‌های‌آنافیلاکتیک رخ دهد.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان باویتامین C باعث افزایش توانایی این دارودر دفع بیشتر آهن می‌گردد اگرچه احتمال‌سمیت آهن نیز افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت با آهن در ابتدامقدار یک گرم و سپس هر چهار ساعت ۵۰۰ میلی گرم (تا دوبار) به‌صورت‌عضلانی تزریق

می‌شود. در صورت لزوم‌تجویز دارو به میزان ۵۰۰ میلی گرم هر

۱۲ ـ ۴ ساعت تا حداکثر 6g/day قابل تکراراست

مقدار اولیه تجویز داخل وریدی دارو یک‌گرم است که با سرعت کمتر از 15mg/kg/h انفوزیون می گردد و سپس مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداکثر 6g/24h تجویز می‌شود.

برای تجویز زیر جلدی مقدار 2g ـ ۱ طی‌مدت ۲۴ ـ ۸ ساعت توسط یک پمپ سیارتزریق می گردد. مقدار مصرف دارو از 20mg/kg شروع و به 110mg/kg یا مقدارتام ۳ گرم در ۱۰ میلی لیتر آب مقطراستریل افزایش می‌یابد که طی ۱۰ ساعت‌در بافت زیر جلد انفوزیون می‌شود.

در مسمومیت مزمن 50mg/kg/day ـ ۲۰ ازدارو طی مدت ۸ ساعت به‌صورت زیرجلدی انفوزیون می گردد. معهذا، تزریق‌عضلانی راه تجویز ترجیحی دارو است که‌باید در تمام بیمارانی که در حالت شوک‌نمی‌باشند، مورد استفاده قرار گیرد.

دوزمعمول داخل عضلانی بالغین و اطفال

1g/day ـ ۰/۵ می‌باشد. بعلاوه در صورت‌انتقال خون به بیمار، لازم است یک دوز ۲گرمی دارو همراه با هر واحد خون تزریقی‌به‌صورت انفوزیون آهسته داخل وریدی‌با حداکثر سرعت 15mg/kg/h تجویز گردد.

کودکان دوز توصیه شده اطفال درمسمومیت حاد با آهن مقدار50mg/kg/dose است که هر ۶ ساعت و تازمانی که رنگ ادرار تغییر نیافته است‌به‌صورت داخل عضلانی تجویز می گردد.سلامت و کارآیی دارو در اطفال کوچکتر از۳ سال ثابت نشده است

اشکال دارویی

For Injection (as Mesylate): 500mg

CALCIUM DISODIUME EDTATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌مسمومیت حاد و مزمن با سرب و بعضی‌فلزات سنگین و همچنین در آنسفالوپاتی‌ناشی از آن استفاده می گردد.

مکانیسم اثر: فلزات سنگین مانند سرب بسهولت جانشین کلسیم موجود در این‌دارو شده و در نتیجه کمپلکس پایداری‌تشکیل می‌شود که از طریق ادرار دفع‌می گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود ۲۰-۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع‌می گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشدارها: به‌دلیل عوارض سمی و کشنده‌آن از انفوزیون سریع داخل وریدی‌خودداری گردد و حتی‌الامکان به‌صورت‌عضلانی استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکروز لوله‌های‌کلیوی به‌خصوص در کم ادراری وجوددارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ - ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول کلرور سدیم‌تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق‌می‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علایم‌بالینی این محلول در مدت حداقل یک‌ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روزانفوزیون وریدی می‌شود و سپس درمان‌به مدت ۲ روز قطع می گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته‌می‌شود. در افراد با مسمومیت متوسط یابدون علامت نباید بیشتر از 50mg/kg/day مصرف می گردد. تجویز عضلانی دارونباید از 35mg/kg دو بار در روز (مقدار کل 75mg/kg/day) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه بایددر فواصل ۸-۱۲ ساعته تجویز گردد ودرمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین‌دوره درمان

پس از یک دوره استراحت‌چهار روزه یا بیشتر شروع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

آتروپین آمیل نیتریت

DIMERCAPROL

موارد مصرف این دارو در درمان‌مسمومیت با آرسنیک آنتیموان بیسموت طلا و جیوه مصرف می‌شود. این داروهمراه EDTA در درمان مسمومیت حاد باسرب نیز استفاده می گردد. همچنین دردرمان مسمومیت حاد با جیوه درصورتیکه درمان طی ۱-۲ ساعت بعد ازمسمومیت شروع شود، موثر است

مکانیسم اثر: دیمرکاپرول بواسطه اتصال‌به آرسنیک طلا، سرب و جیوه می‌تواننددفع آنها را سرعت ببخشد. به دلیل تمایل‌آرسنیک به دیمرکاپرول با مصرف این‌دارو از وقفه در کار آنزیم‌های دارای گروه‌سولفیدریل جلوگیری می‌شود.دیمرکاپرول ممکن است آنزیم‌های مهارشده توسط آرسنیک را نیز دوباره فعال‌کند.

فارماکوکینتیک بالاـترین غلظت پلاسمایی‌دیمرکاپرول نیم تا یک ساعت بعد از تزریق‌عضلانی آن حاصل می‌شود. نیمه عمر آن‌کوتاه است و حداکثر طی ۴ ساعت‌متابولیزه و دفع می گردد.

موارد منع مصرف ۱ ـ در بی‌کفایتی کبدی به استثنای یرقان ناشی از آرسنیک نبایدمصرف شود.

۲ ـ در بی‌کفایتی کلیه (مگر در شرایطخاص که در آنصورت دارو باید با احتیاطکامل مصرف گردد) نباید مصرف گردد.

۳ ـ در مسمومیت با آهن کادمیوم وسلنیوم نباید مصرف گردد زیرا کمپلکس‌دارو و فلز از خود فلز به تنهایی به ویژه‌برای کلیه‌ها سمی‌تر است

هشدارها: ۱ ـ در طول درمان مزمن تب واکنشی که ظاهر ?مخصوص اطفال است ممکن است در ۳۰ درصد از اطفال بروزکند.

۲ ـ در افراد مبتلا به کمبود G۶PD با احتیاطمصرف شود.

۳ ـ در افراد مسن دوران بارداری وشیردهی و افزایش فشارخون با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی بالا رفتن فشار خون

همراه با تاکی کاردی که به مقدار

مصرف دارو بستگی دارد از عوارض‌شایع این دارو است از عوارض دیگرمی‌توان تهوع و استفراغ سردرد واحساس سوزش در لب‌ها، دهان و گلو،اسپاسم پلکها، ترشح از بینی و دهان احساس تنگی گلو و سینه درد شکم درد وآبسه در محل تزریق اضطراب ضعف وبیقراری را نام برد.

تداخل‌های دارویی این دارو بافرآورده‌های حاوی آهن در صورتی که‌به‌طور همزمان مصرف گردند، تداخل‌دارد.

نکات قابل توصیه در طول درمان با این‌دارو باید ادرار را قلیایی نگهداشت زیراکمپلکس دیمرکاپرول و فلز به‌راحتی درمحیط اسیدی شکسته می‌شود. ادرارقلیایی کلیه‌ها را در مقابل اثرات سمی فلزحفظ می‌کند.

مقدار مصرف تزریق دیمرکاپرول بایدبه‌صورت عمیق و عضلانی باشد و درمان‌هرچه سریعتر با سایر درمانها و یا بدون‌آنها آغاز گردد. در مسمومیت خفیف باآرسنیک و طلا، ابتدا ۲/۵mg/kg چهار باردر روز به مدت ۲ روز تزریق می‌شود وسپس درمان با همین مقدار در روز سوم دو بار در روز و بعد یک بار در روز تا ۱۰روز ادامه می‌یابد. در مسمومیت شدید باطلا و یا آرسنیک ابتدا ۳mg/kg هر چهارساعت به مدت ۲ روز تزریق می‌شود وسپس درمان با همین مقدار در روز سوم چهار بار در روز و سپس یک تا

دو بار درروز تا ۱۰ روز، ادامه می‌یابد. در درمان‌انسفالوپاتی حاد ناشی از سرب ابتدا۴mg/kg به تنهایی تزریق می‌شود و بعددرمان با همین مقدار همراه با کلسیم‌ادتات‌دی‌سدیم هر چهار ساعت ادامه‌می‌یابد. در مسمومیتهای با شدت کمتر،مقدار ۳mg/kg تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰mg/۳ml

DICOBALT EDETATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌مسمومیت شدید با سیانور به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: ترکیبات کبالت کمپلکس‌پایداری با سیانور تشکیل می‌دهند.

فارماکوکینتیک به‌صورت کمپلکس باسیانید از راه کلیه‌ها دفع می گردد.

موارد منع مصرف ۱ ـ همانند بقیه ترکیباتEDTA در بی‌ادراری و کم ادراری نبایدمصرف شود.

۲ ـ به‌دلیل عوارض سمی از تزریق سریع‌داخل وریدی و همچنین مواردی که‌مسمومیت با سیانید ثابت نشده باشد بایدخودداری گردد.

۳ ـ دارو با هدف پیشگیری نباید مصرف‌شود.

عوارض جانبی این دارو ممکن است سبب‌بروز کمی فشار خون تاکیکاردی استفراغو واکنش‌های آنافیلاکتیک شود.

مقدار مصرف مقدار ۳۰۰ میلی گرم (۲۰میلی‌لیتر) از دارو طی یک دقیقه به‌صورت‌وریدی تزریق می‌شود. پس از آن‌بلافاصله مقدار ۵۰ میلی‌لیتر محلول‌دکستروز ۵۰ درصد از طریق همان سوزن‌تزریق می‌شود. در صورت لزوم می‌توان‌تزریق دارو و دکستروز را تکرار کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰mg/۲۰ml

DEFEROXAMINE

موارد مصرف دفروکسامین یک عامل‌شلاته کننده فعال است که به‌عنوان داروی کمکی در درمان مسمومیت با آهن به‌کاربرده می‌شود. این دارو همچنین برای‌تسریع دفع آهن مصرف می‌شود.دفروکسامین از راه تزریق وریدی عضلانی و یا داخل صفاقی برای کنترل‌تجمع آلومینیوم در استخوان در مبتلایان‌به نارسایی کلیه و در درمان‌مسمومیت‌های عصبی و یا ناهنجاری‌های‌استخوانی در بیماران تحت دیالیز به‌کاربرده می‌شود.

مکانیسم اثر: دفروکسامین با آهن سه‌ظرفیتی اتصال پیدا کرده و از شرکت آن درواکنش‌های شیمیایی جلوگیری می کند. این‌دارو می‌تواند با آهن آزاد سرم آهن‌فریتین و هموسیدرین اتصال پیدا کند ولی‌از هموگلوبین و میوگلوبین نمی‌تواند آهن‌برداشت کند.

دفروکسامین همچنین‌می‌تواند از بافت‌های مختلف آلومینیوم رابرداشت کرده و یک کمپلکس پایدار محلول‌در آب ایجاد کند.

فارماکوکینتیک کمتر از ۱۵٪ دارو از طریق‌دستگاه گوارش جذب می‌شود.دفروکسامین بوسیله آنزیم‌های پلاسمایی‌متابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.مقداری از دارو نیز از طریق صفرا و مدفوع‌دفع می گردد و نیمه عمر آن ۶/۱ ساعت‌می‌باشد. آهن شلات شده که از طریق کلیه‌ها دفع می گردد، رنگ ادرار را به قرمزمتمایل می کند.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌های‌شدید کلیوی یا بی‌ادراری و درهموکروماتوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز آب مروارید دربیمارانی که تحت درمان طولانی بادفروکسامین هستند وجود دارد.

۲ ـ مصرف این دارو در کودکان زیر سه‌سال منوط به دفع ۱mg/day آهن می‌باشد.

۳ـ در افراد سالخورده همراه ویتامین Cاستفاده گردد.

۴ـ راه تجویز وریـدی فقط در بیماران مبتلابه کلاپس قلبی ـ عروقی مورد اسـتفاده قرارگیرد و در اولین فرصت تجویز داروبه‌صورت داخل عضلانی ادامه یابد.

عوارض جـانبی در محـل تزریق گاهی‌خـارش درد و سـفتی ایجـاد می‌گردد. دردرمـان درازمـدت ممکن است واکنش‌های‌آلرژیک شامل تورم روی پوست خارش‌عمومی بدن بثورات جلدی و واکنش‌های‌آنافیلاکتیک رخ دهد.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان باویتامین C باعث افزایش توانایی این دارودر دفع بیشتر آهن می‌گردد اگرچه احتمال‌سمیت آهن نیز افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مسمومیت با آهن در ابتدامقدار یک گرم و سپس هر چهار ساعت ۵۰۰ میلی گرم (تا دوبار) به‌صورت‌عضلانی تزریق می‌شود. در صورت لزوم‌تجویز دارو به میزان ۵۰۰ میلی گرم هر

۱۲ ـ ۴ ساعت تا حداکثر ۶g/day قابل تکراراست

مقـدار اولیه تجویز داخـل وریـدی دارو یک‌گرم است که با سـرعت کمتر از ۱۵mg/kg/hانفوزیون می‌گردد و سـپس مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم هر چهار ساعت (تا دوبار) تا حداکثر۶g/۲۴h تجویز می‌شود.

برای تجـویز زیر جلـدی مقـدار ۲g ـ ۱ طی‌مـدت ۲۴ ـ ۸ ساعت توسـط یـک پمـپ سـیارتزریق می‌گردد. مقـدار مصـرف دارو از۲۰mg/kg شـروع و به ۱۱۰mg/kg یا مقدارتام ۳ گرم در ۱۰ میلی لیتر آب مقطراستریـل افزایش می‌یابـد که طی ۱۰ ساعت‌در بافت زیر جلد انفوزیون می‌شود.

در مســمومیت مزمــن ۵۰mg/kg/day ـ ۲۰ ازدارو طی مـــدت ۸ ساعت به‌صـورت زیرجلــدی انفوزیـون می‌گردد. معهـذا، تزریق‌عضـلانی راه تجویز ترجیحی دارو است که‌بایـد در تمـام بیمـارانی که در حـالت شوک‌نمی‌باشـند، مـورد اسـتفاده قرار گیرد.

دوزمعمول داخل عضلانی بالغین و اطفال

۱g/day ـ ۰/۵ می‌باشـد. بعلاـوه در صورت‌انتقـال خـون بـه بیمـار، لاـزم اسـت یـک دوز ۲گرمی دارو همراه بـا هر واحـد خـون تزریقی‌به‌صورت انفوزیون آهسته داخل وریدی‌با حداکثر سرعت ۱۵mg/kg/h تجویز گردد.

کودکان دوز توصیه شده اطفال درمسمومیت حاد با آهن مقدار۵۰mg/kg/dose است که هر ۶ ساعت و تازمانی که رنگ ادرار تغییر نیافته است‌به‌صورت داخل عضلانی تجویز می‌گردد.سلامت و کارآیی دارو در اطفال کوچکتر از۳ سال ثابت نشده است

اشکال دارویی

For Injection (as Mesylate): ۵۰۰mg

CALCIUM DISODIUME EDTATE

مـوارد مصـرف این دارو در درمان‌مسـمومیت حـاد و مزمن بـا سـرب و بعضـی‌فلزات سـنگین و همچنین در آنسفالوپاتی‌ناشـی از آن استفاده می‌گردد.

مکـانیسم اثر: فلزات سـنگین ماننـد سـرب بسـهولت جانشـین کلسـیم موجود در این‌دارو شـده و در نتیجه کمپلکس پایداری‌تشـکیل می‌شود که از طریق ادرار دفع‌می‌گردد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو حدود۲۰-۶۰ دقیقه است و از راه کلیه‌ها دفع‌می‌گردد.

موارد منع مصرف دارو در بی‌ادراری و کم‌ادراری نباید مصرف شود.

هشـدارها: به‌دلیـل عوارض سـمی و کشـنده‌آن از انفوزیون سـریع داخـل وریـدی‌خودداری گردد و حتی‌الامکان به‌صورت‌عضـلانی

استفاده شود.

عوارض جانبی احتمال نکروز لوله‌های کلیوی به‌خصوص در کم ادراری وجوددارد.

مقدار مصرف یک گرم از دارو با

۵۰۰ – ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول کلرور سدیم‌تزریقی یا محلول دکستروز ۵٪ رقیق‌می‌شود.

بزرگسالان در بزرگسالان بدون علایم‌بالینی این محلول در مدت حداقل یک‌ساعت دو بار در روز و به مدت ۵ روزانفوزیون وریدی می‌شود و سپس درمان‌به مدت ۲ روز قطع می‌گردد و در صورت‌لزوم پس از آن به مدت ۵ روز از سر گرفته‌می‌شود. در افراد با مسمومیت متوسط یابدون علامت نباید بیشتر از ۵۰mg/kg/day مصرف می‌گردد. تجویز عضلانی دارونباید از ۳۵mg/kg دو بار در روز (مقدار کل ۷۵mg/kg/day) تجاوز کند.

کودکان همین مقدار مصرف روزانه بایددر فواصل ۸-۱۲ ساعته تجویز گردد ودرمان برای ۳-۵ روز ادامه یابد. دومین‌دوره درمان پس از یک دوره استراحت‌چهار روزه یا بیشتر شروع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

آتروپین آمیل نیتریت

DISODIUM EDETATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌اضطراری زیادی کلسیم خون کنترل‌آریتمی بطنی ناشی از مسمومیت دیژیتال‌و درمان مسمومیت حاد یا مزمن با سرب وآنسفالوپاتی ناشی از آن به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با بسیاری ازکاتیونهای ۲ و ۳ ظرفیتی تشکیل کمپلکس‌می‌دهد اما بیشترین تمایل را به کلسیم‌دارد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو درحدود یکساعت است و از راه کلیه‌ها دفع‌می‌گردد.

موارد منع مصرف در بی‌ادراری و بیماری‌تصلب شرایین نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو تنها

در موارد شدید بیماری توصیه

می‌شود.

۲ ـ انفوزیون سریع دارو باعث سقوطناگهانی غلظت کلسیم و مرگ می‌گردد.

۳ ـ در افراد مبتلا به کمی پتاسیم خون بایدبا احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی احتمال نکروز لوله‌های کلیوی به‌خصوص در کم ادراری وجوددارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۵۰mg/kg/day تاحداکثر ۳g/day مصرف می‌شود. مقدارمصرف طی ۳ ساعت یا بیشتر انفوزیون‌می‌شود.

کودکان مقدار ۴۰mg/kg/day تا حداکثر ۷۰mg/kg/day مصرف می‌شود که باید باغلظت کمتر از ۳٪ در مدت ۳ ساعت و یابیشتر انفوزیون شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۵۰mg/ml

OBIDOXIME CHLORIDE

موارد مصرف ابیدوکسایم برای فعال‌کردن مجدد آنزیم کولین استراز مهار شده‌توسط حشره‌کشهای ارگانو فسفره‌مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: ابیدوکسایم پادزهراختصاصی در مسمومیت ناشی ازحشره‌کشهای ارگانو فسفره است و درحقیقت باعث فعال شدن کولین استرازمهار شده می‌شود.
هشدارها: ۱ ـ در صورت گذشتن بیش از ۴۸ساعت از زمان جذب سم استفاده از این‌دارو احتمالاً بی‌فایده است
۲ ـ به‌دلیل این‌که فعالیت ابیدوکسایم درمقابل کولین استرازهای متفاوت یکسان‌نیست در صورت عدم تاثیر از مصرف‌بیش از حد آن خودداری گردد.
۳ ـ این دارو علیه مسمومیت با کارباماتهانباید به‌کار گرفته شود.
۴ ـ مصرف ابیدوکسایم نباید جانشین‌مصرف آتروپین شود.
عوارض جانبی احتمال بروز تحریک درهنگام تزریق شریانی وجود دارد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در حدود ۵ دقیقه بعد ازمصرف اولین مقدار سولفات آتروپین مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم از ابیدوکسایم داخل‌ورید تزریق می‌شود و در صورت پاسخ‌مناسب مقدار مصرف فوق یک یا دو باردیگر در فواصل ۲ ساعته تکرار می‌شود.حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان درحدود ۳-۵mg/kg است
کودکان مقدار ۴-۸mg/kg به‌صورت یک مقدار واحد به‌صورت وریدی تزریق‌می‌شود. این مقدار مصرف را می‌توان بامحلول‌های تزریق وریدی رقیق نمود.
اشکال دارویی
Injection: ۲۵۰ mg/ml

PENICILLAMINE

موارد مصرف پنی‌سیلامین در درمان‌بیماران دارای نشانه‌های بیماری ویلسون‌و پیشگیری از ایجاد آسیب بافتی مصرف‌می‌شود. این دارو همچنین در درمان‌بیماران مبتلاـ به آرتریت روماتوئید شدید وفعال که به سایر درمانها پاسخ نداده‌اند،بیمارانی که مبتلا به تشکیل سنگهای‌سیستئینی عود کننده و مسمومیت با فلزات‌سنگین (بویژه مس و سرب هستند،استفاده می‌گردد.
مکانیسم اثر: این دارو با جیوه سرب مس آهن و احتمالاـ سایر فلزات سنگین کمپلکس‌محلول در آب ایجاد می‌کند. به‌عنوان ضدروماتیسم به‌نظر می‌رسد فاکتورهای‌روماتوئید و کمپلکس‌های ایمنی را کاهش‌می‌دهد.
فارماکوکینتیک این دارو در کبد متابولیزه‌می‌شود. زمان لازم برای شروع اثر دربیماری ویلسون ۳ ـ ۱ ماه و در بیماری‌آرتریت روماتوئید ۳ ـ ۲ ماه می‌باشد. این‌دارو از راه کلیه‌ها و مدفوع دفع می‌شود.
هشدارها: ۱ ـ در افراد با سابقه ابتلا به‌آگرانولوسیتوز یا کم خونی آپلاستیک بااحتیاط مصرف شود.
۲ ـ مصرف طولانی مدت آن باعث کاهش‌گویچه‌های سفید خون شده و احتمال بروزعفونت در اندامهای مختلف از جمله لثه ودهان وجود دارد. لذا در اوایل و در طول‌درمان شمارش سلول‌های خون باید انجام‌پذیرد.
۳ ـ احتمال بروز مسمومیت خونی دربیماران با سن ۶۵ سال یا بیشتر وجوددارد.
۴ ـ چنانچه متعاقب یک سال مصرف داروبهبودی حاصل نگردید، مصرف دارو بایدقطع گردد.

عوارض جانبی اسـهال سرگیجه تهوع يااستفراغ درد خفيف معده كاهش يا از بين‌رفتن حس چشايي تب درد مفاصل بثورات پوستی كهير، خارش و يا تورم‌غدد لنفاوی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارويی مصـرف همزمان اين‌دارو با كاهنده‌های فعاليت مغز اسـتخوان تركيبات طلا و داروهای كاهنده سيسـتم‌ايمنی بدن (بغير از گلوكوكورتيكوئيدها)ممكن است احتمال بروز عوارض جانبی‌وخيم خونی و كليوی آن‌را افزايش دهد.مصـرف همزمان اين دارو با داروهای‌مكمل آهن ممكن است باعث كاهش اثرپنی‌سيلامين گردد.

نكات قابل توصيه ۱ ـ قطع ناگهانی داروممكن است باعث بروز عوارض حساسيتی گردد.

۲ ـ برای بيمارانی كه مبتلا به زيادی‌سيستيئن ادرار هستند، مصرف مقاديرزياد مايعات (بخصوص در شب اهميت‌دارد.

۳ ـ دارو بايد با معده خالی مصرف گردد.

۴ ـ از مصرف همزمان اين دارو بافرآورده‌های آهن‌دار خودداری شود.

۵ ـ نبايد انتظار بهبودی را حداقل طی ۱۲ ـ ۶هفته اول درمان داشت

مقدار مصرف

بزرگسالاـن به‌عنوان عامـل شـلات كننـده مقـدار ۲۵۰ ميلی‌گرم چهـار بـار در روزمصـرف می‌شـود. به‌عنـوان داروی ضــدآرتريت روماتوييـد ابتدا مقدار ۲۵۰ ـ ۱۲۵ميلی‌گرم يک بار در روز يكجا مصـرف‌می‌شود و سـپس مقـدار مصـرف در صورت‌لزوم و تحمل بيمار هر ۳ ـ ۲ ماه يک بار به‌ميزان ۲۵۰mg/day ـ ۱۲۵ تا حداكثر۱/۵g/day افزايش می‌يابد.

به‌عنوان ضد سنگ‌های ادراری مقدار۵۰۰ ميلی‌گرم چهار بار در روز مصـرف‌می‌شود. به‌عنوان پادزهر در مسموميت بافلزات سنگين مقدار ۱/۵g/day ـ ۰/۵ بمدت۲ ـ ۱ ماه مصرف می‌شود.

كودكان به‌عنوان عامل شلات كننده دركودكان كم سن مقدار ۲۵۰ ميلی‌گرم درروز يكجا و همراه با آب ميوه مصرف‌می‌شود.

اشكال دارويی

Scored F.C. Tablet: ۲۵۰mg

SODIUM THIOSULFATE

موارد مصرف تيوسولفات سديم در درمان‌مسموميت با آرسنيک مصرف می‌شود.اين دارو به عنوان داروی كمكی در درمان مسموميت با سيانيد، همراه بانيتريت سديم و برای جلوگيری از سميت‌كليوی ناشی از سيس‌پلاتين استفاده‌می‌شود.

مكانيسم اثر: اين دارو معمولا همراه سديم‌نيتريت در مسـموميت با سـيانيد مصـرف‌می‌شود. بدين ترتيب كه يون سيانيد تبديل‌شده به سيـانومتهموگلوبين را به‌تيوســيانات تبـديل می‌كنـد. همچنيـن احتمالاـبا ايجـاد كمپلكس غير سـمی بـا سـيس پلاـتين سـيس‌پلاتين ـ تيوسولفات از رسيدن‌مقادير زياد سيس پلاتين به كليه‌هاجلوگيری به‌عمل می‌آورد.

فارماكوكينتيک پس از تزريق به‌سرعت دربافتها توزيع می‌گردد. نيمه عمر آن

۲۰ ـ ۱۵ دقيقه است ولی وقتی به‌صورت‌تيوسيانات درآيد به حدود ۷ ـ ۳ روزافزايش می‌يابد. دارو از راه كليه‌ها دفع‌می‌شود.

هشدارها: به‌دليل حضور يون سديم درسيروز كبدی نارسايی احتقانی قلب توكسمی ناشی از حاملگی و نارسايی‌كليوی و فشار خون با احتياط مصرف‌شود.

عوارض جانبی غير از اختلالات اسمزی‌ناشی از مصرف تيوسولفات سديم اين‌دارو نسبت ?غيرسمی است

نكات قابل توصيه در صورت بروز تحريک‌يا حساسيت مصرف آن بايد قطع گردد.

مقدار مصـرف در مسموميت با آرسنيک ابتدا ۰/۱ گرم به آهسـتگی در وريـد تزريق‌می‌گردد و در سه روز بعد به ترتيب ۰/۲،۰/۳ و

۰/۴ گرم به همان روش تزریق‌می‌شود. در مسمومیت با سیانور، پس ازتجویز نیتریت سدیم مقدار ۱۲/۵ گرم‌به‌صورت وریدی تزریق می‌شود. درصورت لزوم می‌توان مقدار مصرف را با۶/۲۵ گرم تکرار کرد. برای جلوگیری ازنفروتوکسیسیتی حاصل از سیس پلاتین‌مقدار مصرف مشخصی بیان نشده است‌ولی بعضی از پزشکان مقدار ۲g/m۲ را قبل‌از مصرف سیس پلاتین تجویز کرده‌اند.

اشکال دارویی

Injection: ۱۲.۵ g/۵۰ ml

CHLORPHENIRAMINE

موارد مصرف کلرفنیرآمین در درمان‌علامتی رینیت آلرژیک فصلی یا دایمی رینیت وازوموتور و التهاب آلرژیک‌ملتحمه ناشی از استنشاق مواد آلرژن و یاخوردن آنها، کهیر و کهیر غول‌آسا، وبه‌عنوان داروی کمکی در شوک‌آنافیلاکتیک به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژیک آن ناشی ازمهار گیرنده‌های H۱هیستامینی است همچنین دارای آثار آنتی‌کلینرژیک است

فارماکوکینتیک بخوبی از راه خوراکی جذب‌می‌شود. متابولیسم آن کبدی است و از کلیه‌دفع می‌شود. نیمه عمر کلرفنیرامین ۱۵ ـ ۱۲ساعت است زمان لازم برای شروع اثر ازراه خوراکی ۶۰ ـ ۱۵ دقیقه است

هشدارها: ۱ ـ احتمال خشک شدن دهان وافزایش بیماریهای دهان و دندان با مصرف‌طولانی مدت آنتی‌هیستامین‌ها وجود دارد.

۲ ـ در صرع هیپرتروفی پروستات واحتباس ادرار، گلوکوم و بیماریهای کبد بااحتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی عارضه شایع آن‌خواب‌آلودگی است این دارو می‌تواندعوارض آنتی‌کلینرژیک مثل خشکی دهان‌و تاری دید را همراه داشته باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با مضعف‌های CNS ممکن است اثرات‌مضعف این دارو را افزایش دهد. استفاده‌همزمان آن با داروهای آنتی‌کلینرژیک‌اثرات جانبی این دارو را تشدید می‌کند.مصرف همزمان داروهای سمی برای‌گوش مانند سالیسیلات‌ها و وانکومایسین‌با این دارو ممکن است اثر سمی آن را برگوش از جمله وزوز گوش و سرگیجه راپپوشاند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بمنظور کاهش‌تحریک گوارشی همراه با غذا، آب یا شیرمصرف گردد.

۲ ـ در صورت بروز خواب‌آلودگی از انجام‌کارهایی که نیاز به تمرکز حواس دارندخودداری گردد.

مقدار مصرف

تزریقی طی ۱ دقیقه به‌طور آهسته مقدار

۲۰ ـ ۱۰ میلی‌گرم تزریق وریدی می‌گردد.

خوراکی

بزرگسالان به‌عنوان ضد هیستامین ۴میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت برحسب نیازاستفاده می‌گردد. حداکثر مقدار مصرف۲۴mg/day است

کودکان در کودکان زیر یکسال توصیه‌نمی‌گردد. در کودکان ۲ ـ ۱ سال

۱mg/day،۵ ـ ۲ سال ۱ میلی‌گرم هر

۶ ـ ۴ ساعت تا حداکثر ۶mg/day و درکودکان ۱۲ ـ ۶ سال ۲ میلی‌گرم هر

۶ ـ ۴ تا ساعت حداکثر ۱۲mg/day مصرف‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۴mg

Injection: ۱۰mg / ml

CINNARIZINE

موارد مصرف سیناریزین برای رفع‌اختلالا-تی مثل سرگیجه وزوز گوش تهوع‌و استفراغ در بیماری منییر، بیماری‌مسافرت بیماری عروق محیطی و سندرم‌رینود تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: اثرات این دارو ناشی از مهارگیرنده H۱ هیستامینی است

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی‌سریع ?جذب شده و بعد از ۲ ـ ۱ ساعت به‌حداکثر غلظت پلاسمایی می‌رسد و در کبدمتابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت پایین بودن فشارخون بیمار، مصرف مقادیر زیاد این داروباید با احتیاط انجام شود.

۲ ـ در صورت وجود صرع هیپرتروفی‌پروستات احتباس ادرار، گلوکوم وبیماری کبدی باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی خشکی‌دهان تاری دید، بثورات جلدی خستگی سردرد و اختلالات گوارشی از عوارض‌جانبی دارو هستند.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۳۰ میلی‌گرم ۳ بار درروز مصرف می‌شود. در بیماری مسافرت ۳۰ میلی‌گرم ۲ ساعت قبل از مسافرت وسپس در صورت لزوم ۱۵ میلی‌گرم هر ۸ساعت در طول مسافرت مصرف می‌شود.در اختلالات عروق محیطی ابتدا ۷۵میلی‌گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده ۷۵ میلی‌گرم ۳ ـ ۲بار در روز است

کودکان مقدار مصرف در کودکان ۱۲ ـ ۵سال نصف مقدار مصرف بزرگسالان‌است

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵mg, ۷۵mg

CLEMASTINE

موارد مصرف کلماستین در درمان علامتی‌رینیت آلرژیک فصلی یا دائمی التهاب‌آلرژیک ملتحمه ناشی از مواد آلرژن خارش ناشی از واکنش‌های آلرژیک وکهیر و به‌عنوان درمان کمکی شوک‌آنافیلاکتیک به‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژی آن ناشی ازرقابت با هیستامین برای اتصال به‌گیرنده‌های H۱ است

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از راه‌تزریق یا خوراکی جذب می‌گردد.متابولیسم آن کبدی است زمان شروع اثرشکل خوراکی آن بین ۶۰ ـ ۱۵ دقیقه است وطول مدت اثر کلماستین در حدود ۱۲ساعت می‌باشد و از راه کلیوی دفع‌می‌گردد.

هشدارها: احتمال بروز سرگیجه اغتشاش‌شعور و کمی فشار خون ناشی از مصرف‌این دارو بیماران سالخورده بیشتر است

عوارض جانبی عوارض شایع آن شامل‌خواب‌آلودگی و غلیظ شدن ترشحات نایژه‌است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان با داروهای پایین آورنده فشارخون و داروهای مضعف CNS ممکن است‌باعث افزایش اثر آنها گردد. مصرف این‌دارو با داروهای سمی برای گوش ممکن‌است علایم مسمومیت گوشی آنها از جمله‌وزوز گوش

را بپوشاند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بمنظور کاهش تحریک گوارشی این دارو همراه با غذا،آب یا شیر مصرف شود.

۲ ـ داروهای ضد هیستامین ممکن استعلایم مسمومیت گوشی ناشی از مصرف‌مقادیر زیاد سالیسیلات‌ها را بپوشاند.

۳ ـ احتمال بروز خواب‌آلودگی وجود دارد.بنابراین از کار با آلاتی که نیازمند هوشیاری‌است مانند رانندگی خودداری گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۱۰ میلی‌گرم دو بار درروز یا ۲ میلی‌گرم ۳ ـ ۱ بار در روز مصرف‌می‌شود. حداکثر میزان مصرف دارو ۶mg/day است

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۱۲سال مقدار ۱ ـ ۰/۵ میلی‌گرم هر ۱۲ ـ ۸ساعت مصرف می‌شود.

تزریقی مقدار ۴mg/day ـ ۲ به‌صورت‌تزریق عضلانی در بزرگسالان و

۲mg/day ـ ۱ در کودکان به‌کار برده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱mg

Injection: ۲mg/ ۲ml

CYPROHEPTADINE HCl

موارد مصرف سایپروهپتادین برای درمان‌آلرژی ناشی از تب یونجه کهیر و کهیرغول‌آسا، کهیر ناشی از سرما، میگرن ودرمان بیماری کوشینگ استفاده شده‌است

مکانیسم اثر: این دارو آنتاگونیست‌گیرنده‌های H۱ و گیرنده‌های سروتونینی‌می‌باشد. به دلیل خاصیت آنتی‌هیستامینی‌آن اثر ضد آلرژی دارد.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از دستگاه‌گوارش جذب می‌گردد. اثر آن ۶۰ ـ ۱۵دقیقه پس از مصرف خوراکی ظاهرمی‌گردد. دفع آن کلیوی و اغلب به‌صورت‌متابولیت طی ۲۴ ساعت صورت می‌گیرد.

هشدارها: ۱ ـ احتمال سرگیجه تسکین‌بیش از حد، اغتشاش شعور و کمی فشارخون ناشی از مصرف این دارو درسالخوردگان بیشتر است

۲ ـ مصرف طولانی مدت این دارو باعث‌خشکی دهان می‌شود و احتمال گلودرد،عفونت دهان و گلو و پوسیدگی دندان‌وجود دارد.

عوارض جانبی عوارض شایع این داروخشکی دهان تاری دید، خواب‌آلودگی غلیظ شدن ترشحات نایژه و افزایش وزن‌می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با مضعف‌های CNS ممکن است اثرات‌مضعف آن را افزایش دهد. استفاده‌همزمان این دارو با داروهای‌آنتی‌کلینرژیک اثرات جانبی آن را تشدیدمی‌کند. مصرف همزمان داروهای سمی‌برای گوش مانند سالیسیلات‌ها ووانکومایسین با این دارو ممکن است اثرسمی آن را بر گوش از جمله وزوز گوش وسرگیجه را بپوشاند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ احتمال افزایش وزن‌وجود دارد.

۲ ـ بمنظور کاهش تحریک گوارشی همراه‌با غذا، آب یا شیر مصرف گردد.

۳ ـ در صورت بروز خواب آلودگی ازانجام کارهایی که نیاز به تمرکز حواس‌دارند خودداری گردد.

۴ ـ این دارو می‌تواند عوارض سمی گوشی‌سالیسیلات‌ها را بپوشاند.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آلرژی مقدار ۴میلی‌گرم ۴ ـ ۳ بار در روز و حداکثر ۳۲میلی‌گرم در روز مصرف می‌شود. درمیگرن ۴ میلی‌گرم تجویز که در صورت‌نیاز پس از نیم ساعت تکرار می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده آن ۴ میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ساعت است کودکان در کودکان ۶ ـ ۲ سال ۲ میلی‌گرم۳ ـ ۲ بار در روز و حداکثر ۱۲ میلی‌گرم درروز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۴mg

DIMENHYDRINATE

موارد مصرف دیمن هیدرینات در درمان‌سرگیجه تهوع بیماری مسافرت وهمچنین سرگیجه ناشی از بیماریهای که برروی بخش دهلیزی گوش اثر می‌گذارند(مانند التهاب لابیرنت به‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: دیمن هیدرینات یک داروی‌آنتی هیستامین است و احتمالا با اثر ضدموسکارینی مرکزی باعث کاهش فعالیت‌لابیرنت و مرکز CTZ در بصل‌النخاع‌می‌شود و باعث مهار سرگیجه و تهوع‌است

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از راه‌خوراکی جذب می‌گردد متابولیسم آن‌کبدی است و از کلیه طی ۲۴ ساعت‌به‌صورت متابولیت دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز سرگیجه تسکین اغتشاش شعور و کمی فشار خون‌در بیماران سالخورده وجود دارد.

۲ ـ احتمال بروز خشکی دهان وجود داردو در صورت مصرف مداوم ممکن است‌باعث بروز بیماریهای دهان و دندان گردد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی غلیظ شدن‌ترشحات نایژه تاری دید، دفع مشکل یادردناک ادرار، هیجان و عصبانیت ازعوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو اثرات ضدموسکارینی آمانتادین آتروپین و ترکیبات‌مشابه هالوپیریدول فنوتیازین‌ها وپروکائین آمید را تشدید می‌کند. مصرف‌همزمان با داروهای سمی برای گوش‌می‌تواند علایم مسمومیت گوشی ناشی ازاین داروها را بپوشاند. این دارو اثرات‌داروهای مضعف CNS را تشدید می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بمنظور کاهش‌تحریک گوارشی همراه غذا، آب یا شیرمصرف شود.

۲ ـ داروهای ضد هیستامین ممکن است‌علایم مسمومیت گوشی ناشی از مصرف‌مقادیر زیاد سالیسیلات‌ها را بپوشانند.

۳ ـ احتمال بروز خواب‌آلودگی وجود دارد.بنابراین از کار با آلاتی که نیازمندهوشیاری است مانند رانندگی خودداری‌شود.

۴ ـ دیمن هیدرنات به عنوان ضد سرگیجه‌حداقل نیم ساعت قبل از مسافرت بایدمصرف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد استفراغ و ضدسرگیجه مقدار ۱۰۰ ـ ۵۰ میلی‌گرم هر چهارساعت برحسب نیاز مصرف می‌شود.حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان تاmg/day۴۰۰ است

کودکان در کودکان ۶ ـ ۱ ساله

۲۵mg/day ـ ۱۲/۵ و در کودکان ۱۲ ـ ۷ساله ۵۰mg/day ـ ۲۵ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰mg

DIPHENHYDRAMINE

موارد مصرف دیفن هیدرامین در درمان‌علامتی رینیت آلرژیک رینیت وازوموتور،کهیر و کهیر غول‌آسا، به‌عنوان درمان‌کمکی در شوک آنافیلاکتیک درمان‌علامتی پارکینسون و واکنش‌های‌اکستراپیرامیدال ناشی از داروها، تهوع واستفراغ ناشی از مسافرت یا حرکت به‌عنوان بی‌حس کننده موضعی دردندانپزشکی و به‌عنوان یک خواب‌آورملایم بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژی این دارو به‌علت رقابت با هیستامین برای اتصال به‌گیرنده‌های H۱ است احتمالا اثر ضداستفراغ و ضد سرگیجه آنرا می‌توان به اثرضد موسکارینی آن ارتباط داد. اثر ضدسرفه دیفن هیدرامین به‌علت اثر مستقیم برمرکز سرفه در بصل‌النخاع است این داروبر گیرنده‌های H۱مغز اثر گذاشته موجب‌اثرات خواب‌آور می گردد. اثر بی‌حس کنندگی موضعی آن بدلیل شباهت‌ساختمانی آن با بی‌حس کننده‌های‌موضعی است

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود. زمان شروع اثر آن‌در حدود ۶۰ ـ ۱۵ دقیقه است دفع آن‌کلیوی است و اغلب به‌صورت متابولیت‌طی ۲۴ ساعت دفع می گردد.

موارد منع مصرف در پورفیریا نبایداستفاده گردد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو در صرع هیپرتروفی پروستات احتباس ادرار،گلوکوم و بیماریهای کبد باید با احتیاطصورت گیرد.

۲ ـ احتمال بروز سرگیجه تسکین بیش ازحد، اغتشاش شعور و کمی فشار خون‌ناشی از مصرف این دارو در سالخوردگان‌بیشتر است

۳ ـ مصرف طولانی مدت این دارو باعث‌خشکی دهان گردیده احتمال گلودرد،عفونت دهان و گلو و پوسیدگی دندان‌وجود دارد.

۴ ـ در صورت مصرف این دارو تشخیص‌آپاندیسیت و علایم سمی بر گوش ناشی ازداروها مشکل می گردد.

عوارض جانبی عوارض شایع این داروعبارتند از گیجی سردرد، عوارض‌پسیکوموتور، عوارض ضد موسکارینی‌مانند خشکی دهان تاری دید و دوبینی وعوارض دستگاه گوارشی

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با مضعف‌های CNS ممکن است اثرات‌مضعف آن را افزایش دهد. استفاده همزمان‌آن با داروهای آنتی کولینرژیک اثرات جانبی‌این دارو را تشدید می کند. مصرف همزمان‌داروهای سمی برای گوش مانندسالیسیلات‌ها و وانکومایسین با این داروممکن است اثر سمی آنها بر روی گوش ازجمله وزوز گوش و سرگیجه را بپوشاند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بمنظور کاهش‌تحریک گوارشی همراه غذا، آب یا شیرمصرف گردد.

۲ ـ در صورت مصرف به‌عنوان ضدسرگیجه حداقل نیم ساعت قبل از مسافرت‌استفاده گردد.

۳ ـ در صورت بروز خواب‌آلودگی ازکارهایی که نیاز به تمرکز حواس دارندخودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد هیستامین مقدار ۵۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت‌مصرف می‌شود. به‌عنوان ضد دیسکنزی‌در پارکینسون ایدیوپاتیک در ابتدا مقدار ۱۵۰ ـ ۵۰ میلی‌گرم یا ۲۵ میلی‌گرم سه باردر روز مصرف می‌شود و سپس مقدارمصرف به ۵۰ میلی‌گرم چهار بار در روزافزایش می‌یابد. به‌عنوان ضد استفراغ‌مقدار ۵۰ میلی‌گرم نیم ساعت قبل ازمسافرت مصرف می‌شود. به‌عنوان آرام‌بخش ـ خواب‌آور مقدار ۵۰ میلی‌گرم

۳۰ ـ ۲۰ دقیقه قبل از خواب مصرف‌می‌شود. حداکثر مقدار مصرفmg/day ۳۰۰ است

کودکان به‌عنوان ضد هیستامین

مقدار ۱/۲۵mg/kg هر ۶ ـ ۴ ساعت

مصرف می گردد. به‌عنوان ضد استفراغmg/kg ۱/۵ ـ ۱ هر ۶ ساعت مصرف‌می گردد.

اشکال دارویی

Elixir: ۱۲.۵mg / ۵ml

Tablet: ۲۵mg

DIPHENHYDRAMINE COMPOUND

موارد مصرف این دارو برای تسکین سرفهو نشانه‌های احتقانی آن مصرف می‌شود.همچنین انقباض نایژه‌ها ناشی ازهیستامین را نیز تخفیف می‌دهد.

مکانیسم اثر: این ترکیب دارای اثر ضدهیستامین و ضد کولینرژیک است و باعث‌تسکین سرفه می‌شود. بدلیل داشتن کلرورآمونیوم دارای اثر خلط آور و بدلیل داشتن‌اثر آنتی‌کولینرژیک باعث کاهش ترشحات‌نایژه می‌شود. در ضمن علایم احتقان را که‌اغلب با سرفه همراه است از بین می‌برد وباعث کاهش احتقان بینی و نایژه می‌شود.

فارماکوکینتیک اثر خوراکی این دارو پس از ۶۰ _ ۱۵ دقیقه ظاهر می‌گردد. دفع آن کلیوی‌بوده و به‌صورت متابولیت است کلرورآمونیوم از راه دستگاه گوارش طی۶ _ ۳ ساعت جذب گردیده و در کبدمتابولیزه و به اسید کلریدریک و اوره‌تبدیل و از کلیه دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در عیب شدیدکار کبد و کلیه در بیمارانی که مبتلا به‌اسیدوز اولیه تنفسی می‌باشند و درصورت وجود پورفیریا نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ _ این فرآورده در اختلال کارکلیه باید با احتیاط تجویز گردد.

۲ _ مصرف این دارو در صرع هیپرتروفی‌پروستات احتباس ادرار، گلوکوم وبیماریهای کبد باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی احتمال تحریک مخاط معدهو ایجاد ناراحتی معده بی‌اشتهایی تهوع واستفراغ با مصارف زیاد آن وجود دارد. دربیماران با اختلال کار کلیه ممکن است‌عوارض پوستی و حساسیتی افزایش یابد.این دارو همچنین بدلیل داشتن دیفن‌هیدرامین می‌تواند عوارض ضدموسکارینی از خود نشان دهد.

تداخل‌های دارویی بدلیل وجود دیفن‌هیدرامین در این فرآورده استفاده همزمان‌با مضعف‌های CNS ممکن است اثرات‌مضعف این دارو را افزایش دهد. استفاده‌همزمان آن با داروهای آنتی‌کولینرژیک‌اثرات جانبی این دارو را تشدید می‌کند.مصرف همزمان داروهای سمی برای‌گوش مانند سالیسیلات‌ها و وانکومایسین‌با این دارو ممکن است اثر سمی آنها برروی گوش (از جمله وزوز گوش وسرگیجه را بپوشاند. بدلیل وجود سیترات‌سدیم در فرآورده احتمال تداخل باکینیدین ضد اسیدها بخصوص بی‌کربنات‌سدیم داروهای حاوی کلسیم ودیگوکسین وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ _ این دارو ممکن است‌باعث خواب‌آلودگی گردد.

۲ _ بمنظور کاهش تحریک گوارشی همراه‌غذا مصرف گردد.

۳ _ در صورت مصرف این دارو تشخیص‌آپاندیسیت و علایم سمی بر گوش ناشی ازداروها مشکل می‌گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۵ یا ۱۰ میلی‌لیتر هر دویا سه ساعت مصرف می‌گردد.

کودکان ۵ _ ۱ سال مقدار ۲/۵ میلی‌لیتر هرسه یا چهار ساعت و در کودکان ۱۲ _ ۶سال مقدار ۵ میلی‌لیتر هر سه یا چهارساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: (Diphenhydramine HCl ۱۲.۵mg+ Sodium Citrate ۵۰mg + AmmoniumChloride ۱۲۵mg + Menthol ۱mg) / ۵ml

HYDROXYZINE

موارد مصرف هیدروکسی زین در درماناضطراب و تنش عصبی به‌عنوان آرام‌بخش قبل از بیهوشی عمومی کاهش‌عوارض قطع مواد مخدر و الکل کنترل‌خارشهای آلرژیک از جمله کهیر مزمن وکنترل تهوع و استفراغ استفاده می گردد.

مکانیسم اثر: اثر ضد اضطراب این دارواحتمالا ناشی از اثر آن بر نواحی‌زیرقشری CNS است اثر آرام بخشی وخواب‌آوری آن نیز احتمالاـ بدلیل خاصیت‌ضد هیستامینی می‌باشد. به همین علت اثرضد خارش نیز دارد. اثر ضد استفراغ نیزاحتمالاـ به اثر ضدموسکارینی آن مربوطمی‌شود.

فارماکوکینتیک زمان لازم برای شروع اثرهیدروکسی‌زین بعد از مصرف خوراکی ۳۰ ـ ۱۵ دقیقه و طول مدت اثر آن ۶ ـ ۴ساعت است

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز خشکی دهان درمصارف طولانی مدت وجود دارد.

۲ ـ مصرف این دارو در صرع هیپرتروفی‌پروستات و احتباس ادرار، گلوکوم وبیماریهای کبد باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی و خشکی‌دهان از عوارض شایع این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با فرآورده‌های مضعف CNS،داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای وداروهای کاهنده فشار خون باعث افزایش‌اثر آنها می گردد. اثر قی‌آور آپومرفین رادر صورت مصرف همزمان کاهش‌می‌دهد. مصرف همزمان داروهای ضددرد مخدر شبه تریاک با این دارو اثر ضددرد و مضعف CNS آنها را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزخواب‌آلودگی از انجام کارهای دقیق که‌احتیاج به هوشیاری دارند خودداری شود.

۲ ـ احتمال بروز خشکی دهان وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان داروی ضداضطراب‌یا آرام بخش ـ خواب‌آور، مقدار ۱۰۰ ـ ۵۰میلی‌گرم به‌صورت مقدار واحد مصرف‌می‌شود. به‌عنوان ضد استفراغ و یا ضدهیستامین مقدار ۱۰۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم سه یاچهار بار در روز برحسب نیاز مصرف‌می‌شود.

کودکان به‌عنوان ضد اضطراب یا آرام‌بخش ـ خواب‌آور ۰/۶mg/kg به‌صورت‌مقدار واحد مصرف می‌شود. به‌عنوان‌ضداستفراغ و ضد هیستامین ۰/۵mg/kgهر ۶ ساعت برحسب نیاز مصرف‌می‌گردد. در مورد کودکان کمتر از ۶ سال۱۲/۵ میلی‌گرم هر ۶ ساعت و در کودکان‌بزرگتر ۲۵ ـ ۱۲/۵ میلی‌گرم هر ۶ ساعت‌مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۰mg / ۵ml

Tablet: ۱۰mg, ۲۵mg

PROMETHAZINE HCl

موارد مصرف پرومتازین برای ایجاد اثرآرام بخش در شب و درمان بی‌خوابی برای مصرف کوتاه مدت ، درمان علامتی‌حساسیت‌هایی چون تب یونجه کهیر،درمان کمکی واکنش‌های آنافیلاکسی درمان تهوع سرگیجه اختلالات لابیرنت بیماری مسافرت و داروی پیش بیهوشی‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تصور می‌شود که این داروبه‌طور غیرمستقیم باعث کاهش تحریک‌سیستم مشبک ساقه مغزی می گردد.همچنین از طریق رقابت با هیستامین برای‌اتصال به گیرنده H۱ در سلول هدف اسپاسم و احتقان ناشی از هیستامین رامتوقف می‌سازد. این دارو از واکنش‌هایی که تنها با واسطه هیستامین بروز می کندجلوگیری می‌نماید ولی در صورت بروزآنها را از بین نمی‌برد. احتمالا با مهارگیرنده‌های شیمیایی بصل‌النخاع (CTZ) اثرضد استفراغ خود را اعمال می کند. اثرات‌ضد سرگیجه آن احتمالا از طریق اثر ضدموسکارینی مرکزی اعمال می‌شود.

فارماکوکینتیک پرومتازین به خوبی از راه‌خوراکی و از محل تزریق جذب می‌شود.متابولیسم آن کبدی است شروع اثر آن ازراه خوراکی یا تزریق عضلانی تقریب ?۲۰دقیقه و از راه وریدی حدود ۵ ـ ۳ دقیقه بعداز مصرف است طول مدت اثر آرام بخشی‌آن حدود ۸ ـ ۲ ساعت و طول مدت اثر ضدهیستامین آن ۱۲ ـ ۶ ساعت است این داروبه آهستگی از کلیه و مدفوع و عمدت?به‌صورت متابولیت‌های غیرفعال دفع‌می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز سرگیجه تسکین اغتشاش شعور و کمی فشارخون‌در بیماران مسن وجود دارد. همچنین‌بروز علایم اکستراپیرامیدال بخصوص‌پارکینسون اختلال در نشستن خوابیدنو درازکشیدن و دیکسینزی مداوم نیز دربیماران مسن بیشتر است بخصوص اگرمقادیر مصرف زیاد باشند یا از شکل‌تزریقی دارو استفاده شود.

۲ ـ در آسم حاد، وجود نشانه‌های بزرگی‌پروستات یا زمینه ابتلای به احتباس ادرار،اغماء، زمینه ابتلای گلوکوم با زاویه بستهو یرقان باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب آلودگی هیجان عصبانیت بی‌قراری از دست دادن مهارت‌در انجام کار یا بی‌ثباتی حرکات پرشی‌عضلات سر و صورت رعشه و تکان دادن‌دست‌ها، تاری دید، کاهش هوشیاری‌به‌ویژه در کودکان خشکی دهان احساس‌از حال رفتن (کمی فشار خون و حساسیت‌به نور از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخلهای دارویی مصرف همزمان‌پرومتازین با داروهای کاهنده فشار خون‌با اثر مضعف CNS مانند کلونیدین و متیل‌دوپا، سولفات منیزیم تزریقی داروهای‌ضد افسردگی سه حلقه‌ای داروهای‌بیهوش کننده باربیتورات‌ها و داروهای‌مخدر، داروهای مهارکننده‌مونوآمینواکسیداز (MAO)، از جمله‌فورازولیدن و پروکاربازین ممکن است‌موجب تشدید آثار مضعف CNS این‌داروها یا پرومتازین گردد. مصرف‌همزمان با سایر داروهایی که باعث ایجادواکنش‌های اکستراپیرامیدال می‌شوند، ازجمله هالوپریدول متوکلوپرامید، سایرفنوتیازین‌ها و تیوگزانتین‌ها ممکن است‌شدت و دفعات بروز واکنش‌های‌اکستراپیرامیدال را افزایش دهد. مصرف‌همزمان لوودوپا با پرومتازین ممکن است‌اثرات ضد پارکینسونی لودوپا را به علت‌مسدود شدن گیرنده‌های دوپامین در مغزمهار کند آثار آلفا ـ آدرنرژیک اپی‌نفرین درصورت مصرف همزمان با پرومتازین‌ممکن است مهار شود. مصرف همزمان‌بروموکریپتین با پرومتازین ممکن است‌موجب افزایش غلظت سرمی پرولاـکتین‌شود و با اثر بروموکریپتین تداخل کند.مصرف همزمان پرومتازین با داروهای‌ضد تیروئید ممکن است خطر بروزآگرانولوسیتوز را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به حداقل‌رسانیدن تحریک گوارشی شکل خوراکی‌این دارو همراه با غذا، آب یا شیر مصرف‌شود.

۲ ـ در صورت مصرف دارو برای‌پیشگیری از بیماری مسافرت باید حداقل ۳۰ دقیقه یا ترجیح ?۲ ـ ۱ ساعت قبل ازمسافرت مصرف شود.

۳ ـ احتمال بروز خشکی دهان با مصرف‌این دارو وجود دارد.

۴ ـ درمان با پرومتازین باید ۲ ـ ۱ هفته قبل‌از زایمان قطع شود تا از بروز یرقان وعلایم اکستراپیرامیدال در نوزاد جلوگیری‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲۵ میلی گرم در موقع خواب ودر صورت نیاز تا ۵۰ میلی گرم مصرف‌می‌شود.

کودکان در کودکان ۵ ـ ۱ ساله ۲۰ ـ ۱۵میلی گرم و در کودکان ۱۰ ـ ۵ ساله

۲۵ ـ ۲۰ میلی گرم در موقع خواب مصرف‌می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ۵۰ ـ ۲۵ میلی گرم و حداکثر تا ۱۰۰ میلی گرم تزریق می‌شود. در مواردداورژانس ۵۰ ـ ۲۵ میلی گرم و حداکثر ۱۰۰میلی گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود.

کودکان در کودکان ۱۰ ـ ۵ ساله

۱۲/۵ ـ ۶/۲۵ میلی گرم تزریق عضلانی‌می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵mg

Syrup: ۱۱۳mg / ۱۰۰ml

Injection: ۲۵mg / ml

TERFENADINE

موارد مصرف ترفنادین برای جلوگیری ازعلایم ناشی از حساسیت مانند تب یونجه و کهیر بکار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ضد آلرژی این دارو

ناشی از رقابت آن با هیستامین برای‌اتصال به گیرنده‌های H۱ است و به این‌ترتیب از بروز اثرات هیستامین جلوگیری‌می کند.

فارماکوکینتیک ترفنادین بخوبی از دستگاه‌گوارش جذب می گردد. به مقدار زیاد به‌پروتئینهای پلاسما متصل می‌شود وبه‌صورت متابولیت در ادرار و مدفوع دفع‌می گردد.

موارد منع مصرف در صورت وجودآریتمی قلبی نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز آریتمی قلبی بامقادیر مصرف زیاد وجود دارد.

۲ ـ از مصرف همزمان با داروهای کاهنده‌پتاسیم خون باید خودداری گردد.

۳ ـ در مصرف همزمان با داروهای‌ایجادکننده آریتمی احتیاط شود.

عوارض جانبی مهمترین عارضه جانبی این‌دارو احتمال بروز آریتمی قلبی است اثرات‌تسکینی و ضدموسکارینی آن بسیار کم‌است و معمولا با مقادیر مصرف زیاد دیده‌می‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای مهارکننده آنزیم‌های کبدی مانندکتوکونازول اریترومایسین و سایرایمیدازولهای ضد قارچ احتمال آریتمی‌قلبی را افزایش می‌دهد. استفاده از ترکیبات‌ضد آریتمی ضد جنون و ضد افسردگی‌سه حلقه‌ای اثر آریتمی‌زایی این دارو راافزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزآریتمی قلبی مصرف دارو قطع گردیده و به‌پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در تب یونجه و رینیت آلرژیک‌روزی ۶۰ میلی گرم و در صورت لزوم‌حداکثر تا ۱۲۰ میلی گرم مصرف می گردد.در حساسیت پوستی ۱۲۰ میلی گرم در یک یا دو نوبت در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۶ ـ ۳ سال ۱۵ میلی گرم‌دو بار در روز و در کودکان ۱۲ ـ ۶ سال ۳۰میلی گرم دو بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۶۰mg

ACICLOVIR

موارد مصرف آسیکلوویر در درمان وپیشگیری تبخال ناشی از ویروس هرپس منتزیت ناشی از ویروس هرپس پیشگیریو درمان زونا و در درمان عفونت ناشی ازواریسلا (آبله مرغان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آسیکلوویر ساخت DNAویروس را مهار می‌کند. این عمل از طریق‌تبدیل آسیکلوویر به آسیکلوویرتری‌فسفات و تداخل با آنزیم DNA پلیمرازوویروس صورت می‌گیرد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی آسیکلوویرحدود ۲۰٪ است و به مقدار وسیع درمایعات و بافت‌های بدن منتشر می‌شود.بیشترین غلظت آن در کلیه کبد و روده‌یافت می‌شود. غلظت آن در CNS حدود ۵۰٪ غلظت پلاسمایی آن است متابولیسم‌آن کبدی است و به‌طور عمده از طریق کلیه‌دفع می‌شود. جذب پوستی دارو ناچیزاست

هشدارها: درصورت‌وجوددهیدراتاسیون اختلال کار کلیه یا اختلالات نورولوژیک‌باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی فلبیت یا التهاب در محل‌تزریق از عوارض جانبی مهم و نسبت?شایع آسیکلوویر تزریقی است امکان‌بروز عوارض کلیوی بخصوص بعد ازتزریق سریع دارو وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تبخال تناسلی از راه‌مقاربت قابل انتقال است و مصرف‌آسیکلوویر مانع از انتقال نمی‌شود. ازاین‌رو حتی اگر بیمار علایمی نداشته باشد،باید از مقاربت خودداری گردد.

۲ ـ مصرف آسیکلوویر در عفونت ساده‌آبله مرغان در کودکان دارای سیستم‌ایمنی سالم توصیه نمی‌شود.

۳ ـ درمان با آسیکلوویر باید بلافاصله پس‌از مشاهده اولین علایم عفونت تبخالی آغازشود.

۴ ـ شکل تزریقی دارو باید به‌صورت‌انفوزیون وریدی مصرف شود. داروحداقل باید طی یکساعت انفوزیون شود.

۵ ـ از تزریق عضلانی و زیرجلدی شکل‌تزریقی باید خودداری شود.

۶ ـ هنگام مصرف دارو، جهت جلوگیری ازبروز عوارض کلیوی باید به مقدار کافی‌مایعات مصرف شود.

۷ ـ ناحیه ضایعه دیده باید به‌صورت‌خشک و تمیز نگهداری شده و برای‌جلوگیری از آلوده کردن سایر نقاط بدن یاانتقال عفونت به دیگران هنگام مصرف‌کرم دارو باید از دستکش پلاستیکی‌استفاده گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان تبخال تناسلی‌مقدار ۲۰۰ میلی‌گرم هر ۴ ساعت یکبارهنگام بیداری ۵ بار در روز و به مدت ۱۰روز مصرف می‌شود. برای درمان متناوب‌عفونت‌های عودکننده همین مقدار به مدت۵ روز مصرف می‌شود. برای درمان‌فرونشاننده طولانی مدت عفونت‌عودکننده مقدار ۴۰۰ میلی‌گرم دو بار درروز یا ۲۰۰ میلی‌گرم ۵ ـ ۳ بار در روز به‌مدت حداکثر ۱۲ ماه مصرف می‌شود. دردرمان زونا ۸۰۰ میلی‌گرم هر ۴ ساعت‌هنگام بیداری ۵ بار در روز به مدت ۱۰ ـ ۷روز مصرف می‌شود. در درمان تبخال‌مخاطی ـ جلدی در بیماران مبتلا به ضعف‌سیستم ایمنی مقدار ۴۰۰ ـ ۲۰۰ میلی‌گرم ۵بار در روز و به مدت ۱۰ روز مصرف‌می‌شود. در پیشگیری از این نوع عفونت مقدار ۴۰۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت مصرف‌می‌شود. در درمان آبله مرغان ۸۰۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز به مدت ۵ روز مصرف‌می‌شود. در صورت وجود اختلال در کارکلیه مقدار مصرف باید کاهش یابد.

کودکان در کودکان ۱۲ ـ ۲ سال در درمان‌آبله مرغان ۲۰mg/kg تا حداکثر ۸۰۰میلی‌گرم در هر بار مصرف ۴ بار در روزبه مدت

۵ روز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان در درمان تبخال تناسلی اولیه‌شدید، مقدار ۵mg/kg سه بار در روز

به مدت ۵ روز انفوزیون وریدی می‌شود.در عفونت تبخال مخاطی ـ جلدی دربیماران مبتلاـ به ضعف سیستم ایمنی مقدار ۱۰mg/kg ـ ۵ سه بار در روز و

به مدت ۱۰ ـ ۷ روز انفوزیون وریدی‌می‌شود. در درمان آنسفالیت ناشی ازویروس هرپس ۱۰mg/kg سه بار در روزبه مدت ۱۰ روز و در درمان زونا دربیماران مبتلا به ضعف سیستم ایمنی همین مقدار به مدت ۷ روز انفوزیون‌وریدی می گردد. مقدار مصرف در

بیماران مبتلا به عیب کار کلیه

باید تعدیل گردد. حداکثر مقدار

مصرف در بزرگسالان ۳۰mg/kg یا۱/۵g/m۲ است

کودکان مقدار مصرف در درمان تبخال‌تناسلی اولیه شدید در کودکان تا ۱۲ سال ۲۵۰mg/m۲ سه بار در روز به مدت ۵ روزبه‌صورت انفوزیون وریدی می‌باشد. دردرمان تبخال جلدی ـ مخاطی در کودکان‌مبتلا به ضعف سیستم ایمنی همین مقداربه مدت ۷ روز انفوزیون وریدی می‌شود.در درمان آنسفالیت ناشی از ویروس‌هرپس ۵۰۰mg/m۲ هر ۸ ساعت به مدت ۱۰روز انفوزیون می‌شود. در درمان زونا دربیماران مبتلا به ضعف سیستم ایمنی۵۰۰mg/m۲ سه بار در روز و به مدت ۷روز و در عفونت تبخال منتشر در نوزادان۱۰mg/kg سه بار در روز به مدت ۱۴ ـ ۱۰روز انفوزیون وریدی می‌شود. مقدارمصرف در کودکان بالای ۱۲ سال مانندبزرگسالان است

اشکال دارویی

Tablet: ۲۰۰mg, ۴۰۰mg

For Injection: ۲۵۰mg

Topical Cream: ۵٪

CYCLOPHOSPHAMIDE

موارد مصرف سیکلوفسفامید در درمان‌لوسمی لنفوبلاستیک حاد، لوسمی‌مونوسیتیک حاد، لوسمی میلوژنوس حاد،لوسمی گرانولوسیتیک مزمن آدنوکارسینومای تخمدان سرطان پستان سرطان ریه سرطان آندومتر،میلوم‌مولتیپل انواع لنفوما و در تومورویلمز بکار می‌رود و به عنوان داروی‌کمکی جهت کاهش فعالیت سیستم ایمنی‌بدن برای جلوگیری از پس زدن پیوند،سندروم نفروتیک آرتریت روماتوئید ولوپوس اریتماتوز بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: یکی از متابولیتهای‌سیکلوفسفامید همانند داروهای آلکیله‌کننده عمل می کند. اثر سلول‌کش آن عمدت?ناشی از ایجاد اتصال بین دو رشته‌مولکولی DNA و نیز RNA و همچنین مهارساخت پروتئین است

فارماکوکینتیک سیکلوفسفامید بخوبی ازدستگاه گوارش جذب می گردد. به مقدارمحدودی از سد خونی مغزی عبور می‌کند.متابولیسم آن کبدی است و پس از آن به‌متابولیت‌های فعال تبدیل و نهایت ?از طریق کلیه دفع می گردد.

عوارض جانبی عوارضی که بطور معمول‌این دارو از خود نشان می‌دهد شامل‌لکوپنی و یا عفونت که معمولا بدون علامت‌می‌باشد. بدلیل اثر کاهنده بر روی غددجنسی احتمال بروز اختلال در دوران‌قاعدگی وجود دارد که پس از قطع دارورفع می گردد. لکوپنی

نیز معمولا ۱۷-۲۱روز پس از قطع دارو بهبود می‌یابد.
تداخل‌های داروئی سیکلو فسفامید اگرهمزمان با آلوپورینول و یا کل شی‌سین‌استفاده شود ممکن است غلظت اسیداوریک خون را بالا ببرد. سیکلوفسفامید درصورت مصرف همزمان با داروهای ضدانعقاد خوراکی ممکن است فعالیت این‌داروها را به علت کاهش ساخت کبدی‌فاکتورهای پیش‌انعقادی و تداخل با تشکیل‌پلاکت‌ها، افزایش دهد.
مصرف همزمان سیکلو فسفامید همراه‌سیتارابین باعث بروز خطر کاردیومیوپاتی می گردد. استفاده همزمان آن باداروهای دیگر مضعف سیستم ایمنی ممکن‌است به توسعه عفونت و یا سرطان‌بیانجامد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزخونریزی حتم ?باید دارو قطع گردد.
۲ ـ در صورت کاهش لکوسیتها و پلاکت‌هادارو باید قطع گردد تا سطح خونی آنها به‌حد قابل قبولی برسد و سپس می‌توان دارورا در صورت لزوم با مقدار کمتری تجویزنمود.
۳ ـ بیمار باید برای جلوگیری از خطرعارضه کلیوی ناشی از افزایش‌اسیداوریک مایعات زیاد مصرف کند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان ضد سرطان به‌مقدار ۱-۵ mg/kg/day مصرف می‌شود.بعنوان کاهنده ایمنی در درمان آرتریت‌روماتوئید، مقدار ۱/۵-۲ mg/kg/day دارومی‌تواند تا مقدار ۳ mg/kg/day افزایش پیداکند.
کودکان به عنوان ضد نئوپلاسم مقدارشروع ۲-۸ mg/kg/day در مقادیر منقسم‌بمدت شش روز یا بیشتر و مقدارنگهدارنده ۲/۵ mg/day دو بار در هفته‌می‌باشد. در سندرم نفروتیک به عنوان‌کاهنده ایمنی ۲/۵-۳ mg/kg/day مصرف‌می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به عنوان ضد سرطان مقدار۴۰-۵۰ mg/kg طی ۲-۵ روز تزریق‌می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده آن نیزدر حدود ۱۰-۱۵ mg/day هر ۷-۱۰ روز ویا ۳/۵ mg/day دو بار در هفته بصورت‌وریدی است
کودکان بعنوان ضد سرطان مقدار۲-۸ mg/kg/day در مقادیر منقسم بمدت
۶ روز یا بیشتر تزریق وریدی می‌شود.مقدار نگهدارنده ۱۰ - ۱۵ mg/day هر
۱۰ - ۷ روز یا ۳۰ mg/kg هر ۴ - ۳ هفته‌یکبار یا پس از بازگشت فعالیت مغز
استخوان به حالت عادی است

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰mg, ۵۰۰ mg

Tablet: ۵۰ mg

CYTARABINE

موارد مصرف سیتارابین در درمان‌لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی‌میلوسیتیک حاد، لوسمی میلوژنوس حاد،لوسمی میلوسیتیک مزمن لنفوم حاد غیرهوچکینی در کودکان اریترولوسمی ولنفوم هوچکینی بکار می‌رود.
مکانیسم اثر: سیتارابین یک آنتی متابولیت‌است و در چرخه سلولی بطور اختصاصی‌در مرحله تقسیم سلولی عمل می کند وباعث مهار ساخت DNA و تا حد کمی RNAو پروتئین می گردد.
فارماکوکینتیک پس از تزریق وریدی مقدارمتوسطی از این دارو از سد خونی ـ مغزی‌عبور می کند. متابولیسم آن کبدی بوده ودفع

آن عمدت ?کلیوی است

هشدارها: سیتارابین ممکن است باعث‌کاهش فعالیت گنادها گردد که بسته به مدت‌درمان گاهی غیرقابل برگشت می‌باشد.

عوارض جانبی عوارض جانبی سیتارابین‌بجز تهوع و استفراغ در صورت انفوزیون‌وریدی افزایش می‌یابند. عوارض شایع‌شامل تب لرز و یا گلو درد ناشی از کمبودگویچه‌های سفید و عفونت است همچنین‌خونریزی و کبودی غیرعادی ناشی ازکمی پلاکت‌ها است

تداخل‌های داروئی در صورت مصرف‌همزمان با آلوپورینول و کل شی‌سین نیازبه تنظیم مقدار دارو می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ شروع درمان باسیتارابین باید در بیمارستان و تحت نظرپزشک متخصص انجام گیرد.

۲ ـ مقدار مصرف بیشتر سیتارابین وتزریق سریع وریدی بجای دفعات بیشتر وزمان آهسته‌تر تزریق استفراغ و تهوع‌بیشتری تولید می‌کند اما عوارض خونی آن‌کمتر است

۳ ـ مصرف زیاد مایعات از تجمع‌اسیداوریک در کلیه جلوگیری می‌کند.

مقدار مصرف در درمان لوسمی‌میلوسیتیک حاد و اریترولوسمی به عنوان‌مقدار شروع ۳ mg/kg/day از راه وریدی بصورت انفوزیون پیوسته طی ۲۴ ساعت‌یا در مقادیر منقسم بصورت تزریق سریع‌وریدی برااى ۵-۱۰ روز و به عنوان مقدارنگهدارنده. ۱ mg/kg از طریق زیر جلدی ۱-۲بار در هفته تزریق می‌شود. در درمان‌لوسمی مننژی ۵-۷۵ mg/m۲ از اشکال قابل‌تزریق داخل نخاع دارو، در فواصل متفاوت‌از یکبار در روز بمدت ۴ روز تا هر چهارروز یکبار داخل نخاع تزریق می‌شود. اغلب ۳۰ mg/m۲ هر چهار روز یکبار، تا جایی که‌آزمایشات مایع مغزی ـ نخاعی طبیعی‌شوند، مصرف می‌شود. پس از آن یک‌مقدار مصرف اضافی نیز تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg

DACARBAZINE

موارد مصرف داکاربازین در درمان‌ملانوم بدخیم و لنفوم‌های هوچکینی بکارمی‌رود و در درمان سارکوم‌های بافت نرم‌توصیه شده است

مکانیسم اثر: داکاربازین در چرخه سلولی‌بطور غیراختصاصی عمل و ممکن است‌ساخت DNA و RNA را مهار کند.

فارماکوکینتیک داکاربازین بمیزان کم ازسد خونی ـ مغزی عبور می‌کند. متابولیسم‌دارو کبدی است نیمه عمر دارو ۵ ساعت‌است که در عیب کار کبد به ۷/۲ ساعت‌می‌رسد. ۴۰٪ داروی تزریق شده طی ۶ساعت از کلیه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت بروز کاهش‌سلول‌های خون درمان را قطع تا میزان‌لکوسیت‌ها و پلاکت‌ها به مقادیر قابل قبول‌برگردد (یک هفته پس از قطع مصرف داروبه مقدار قابل قبول برمی‌گردد).

۲ ـ مواد حاصل از تجزیه محلول‌داکاربازین (در اثر نور)، ممکن است باعث‌بروز عوارض جانبی سوزش و درد درناحیه تزریق تهوع استفراغ و مسمومیت‌کبدی شود.

عوارض جانبی کم‌خونی آسیب‌بافتی ودرد ورید محل تزریق کاهش گلبول‌های‌سفید یا پلاکت‌های خون آنافیلاکسی مسمومیت کبدی استئوماتیت کاهش‌اشتها و تهوع و استفراغ از عوارض جانبی‌مهم و نسبت ?شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان باداروهای مولد دیسکرازی خونی باعث‌تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود.مصرف همزمان با داروهای القاکننده‌آنزیم کبدی باعث کاهش اثرات لازم‌می‌شود.

نکات قابل توصیه دارو بصورت وریدی وترجیح ?انفوزیون وریدی بکار رود.

مقدار مصرف در ملانوم بدخیم مقدار۴/۵-۲ mg/kg/day بمدت ۱۰ روز بصورت‌وریدی هر ۲۸ روز یکبار و یا تا۲۵۰ mg/m۲/day بمدت ۵ روز بصورت‌وریدی هر ۲۱ روز یکبار مصرف می‌شود.در لنفوم‌های هوچکینی مقدار ۱۵۰mg/m۲/day بصورت وریدی بمدت ۵ روز، همراه‌دیگر داروهای ضد سرطان که هر ۲۸ روزتکرار می‌شود و یا تا ۳۷۵ mg/m۲ در روزاول همراه با دیگر داروهای ضد سرطان‌هر ۱۵ روز یکبار مصرف می‌شود.

داکاربازین بمیزان ۸۵۰ mg/m۲/dayبصورت مقدار مصرف واحد هر ۲۱-۴۲روز یکبار نیز مصرف می‌شود که سمیت‌خونی قابل ملاحظه‌ای ندارد، اما تهوع واستفراغ شدیدی ممکن است ایجاد نماید.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg, ۲۰۰ mg

ISONIAZID

موارد مصرف ایزونیازید همراه با سایرداروهای ضد سل در درمان سل و به‌تنهایی برای پیشگیری از بروز این بیماری‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ایزونیازید یک آنتی‌بیوتیک‌باکتریواستاتیک است که به نظر می‌رسد باتداخل در سنتز دیواره سلولی موجب مرگ‌باکتری می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود، اما ممکن است درعبور اول از کبد متابولیزه شود. جذب وفراهمی زیستی این دارو در صورت‌مصرف همزمان با غذا ممکن است به مقدارقابل ملاحظه‌ای کاهش یابد. پس از جذب‌به‌طور گسترده در بافتها و مایعات بدن‌منتشر می‌شود. اوج غلظت سرمی دارو

۲ ـ ۱ ساعت بعد از مصرف حاصل‌می‌شود. نیمه عمر ایزونیازید متغیر وممکن است بین ۵ ـ ۰/۵ ساعت باشد (به‌سرعت استیلاسیون دارو در کبد بستگی‌دارد). دفع دارو عمدت ?کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌ابتلای بیمار به نارسایی کبدی ناشی ازداروها، نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت وجود عیب کار کبد،عیب کار کلیه استیلاسیون کند کبدی صرع سابقه سایکوز، اعتیاد به الکل وپورفیری با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ نوریت‌محیطی با مصرف مقادیر زیاد، نوریت‌اپتیک تشنج حملات سایکوتیک واکنش‌های حساسیت مفرط شامل تب اریتم مولتی فرم پورپورا وآگرانولوسیتوز، هپاتیت سندرم شبه‌لوپوس ـ اریتماتوز سیستمیک پلاگر،زیادی قند خون و ژینکوماستی با مصرف‌این دارو گزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی سمیت ایزونیازید برای‌کبد در صورت مصرف همزمان‌ایزوفلوران با این دارو افزایش می‌یابد.داروهای آنتی‌اسید جذب ایزونیازید راکاهش می‌دهند. در صورت مصرف‌همزمان این دارو با سیکلوسرین خطرمسمومیت CNSافزایش می‌یابد.متابولیسم کاربامازپین اتوسوکسیمید وفنی‌توئین بوسیله ایزونیازید مهار می‌شودو از اینرو اثر این داروها افزایش می‌یابد.همچنین در صورت مصرف همزمان‌کاربامازپین سمیت ایزونیازید برای کبدافزایش می‌یابد. متابولیسم دیازپام نیزتوسط این دارو مهار می‌شود. ایزونیازیداحتمالا غلظت پلاسمایی تئوفیلین راافزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بیمار یا اطرافیان وی‌را باید از نظر تشخیص علایم اختلال کبدی‌آگاه ساخت و به بیمار یادآور شد، درصورت بروز علایم این اختلال از جمله‌تهوع مداوم استفراغ بیحالی یا یرقان فور?مصرف ایزونیازید را قطع و به پزشک‌مراجعه کند.

۲ ـ در صورت بروز تحریک گوارشی می‌توان این دارو را با غذا مصرف کرد، امادر این صورت جذب دارو کاهش خواهدیافت

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو دردرمان سل از راه خوراکی و عضلانی دررژیم‌های مختلف درمانی در کلیات‌داروهای ضد سل ذکر شده است

برای پیشگیری از بروز سل دربزرگسالان ۳۰۰mg/day و در کودکان ۱۰mg/kg/day (تا حداکثر ۳۰۰ میلی گرم ازراه خوراکی یا تزریق عضلانی مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Double Scored Tablet: ۱۰۰mg, ۳۰۰mg

Injection: ۱g/۱۰ml

PYRAZINAMIDE

موارد مصرف پیرازین آمید همراه با سایرداروهای ضد سل در درمان این بیماری‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این آنتی‌بیوتیک بسته به‌غلظت و حساسیت ارگانیسم‌باکتریواستاتیک یا باکتریسید می‌باشد.مکانیسم اثر این دارو بخوبی شناخته نشده‌است

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود و پس از جذب دراغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود.پیرازین آمید در کبد به متابولیت فعال‌خود، هیدرولیز می‌شود. غلظت سرمی‌دارو ۲ ـ ۱ ساعت و غلظت سرمی متابولیت‌آن ۵ ـ ۴ ساعت پس از مصرف به اوج خودمی‌رسد. نیمه عمر دارو ۹/۵ ساعت و نیمه‌عمر متابولیت آن ۱۲ ساعت است که درصورت نارسایی مزمن کلیه به ترتیب تا ۲۶و ۲۲ ساعت ممکن است افزایش یابند. دفع‌این دارو کلیوی است

موارد منع مصرف در صورت وجود آسیب‌کلیوی و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت وجود عیب کار کبد،عیب کار کلیه دیابت و نقرس این دارو بایدبا احتیاط فراوان مصرف شود. پیگیری‌کار کبد در طول درمان با این دارو توصیه‌می‌شود.

عوارض جانبی تب بی‌اشتهایی بزرگ‌شدن کبد، یرقان و نارسایی کبد، عوارض‌مهم این دارو هستند.

نکات قابل توصیه بیمار یا اطرافیان وی رابابد از نظر تشخیص علایم اختلال کبدی‌آگاه ساخت و به بیمار یادآور شد که درصورت بروز علایم این اختلال از جمله تهوع مداوم استفراغ بیحالی و یرقان فور ?مصرف دارو را قطع و به پزشک‌مراجعه کند.

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو دردرمان سل در بخش کلیات داروهای ضدسل ذکر شده است

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰۰mg

(RIFAMPIN (RIFAMPICIN

موارد مصرف ریفامپین به همراه سایرداروهای ضد سل در درمان این بیماری‌مصرف می‌شود. همچنین این دارو همراه‌با سایر داروها در درمان عفونتهای حاداستافیلوکوکی و جذام وعفونتهای آتیپیک‌ناشی از انواع میکوباکتریم و نیز درپیشگیری از مننژیت مننگوکوکی و عفونت‌ناشی از هموفیلوس آنفلوانزا مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: ریفامپین یک آنتی‌بیوتیک باطیف اثر گسترده و باکتریسید می‌باشد که‌از طریق مهار RNA باکتریایی اثر خود رااعمال می‌نماید.

فارماکوکینتیک این دارو به خوبی از راه‌خوراکی جذب می‌شود و پس از جذب دراغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود.غلظت

سرمی دارو ۴ ـ ۱/۵ ساعت بعد ازمصرف خوراکی به اوج خود می‌رسد.ریفامپین در کبد متابولیزه می‌شود. نیمه‌عمر دارو ۵ ـ ۳ ساعت است که پس ازمصرف مکرر به ۳ ـ ۲ ساعت کاهش‌می‌یابد. دفع این دارو عمدت ?از راه صفرا ومدفوع است و دارو وارد چرخه روده‌ای ـکبدی نیز می‌شود. تقریب ?۱۵ ـ ۶ درصددارو به‌صورت تغییر نیافته و ۱۵ درصدبه‌صورت متابولیت فعال از طریق ادراردفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیماربه یرقان و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مقدار مصرف دارو درصورت وجود عیب کار کبد باید کاهش‌داده شود.

۲ ـ در صورت ابتلای بیمار به اختلالات کبدی و در صورت درمان دراز مدت انجام‌آزمونهای کار کبد به‌طور ادواری توصیه‌می‌شود.

۳ ـ در صورت ابتلای بیمار به عیب کارکلیه (در صورتی که دارو به مقداری بیش‌از ۶۰۰mg/day مصرف می‌شود)، این داروباید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شامل‌بی‌اشتهایی تهوع استفراغ و اسهال تغییررنگ ادرار و ترشحات بدن به نارنجی عوارضی با علایم آنفلوانزا شامل لرز، تب سرگیجه و درد استخوان کلاپس و شوک کم خونی همولیتیک نارسایی حاد کلیه پورپورای ترومبوسیتوپنیک تغییر درعملکرد کبد، یرقان برافروختگی کهیر وبثورات جلدی می‌باشد.

تداخل‌های دارویی ریفامپین متابولیسم‌بسیاری از داروها را افزایش می‌دهد ومنجر به کاهش اثر یا کاهش غلظت‌پلاسمایی آنها می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باید به بیماران‌توصیه نمود در صورت استفاده ازقرصهای جلوگیری کننده از بارداری درطول درمان با این دارو، حتم ?از سایرروشهای جلوگیری از بارداری نیزاستفاده نمایند.

۲ ـ در صورت مصرف ریفامپین احتمال‌تغییر رنگ لنزهای نرم وجود دارد.

۳ ـ در صورت قطع مصرف دارو، مصرف‌آن را باید مجدد ?با مقدار کم آغاز کرد وبتدریج مقدار مصرف آن را افزایش داد. درصورت بروز عوارض جانبی جدی بایدمصرف دارو را برای همیشه قطع کرد.

۴ ـ بیمار یا اطرافیان وی را باید

از نظر تشخیص علایم اختلال کبدی آگاه‌ساخت و به بیمار یادآور شد در صورت‌بروز علایم این اختلال از جمله تهوع‌مداوم استفراغ بیحالی و یرقان فور?مصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه‌کند.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف ریفامپین از راه‌خوراکی یا تزریق وریدی در درمان‌عفونتهای استافیلوکوکی همراه با سایرداروها ۱/۲g/day ـ ۰/۶ در ۴ ـ ۲ مقدارمنقسم می‌باشد. مقدار مصرف این دارو دردرمان سل در بخش کلیات داروهای ضدسل ذکر شده است

مقدار مصرف این دارو در درمان جذام۶۰۰ میلی‌گرم یکبار در ماه (۴۵۰ میلی‌گرم‌برای بیماران با وزن کمتر از ۳۵کیلوگرم از راه خوراکی یا تزریق وریدی‌است برای پیشگیری از منژیت‌مننگوکوکی ۶۰۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت‌برای ۲ روز، از راه وریدی و ۶۰۰ میلی گرم‌یکبار در روز برای ۴ روز از راه خوراکی‌مصرف می‌شود. همچنین برای پیشگیری‌از عفونت ناشی از هموفیلوس انفلوانزا(نوع b(۶۰۰ میلی‌گرم یکبار در روز برای ۴روز از راه خوراکی مصرف می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در درمان‌سل در بخش کلیات داروهای ضد سل ذکرشده است در نوزادان با سن کمتر ازیکماه برای پیشگیری از عفونت‌مننگوکوکی ۵mg/kg هر ۱۲ ساعت به مدت۲ روز از راه خوراکی یا وریدی مصرف‌می‌شود.

برای پیشگیری از عفونت هموفیلوس‌آنفلوانزا ۱۰mg/kg/day به مدت ۴ روز ازراه خوراکی مصرف می‌شود. در کودکان‌با سن بیشتر از یکماه برای پیشگیری ازعفونت منگوکوکی ۱۰mg/kg هر ۱۲ساعت به مدت ۲ روز از راه خوراکی یاوریدی مصرف می‌شود. برای پیشگیری‌از عفونت هموفیلوس آنفلوانزا،۲۰mg/kg/day به مدت ۴ روز از راه‌خوراکی مصرف می‌شود. حداکثر مقدارمصرف در روز، ۶۰۰ میلی گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule: ۱۵۰mg, ۳۰۰mg

For Injection: ۶۰۰mg

Oral Drops: ۱۵۳mg/ml

STREPTOMYCIN

موارد مصرف این دارو همراه با سایرداروهای ضد سل در درمان سل مصرف‌می‌شود. همچنین در درمان بروسلوز،گرانولوما اینگوئینال طاعون و تولارمی‌مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو نباید درصورت ابتلای بیمار به میاستنی گراومصرف شود.

هشدارها: فاصله زمانی بین دفعات مصرف‌دارو در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه بایدافزایش یابد.

عوارض جانبی آسیب‌بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت‌پذیر کلیه بندرت کاهش‌منیزیم خون به‌ویژه در مصرف طولانی‌مدت دارو، کولیت پسودوممبران وهمچنین واکنش‌های حساسیت مفرط وپارستزی دهان از عوارض احتمالی این‌دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورین‌ها (به‌ویژه‌سفالوتین ، آمفوتریسین سیکلوسپورین‌و داروهای سیتوتوکسیک خطر بروزمسمومیت کلیوی (و احتمالا_ مسمومیت‌گوشی افزایش می‌یابد. مصرف همزمان‌استرپتومایسین با نئوستیگمین وپیریدوستیگمین اثر این داروهای‌کولینرژیک را کاهش می‌دهد. مصرف‌همزمان استرپتومایسین با داروهای‌مسدد عصب ـ عضله ممکن است موجب‌ضعف بیشتر عضلات اسکلتی ضعف‌تنفس و حتی آپنه شود. خطر بروزمسمومیت گوشی در صورت مصرف بااسترپتومایسین با داروهای مدر گروه‌حلقه لوپ ممکن است افزایش یابد. ازمصرف همزمان این دارو با کاپرئومایسین‌باید خودداری کرد، زیرا خطر بروزمسمومیت گوشی و کلیوی و انسداد عصب‌ـ عضله ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان سل‌ممکن است ۲ ـ ۱ سال یا حتی بیشتر طول‌بکشد. با وجود این در صورت بروز علایم‌مسمومیت با این دارو، مصرف آن بایدقطع شود.

۲ ـ محل تزریق دارو در هر بار تزریق بایدعوض شود. تزریق غلظتهای بیش از۵۰۰mg/ml توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان سل به همراه باسایر داروهای ضد سل ۱g/day از راه‌عضلانی تزریق می‌شود. این مقدار باید درحداقل زمان ممکن از نظر بالینی به یک گرم۳ ـ ۲ بار در هفته کاهش یابد. در درمان‌سایر عفونتهای باکتریایی همراه با سایرداروها، ۱ ـ ۰/۲۵ گرم هر ۶ ساعت و دردرمان طاعون ۱ ـ ۰/۵ گرم هر ۶ ساعت‌تزریق عضلانی می‌شود. در درمان‌تولارمی ۵۰۰ـ ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت‌به مدت ۱۰ ـ ۷ روز تزریق عضلانی‌می‌شود.

کودکان در درمان سل به همراه سایرداروهای ضد سل ۲۰mg/kg/day و دردرمان سایر عفونتهای باکتریایی ۱۰mg/kg ـ ۵ هر ۶ ساعت تزریق عضلانی‌می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection (as sulfate): ۱g

AMINOGLYCOSIDES

GENTAMICIN AMIKACIN
PAROMOMYCIN NEOMYCIN
TOBRAMYCIN

این گروه از آنتی‌بیوتیک‌ها شامل آمیکاسین جنتامایسین نئومایسین استرپتومایسین و توبرامایسین می‌شود.تمام این آنتی‌بیوتیک‌ها باکتریسید هستندو بر روی بعضی از باکتری‌های گرم مثبتو اغلب باکتری‌های گرم منفی موثرمی‌باشند. آمیکاسین جنتامایسین وتوبرامایسین بر روی پسودوموناس آئروژینوزا و استرپتومایسین بر روی‌مایکوباکتریوم توبرکولوزیس موثرهستند. امروزه استرپتومایسین فقط برای‌درمان سل در نظر گرفته می‌شود.

آمینوگلیکوزیدها از راه دستگاه گوارش‌جذب نمی‌شوند (اگر چه احتمال جذب دارودر صورت وجود بیماری التهابی روده یادر عیب کار کلیه افزایش می‌یابد) و به همین‌دلیل در درمان عفونتهای سیستمیک‌به‌صورت تزریقی مصرف می‌شوند.

جذب این داروها پس از تزریق عضلانی‌سریع و کامل است آمینوگلیکوزیدها ازراه پوست نیز جذب می‌شوند. پس از جذب‌در اغلب بافتها و مایعات بدن منتشرمی‌شوند و بیشترین غلظت را در ادراردارند. غلظت سرمی این داروها ۱/۵ ـ ۰/۵ساعت پس از تزریق عضلانی و ۳۰ و

۱۵ دقیقه به ترتیب پس از انفوزیون وریدی ۳۰ دقیقه‌ای و یک ساعته به اوج خودمی‌رسد. دفع این داروها عمدت ?به‌صورت کلیوی است و در صورت وجود عیب کارکلیه ممکن است در بدن تجمع یابند.

نیمه عمر آمینوگلیکوزیدها ۴ ـ ۲ ساعت‌است که در صورت عیب کار کلیه ممکن‌است تا ۱۰۰ ساعت نیز افزایش یابد.

اغلب عوارض جانبی آمینوگلیکوزیدهاوابسته به مقدار مصرف هستند و از اینرو،در تنظیم مقدار مصرف آنها باید دقت کردو در صورت امکان نباید دوره درمان رابیش از ۷ روز ادامه داد. مهمترین عوارض‌این داروها مسمومیت گوشی و تا اندازه‌ای‌مسمومیت کلیوی است این عوارض‌عموم ?در افراد کهنسال یا بیماران مبتلا به‌عیب کار کلیه شایعتر هستند. در صورت‌ابتلای بیمار به عیب کار کلیه (یا ایجادغلظت پلاسمایی زیاد دارو پس از مصرف‌هر دوز)، فاصله بین دفعات مصرف دارو‌باید افزایش یابد. اگر عیب کار کلیه شدیدباشد، مقدار مصرف دارو را نیز باید کاهش‌داد.

آمینوگلیکوزیدها ممکن است انتقال‌پیامهای عصبی ـ عضلانی را مختل سازندو نباید برای بیماران مبتلاـ به میاستنی گراوتجویز شوند. تجویز مقادیر زیاد این‌داروها در حین عمل جراحی ممکن است‌موجب بروز سندرم زودگذر میاستنی‌گراو در بیماران با عملکرد طبیعی عصب ـعضله شود.

مصرف همزمان آمینوگلیکوزیدها باداروهای مدر بالقوه سمی برای گوش مانند فوروسماید و اسید اتاکرینیک ممنوع است و در صورت لزوم مصرف‌همزمان هر دو دارو، باید فاصله بین‌مصرف آنها را تا حد امکان افزایش

داد.

در صورت لزوم مصرف همزمان‌آمینوگلیکوزیدها با آنتی‌بیوتیک‌های بتا ـلاکتام (پنی‌سیلین‌ها و سفالوسپورین‌ها) ازمخلوط کردن دو دارو باید خودداری کرد،چرا که هر دو دارو تا حد زیادی بی‌اثرخواهند شد. در اینگونه موارد، دو دارو راباید جداگانه و در دو نقطه تزریق کرد.همچنین نباید دو دارو را در یک محلول‌انفوزیون مخلوط کرد.

AMIKACIN

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهـای جـدی ناشـی از باکتری‌های گرم‌منفی مقاوم به جنتامایسـین مصـرف‌می‌شود. برتری این دارو نسبت به‌جنتامایسین در مقاومت این آنتی‌بیوتیک‌در برابر اغلب آنزیم‌های باکتریایی تخریب‌کننده آمینوگلیکوزیدهاست

موارد منع مصرف این دارو نباید درصورت ابتلای بیمار به میاستنی گراومصرف شود.

هشدارها: فاصله بین دفعات مصرف دارودر بیماران مبتلا به عیب کار کلیه بایدافزایش یابد.

عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت‌پذیر کلیه بندرت کاهش‌منیزیم خون به‌ویژه در مصرف طولانی‌مدت و کولیت پسودوممبران از عوارض‌احتمالی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصـرف‌همزمان آمینوگلیکوزیدها باسفالوسـپورین‌ها (به‌ویژه سفالوتین ،آمفوتریسین سیکلوسپورین و داروهای‌سیتوتوکسـیک خطر بروز مسـمومیت‌کلیوی (و احتمالا مسمومیت گوشی افزایش می‌یابد. مصرف همزمان‌آمینوگلیکوزیدها بـا وانکومایسـین خطربروز مسـمومیت گوشـی و کلیـوی را افزایش‌می‌دهـد. مصـرف همزمـان آمینوگلیکوزیـدهابا نئوسـتیگمین و پیریـدوستیگمین اثر این‌داروهای کولینرژیک را کاهش می‌دهد.مصـرف همزمان آمینوگلیکوزیدها باداروهای مسدد عصب ـ عضـله ممکـن است‌موجب ضـعف بیشتر عضـلات اسـکلتی ضعف تنفس و حـتی آپنـه شـود. خطر بروزمسـمومیت گوشـی در صـورت مصـرف‌آمینوگلیکوزیدها بـا داروهـای مـدر گروه‌لوپ ممکن است افزایش یابـد. از مصـرف‌همزمان دو یـا چنـد آمینوگلیکوزیـد با یکدیگرو مصرف همزمان این داروها باکاپرئومایسین باید خودداری کرد، زیراخطر بروز مسمومیت گوشی و کلیوی وانسداد عصب ـ عضله ممکن است افزایش‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجـا که دفع‌آمینوگلیکوزیـدها عمـدت ?کلیوی است وغلظت این داروها در ادرار زیاد خواهـد بود،بیمار باید به اندازه کافی آب یا مایعات‌مصرف کند تا غلظت زیاد دارو موجب‌آسیب به مجاری ادراری نشود.

۲ ـ از آنجـا که احتمـال تشـکیل کمپلکس بین‌آمیکاسـین و سـایر داروهـا وجود دارد،مخلوط کردن این دارو بـا سایر داروها دریک محلول توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان

مقدار ۵mg/kg هر ۸ سـاعت یا ۷/۵mg/kg هر۱۲ ساعت به مـدت ۱۰ ـ ۷ روز از راه‌عضـلانی یا انفوزیون آهسته وریدی تزریق می‌شـود. در عفونتهـای باکتریایی‌سـاده مجـاری ادراری ۲۵۰ میلی گرم هر۱۲ سـاعت از راه عضـلانی یا انفوزیون‌وریـدی مصـرف می‌شود.

کودکان

در نوزادان نارس ابتدا ۱۰mg/kg و سپس۷/۵mg/kg هر ۲۴ ـ ۱۸ ساعت به مدت

۱۰ ـ ۷ و روز در نـوزادان ۱۰mg/kg وسپس ۷/۵mg/kg هر ۱۲ ساعت به مـدت ۱۰ـ ۷ روز تزریق عضـلانی یا انفوزیون‌وریدی می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection (as sulfate): ۲۵۰mg/ml,۵۰mg/ml

GENTAMICIN

موارد مصرف جنتامایسین در درمان‌عفونتهای جدی مانند سپتی سمی وسپسیس نوزادان مننژیت و سایرعفونتهای CNS، عفونت مجاری صفراوی پیلونفریت حاد یا التهاب عفونی حادپروستات و همراه با یک پنی‌سیلین دردرمان اندوکاردیت ناشی ازاسترپتوکوکوس ویریدانس یااسترپتوکوکوس فکالیس مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو نباید درصورت ابتلای بیمار به میاستنی گراومصرف شود.

هشدارها: فاصله بین دفعات مصرف دارودر بیماران مبتلا به عیب کار کلیه بایدافزایش داده شود.

عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت‌پذیر کلیه بندرت کاهش‌منیزیم خون به‌ویژه در مصرف طولانی‌مدت وکولیت پسودوممبران از عوارض‌احتمالی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان آمینوگلیکوزیدها باسفالوسپورین‌ها (به‌ویژه سفالوتین ،آمفوتریسین سیکلوسپورین و داروهای‌سیتوتوکسیک خطر بروز مسمومیت‌کلیوی (و احتمالا مسمومیت گوشی افزایش می‌یابد. مصرف همزمان‌آمینوگلیکوزیدها با نئوستیگمین وپیریدوستیگمین به دلیل اثر آنتاگونیستی اثر این داروهای کولینرژیک را کاهش‌می‌دهد. مصرف همزمان آمینوگلیکوزیدهابا داروهای مسدد عصب ـ عضله ممکن‌است موجب ضعف بیشتر عضلات‌اسکلتی ضعف تنفس و حتی آپنه شود.خطر بروز مسمومیت گوشی در صورت‌مصرف آمینوگلیکوزیدها با داروهای مدرگروه حلقه لوپ ممکن است افزایش یابد. ازمصرف همزمان دو یا چند آمینوگلیکوزیدبا یکدیگر و مصرف همزمان این داروها باکاپرئومایسین باید خودداری کرد، زیراخطر بروز مسمومیت گوشی و کلیوی وانسداد عصب ـ عضله ممکن است افزایش‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجا که دفع‌آمینوگلیکوزیدها عمدت ?کلیوی است وغلظت این داروها در ادرار زیاد خواهد بود،بیمار باید به اندازه کافی آب یا مایعات‌مصرف کند تا غلظت زیاد دارو موجب‌آسیب به مجاری ادراری نشود.

۲ ـ تزریق زیرجلدی جنتامایسین توصیه‌نمی‌شود، زیرا دردناک خواهد بود.

۳ ـ مقدار مصرف جنتامایسین به‌ویژه دربیمارانی که دچار سوختگی شده‌اند یا عمل‌جراحی در پیش دارند و در زنان باردار یامبتلا به بیماریهای زنان ممکن است کمتر یابیشتر از مقدار توصیه شده باشد که این به‌دلیل تفاوت زیاد بین نیاز این گروه بیماران‌به دارو است

۴ ـ از آنجا که احتمال تشکیل کمپلکس بین‌جنتامایسین و سایر داروها وجود دارد،مخلوط کردن این دارو با سایر داروها دریک محلول توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه‌تزریق عضلانی تزریق آهسته وریدی یاانفوزیون ۵mg/kg/day ـ ۲ در مقادیرمنقسم و در فواصل ۸ ساعت می‌باشد. درصورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه‌فاصله زمانی بین دفعات مصرف داروبراساس کلیرانس کرآتینین تعیین

می‌شود.

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۲ هفته‌به مقدار ۳mg/kg هر ۱۲ ساعت و درکودکان با سن ۲ هفته تا ۱۲ سال به مقدار۲mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شود.مقدار مصرف این دارو از راه تزریق داخل‌غلاف طناب نخاعی ۱mg/day (تا حداکثر۵mg/day در صورت نیار) همراه با میزان۴mg/kg/day ـ ۲ در مقادیر منقسم هر ۸ساعت به‌صورت تزریق عضلانی‌می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection (as sulfate): ۱۰mg/ml, ۴۰mg/ml

NEOMYCIN

موارد مصرف به‌صورت خوراکی برای‌استریل کردن روده‌ها قبل از عمل جراحی‌مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو نباید درصورت ابتلای بیمار به میاستنی گراومصرف شود.

عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت‌پذیر کلیه بندرت کاهش‌منیزیم خون به‌ویژه در مصرف طولانی‌مدت و کولیت پسودوممبران از عوارض‌احتمالی این دارو هستند.

نکات قابل توصیه این دارو را می‌توان بامعده خالی یا پس از غذا مصرف کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان به‌منظور استریل کردن روده‌ها مقدارمصرف این دارو ۱ گرم هر ۴ ساعت و دراغمای کبدی تا ۴g/day در مقادیر منقسم به‌مدت حداکثر ۱۴ روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Oral Solution: ۱۲۵mg/ ۵ml

Tablet: ۵۰۰mg

PAROMOMYCIN

موارد مصرف پارومومایسین یک‌آنتی‌بیوتیک آمینوگلیکوزید است که از راه‌خوراکی در درمان عفونت‌های تک‌یاخته‌ای مانند آمیبیاز روده‌ای مصرف‌می‌شود. این دارو همچنین برای کاهش‌فلور میکروبی روده پیش از عمل جراحی یادر اغمای کبد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پارومومایسین یک‌آنتی‌بیوتیک آمینوگلیکوزید است که برروی برخی از تک یاخته‌ها از جمله آمیب ولیشمانیا و کریپتوسپوریدیم نیز مؤثراست

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌جذب نمی‌شود و بدون تغییر از طریق‌مدفوع دفع می گردد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود ضایعات‌زخم دار روده‌ای جذب این دارو از طریق‌روده و به میزان اندک امکان‌پذیر است وممکن است موجب بروز عوارض جانبی‌دارو شود.

۲ ـ مصرف مداوم یا مکرر آنتی‌بیوتیک‌هاممکن است موجب بروز مقاومت میکروبی‌و رشد بیش از حد باکتری‌ها و قارچ‌های‌غیرحساس و در نتیجه بروز عفونتهای‌ثانویه گردد.

۳ ـ بین این دارو و کانامایسین ونئومایسین مقاومت متقاطع وجود دارد.

عوارض جانبی این دارو بالقوه یک داروی‌سمی برای کلیه و گوش است مصرف‌مقادیر زیاد این دارو ممکن است باعوارضی مانند تهوع استفراغ کرامپ‌شکمی و اسهال همراه باشد. مصرف‌طولانی مدت این دارو ممکن است

موجب بروز استئاتوره و اسهال شدیدشود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو را می‌توان باغذا مصرف کرد.

۲ ـ در صورت بروز وزوز گوش عیب‌شنوایی یا سرگیجه باید به پزشک مراجعه‌شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو دربزرگسالان و کودکان در درمان آمیبیازروده‌ای ۳۰mg/kg/day ـ ۲۰ در مقادیرمنقسم همراه با غذا، برای مدت ۱۰ ـ ۵ روزمی‌باشد. برای کاهش فلور میکروبی روده‌در کبد، مقدار ۴g/day در مقادیر منقسم بافواصل زمانی ثابت برای مدت ۶ ـ ۵ روزمصرف می‌شود.

اشکال دارویی

(Capsule: ۲۵۰mg (as sulfate

(Syrup: ۱۲۵mg/۵ml (as sulfate

TOBRAMYCIN

موارد مصرف توبرامایسین از جنتامایسین‌بر روی پسودوموناس آئروژینوزا کمی‌موثرتر است توبرامایسین در سپتی سمی‌و سپسیس نوزادان منژیت و سایرعفونتهای CNS، عفونت مجاری صفراوی پیلونفریت حاد یا التهاب عفونی حادپروستات مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو نباید درصورت ابتلای بیمار به میاستنی گراومصرف شود.

هشدارها: فاصله بین دفعات مصرف دارودر بیماران مبتلا به عیب کار کلیه بایدافزایش داده شود.

عوارض جانبی آسیب بخش حلزونی گوش مسمومیت برگشت‌پذیر کلیه بندرت کاهش‌منیزیم خون به‌ویژه در مصرف طولانی‌مدت و کولیت پسودوممبران از عوارض‌احتمالی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان آمینوگلیکوزیدها باسفالوسپورین‌ها (به‌ویژه سفالوتین ،آمفوتریسین سیکلوسپورین و داروهای‌سیتوتوکسیک خطر بروز مسمومیت‌کلیوی (و احتمالا مسمومیت گوشی افزایش می‌یابد. مصرف همزمان‌آمینوگلیکوزیدها با نئوستیگمین وپیریدوستیگمین اثر این داروهای‌کولینرژیک را کاهش می‌دهد. مصرف‌همزمان آمینوگلیکوزیدها با داروهای‌مسدد عصب ـ عضله ممکن است موجب‌ضعف بیشتر عضلات اسکلتی ضعف‌تنفس و حتی آپنه شود. خطر بروزمسمومیت گوشی در صورت مصرف‌آمینوگلیکوزیدها با داروهای مدر گروه‌حلقه لوپ ممکن است افزایش یابد. ازمصرف همزمان دو یا چند آمینوگلیکوزیدبا یکدیگر و مصرف همزمان این داروها باکاپرئومایسین باید خودداری کرد، زیراخطر بروز مسمومیت گوشی و کلیوی وانسداد عصب ـ عضله ممکن است افزایش‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجا که احتمال‌تشکیل کمپلکس بین توبرامایسین و سایرداروها وجود دارد، مخلوط کردن این داروبا سایر داروها در یک محلول توصیه‌نمی‌شود.

۲ ـ تزریق زیرجلدی توبرامایسین بدلیل‌دردناک بودن توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه‌تزریق عضلانی تزریق آهسته وریدی یاانفوزیون وریدی ۳ mg/kg/day در مقادیرمنقسم در فواصل ۸ ساعت می‌باشد. درعفونتهای شدید، تا ۵mg/kg/day در مقادیرمنقسم هر ۸ ـ ۶ ساعت مصرف می‌شود.

کودکان در نوزادان با سن تا یک هفته به‌مقدار ۲mg/day هر ۱۲ ساعت و در نوزادان‌با سن بیش از یک هفته و کودکان۲/۵mg/kg ـ ۲ هر ۸ ساعت تزریق عضلانی تزریق آهسته وریدی یا انفوزیون وریدی‌می‌شود.

اشکال دارویی

(Injection: ۱۰mg/ml, ۴۰mg/ml (as sulfate

ANTIFUNGAL DRUGS

AMPHOTERICIN B

FLUCONAZOLE CLOTRIMAZOLE

GRISEOFULVIN FLUCYTOSINE

NYSTATIN KETOCONAZOLE

عفونتهای قارچی اغلب با کاهش مقاومت‌میزبان همراه است که در صورت عدم‌اصلاح این مقاومت دارودرمانی باشکست مواجه خواهد شد. همچنین درمان‌عفونت درماتوفیتی تا زمانی که منبع‌حیوانی برداشته شده یا کنترل گردد، ممکن‌موفقیت‌آمیز نباشد.

آمفوتریسین از مجرای گوارش جذب‌نمی‌شود و تنها آنتی بیوتیک از گروه پلی‌ان است که از راه تزریقی قابل مصرف‌می‌باشد. این دارو درمان عفونتهای قارچی‌سیستمیک مصرف می‌شود و بر علیه‌بسیاری از قارچها و مخمرها مؤثرمی‌باشد. این دارو به میزان زیادی به‌پروتئین‌های پلاسما پیوند می‌یابد و به‌میزان کم به داخل مایعات بدن و بافتها نفوذمی‌کند. در صورت تزریق عوارض جانبی‌سمی دارو بروز می‌کند.

نیستاتین از راه خوراکی جذب بسیار کمی‌دارد و از راه تزریقی نیز بسیار سمی‌می‌باشد.

این دارو بر علیه بسیاری از مخمرها وقارچها مؤثر است ولی اصولا- بر علیه‌عفونتهای کاندیدا آلبیکانس در پوست ومخاط بکار می‌رود.

این دارو همچنین در درمان کاندید یازیس‌روده نیز مصرف می‌شود.

میکونازول برای درمان موضعی مصرف‌می‌شود. کتوکونازول در مقایسه با سایرداروهای ضد قارچ ایمیدازولی از جذب‌خوراکی بهتری برخوردار است ولی سمیت‌کبدی خطرناک با مصرف دارو گزارش شده‌است از این دارو نباید در درمان عفونتهای‌قارچی سطحی استفاده نمود.

فلوکونازول در درمان موضعی وسیستمیک عفونتهای کاندیدیایی وکریپتوکوکی مصرف می‌شود.

فلوسیتوزین یک داروی ضد قارچ سنتتیک‌است که فقط بر علیه مخمرها مؤثر می‌باشدو در درمان عفونتهای سیستمیک‌کاندیدیازیس و کریتپوکوکوزیس مصرف‌می‌شود. عوارض جانبی این دارو نادراست ولی ضعف مغز استخوان مشاهده‌شده است

در حین درمان با این دارو، ممکن است‌مقاومت ایجاد شود. گریزئوفولوین به‌دلیل تجمع در کراتین داروی انتخابی برای‌عفونتهای درماتوفیتی است از مجرای‌گوارش بخوبی جذب می‌شود، ولی درمصرف موضعی غیر فعال است

این دارو در عفونتهای پوست مؤثرتر ازعفونتهای ناخن است و درمان با آن بایدبرای چندین هفته تا چندین ماه ادامه یابد.عوارض جانبی این دارو نادر می‌باشد.

AMPHOTERICIN B

موارد مصرف آمفوتریسین B در درمان‌آسپرژیلوز، بلاستومیکوز، کاندیدیازمنتشر، کوکسیدیوئیدومیکوز،کریپتوکوکوز، اندوکاردیت قارچی کاندیدیاز داخلی چشم هیستوپلاسموز،سالک منژیت قارچی موکورمیکوز،سپتی سمی قارچی اسپوروتریکوزمنتشر، عفونتهای قارچی دستگاه ادراری‌و مننگوآنسفالیت آمیبی اولیه مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به‌استرولهای غشای سلولی قارچ و تغییر درقابلیت نفوذ این غشاء و در نتیجه از دست‌رفتن پتاسیم و ملکولهای کوچک از درون‌سلول اثر ضد قارچی خود را اعمال‌می‌کند.

فارماکوکینتیک آمفوتریسین B در ریه کبد،طحال کلیه غده فوق کلیوی و عضلات‌توزیع شده و غلظت آن در مایعات جنب صفاقی و پرده سینوویال و مایع زلالیه‌تقریب ?۷۵٪ غلظت پلاسمایی آن است دفع‌این دارو از راه کلیه بسیار آهسته بوده وتقریب ?۴۰٪ دارو در مدت هفت روز دفع‌شده و حداقل تا ۷ هفته پس از قطع مصرف‌در ادرار یافت می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود عیب کارکلیه باید با احتیاط فراوان مصرف

شود.

۲ ـ مقدار مصرف تام بیش از ۴g/day ممکن‌است منجر به بروز عیب دایمی کار کلیه گردد.

عوارض جانبی از عوارض شایع آمفوتریسین B کم خونی کاهش پتاسیم‌خون تب و لرز و تهوع و استفراغ دردمعده سردرد، کمی فشار خون اختلال کارکلیه درد عضله و مفصل کم خونی مسمومیت کلیوی اختلالات نورولوژیک وخونی بثورات جلدی و ترومبوفلبیت‌می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌آمفوتریسین B با داروهای تضعیف کننده‌فعالیت مغز استخوان گلیکوزیدهای‌دیژیتال مدرهای کاهنده پتاسیم وداروهای با سمیت کلیوی باعث تشدیدعوارض سمی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورتیکه وقفه‌درمان بیش از یک هفته باشد، درمان مجددباید با حداقل مقدار مصرف شروع وبتدریج تا مقدار مصرف مطلوب افزایش‌یابد.

۲ ـ با تزریق وریدی مقادیر کم‌کورتیکواستروئیدها قبل و در طی‌انفوزیون وریدی آمفوتریسین B احتمال‌بروز واکنش‌های تب‌زا کاهش می‌یابد.همچنین مصرف استامینوفن آنتی‌هیستامین‌ها و یا فنوتیازین‌ها قبل ازانفوزیون آمفوتریسین B عوارضی چون‌تب تهوع و لرز ناشی از دارو را کاهش‌می‌دهند.

۳ ـ انفوزیون وریدی آمفوتریسین B بایدطی ۴ ـ ۲ ساعت انجام شود.

۴ ـ مصرف مقادیر کامل این دارو حتی دربیماران مبتلا به عیب کار کلیه ضروری‌است با این وجود در صورت پیشرفت‌عیب کار کلیه بیمار باید تحت مراقبت‌پزشکی قرار گیرد.

۵ ـ نشت دارو به بافتهای اطراف رگ ممکن‌است سبب بروز تحریک شدید محل تزریق گردد.

۶ ـ برای به حداقل رساندن بروزترومبوفلبیت موضعی ناشی از انفوزیون‌وریدی این دارو، می‌توان هپارین را به‌محلول تزریقی اضافه کرد و یاآمفوتریسین B را یک روز در میان تجویزکرد. همچنین مصرف یک روز در میان‌آمفوتریسین B احتمال بی‌اشتهایی راکاهش می‌دهد.

۷ ـ مقدار مصرف این دارو به‌صورت یک‌روز در میان نباید بیش از ۱/۵mg/kg باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان آمفوتریسین Bبه‌عنوان ضدقارچ سیستمیک در ابتدا ۵ میلی‌گرم در

۲۰ ـ ۱۰ میلی‌لیتر از محلول تزریقی‌دکستروز ۵٪ طی ۵ ـ ۳ دقیقه در حفرات‌بدن چکانده می‌شود. سپس ۵۰ میلی گرم‌این دارو در ۲۰ ـ ۱۰ میلی‌لیتر از محلول‌تزریقی دکستروز ۵٪ طی ۵ ـ ۳ دقیقه هرروز مصرف می‌شود. از راه تزریق داخل‌نخاعی ابتدا ۰/۱ ـ ۰/۰۱ میلی گرم هر

۷۲ ـ ۴۸ ساعت تزریق می‌شود. این مقداربر حسب تحمل بیمار بتدریج تا ۰/۵میلی‌گرم افزایش می‌یابد. به‌صورت‌انفوزیون وریدی ابتدا مقدار ۱ میلی‌گرم‌به‌عنوان مقدار آزمایشی بعد از رقیق شدن‌با ۵۰ ـ ۲۰ میلی‌لیتر از محلول تزریقی‌دکستروز ۵٪ طی ۳۰ ـ ۱۰ دقیقه تزریق‌می‌شود. به این مقدار برحسب تحمل بیمارو شدت عفونت ۱۰ ـ ۵ میلی گرم در هر نوبت‌می‌توان افزود. در این صورت حداکثرمقدار مصرف ۵۰mg/day طی دوره ۶ ـ ۲ساعته می‌باشد.

شستشوی مثانه با مقدار ۵ میلی گرم‌آمفوتریسین B در ۱۰۰۰ میلی‌لیتر آب‌استریل در روز با سرعت ۴۰ml/h با یک کاتتر به مدت ۱۰ ـ ۵ روز ادامه می‌یابد.

کودکان به‌عنوان ضد قارچ سیستمیک‌مقدار اولیه ۰/۲۵mg/kg/day در محلول‌تزریقی دکستروز ۵٪ طی شش ساعت‌انفوزیون وریدی می‌شود که به این مقدارمی‌توان برحسب تحمل بیمار بتدریج۰/۲۵mg/kg ـ ۰/۱۲۵ هر روز یا یک روز درمیان در هر نوبت

افزود.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰mg

CLOTRIMAZOLE

موارد مصرف کلوتریمازول در درمان‌کاندیدیاز ناشی از کاندیدا آلبیکنس و سایرگونه‌های کاندیدا، کچلی بدن و ران و پاناشی از تریکوفیتون روبروم تریکوفیتون‌منتاگروفیس اپیدرموفیتون فلوکوزوم ومیکروسپوروم کانیس تیناورسیکالر(ناشی از پیتی‌روسپوروم ، اربیکولار(مالاسزیا فورفور) و در درمان عفونت‌قارچی اطراف ناخن و کچلی ریش و سرمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلوتریمازول ساخت‌ارگوسترول را مهار کرده و با آسیب‌رساندن به غشاء سلولی قارچ و تغییر درنفوذپذیری آن باعث خروج عناصرضروری داخل سلولی می‌گردد. این داروهمچنین ساخت تری‌گلیسیریدها وفسفولیپیدها را توسط قارچ مهار می‌کند.کلوتریمازول باعث افزایش غلظت‌هیدروژن پراکساید داخل سلول قارچ شده‌که باعث نکروز سلولی و از بین رفتن‌عناصر داخل سلولی می‌شود. این دارومانع تبدیل بلاستوسپورها به شکل میسلی‌فعال در کاندیدا آلبیکنس می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب سیستمیک این داروبعد از مصرف پوستی کم است ولی بعد ازمصرف از راه مهبل به میزان ۱۰ ـ ۳ درصدجذب می‌شود.

هشدارها: از تماس دارو با چشم خودداری‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ رعایت نکات بهداشتی‌مانند استفاده از لباس زیرنخی و یا استفاده‌از کاندوم در هنگام مقاربت به درمان کمک‌می‌کند.

۲ ـ در صورت مصرف دارو برای درمان‌کاندیدیاز، از به‌کار بردن پانسمان بسته درموضع خودداری شود.

۳ ـ در صورت عدم پاسخ به درمان بعد ازاطمینان از عدم وجود سایر پاتوژنها، دوره‌درمان ممکن است مجدد ?تکرار شود.

مقدار مصرف موضعی ـ روزی ۲ بار صبح‌و عصر از محلول یا کرم بر روی موضع‌مالیده شود.

قرص واژینال ـ در بیماران غیر حامله۲۰۰mg/day ترجیح ?قبل از خواب به مدت۳ روز یا ۱۰۰mg/day به مدت ۷ روزاستعمال می‌گردد.

کرم واژینال ـ مقدار ۵۰mg/day (یک‌اپلیکاتور از کرم یک درصد) ترجیح ?قبل ازخواب به مدت ۱۴ ـ ۶ روز استعمال‌می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱٪

Topical Solution: ۱٪

Vaginal Cream: ۱٪

Vaginal Tablet: ۱۰۰mg

FLUCONAZOLE

موارد مصرف فلوکونازول در درمان‌عفونتهای قارچی دهان و حلق مری واژنو عفونتهای سیستمیک ناشی از کاندیداآلبیکنس و در درمان عفونتهای قارچی‌پوست مصرف می‌شود. این دارو ممکن‌است به عنوان جایگزین آمفوتریسین دردرمان عفونتهای کریپتوکوکی نیز مصرف‌شود. فلوکونازول همچنین برای پیشگیری‌از عود مننژیت کریپتوکوکی در بیماران‌مبتلا به ایدز و پیشگیری

از بروز عفونتهای‌قارچی در بیماران تحت درمان با پرتودرمانی یا داروهای سیتوتوکسیک مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: فلوکونازول در قارچهای‌حساس به دارو، آنزیم‌های وابسته به راسیتوکروم بیوسنتز p-۴۵۰ مهار می‌نماید ودیواره سلولی را مختل می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود. پس از جذب به‌طورگسترده در مایعات بدن منتشر می‌شود،اوج غلظت سرمی دارو ۲ ـ ۱ ساعت پس ازمصرف خوراکی بدست می‌آید. نیمه عمردفع دارو ۳۰ دقیقه است که در بیماران‌مبتلا به عیب کار کلیه ممکن است افزایش‌یابد. دفع این دارو عمدت ?کلیوی است

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیماربه عیب کار کبد یا پورفیری این دارو نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت نیاز به درمان‌طولانی مدت (بیش از ۱۴ روز) با این دارو،وضعیت کار کبد به‌طور بالینی وبیوشیمیایی حتم? باید قبل از شروع‌درمان دو هفته پس از شروع درمان و پس‌از آن به‌طور ماهانه پیگیری شود.

۲ ـ در صورت ابتلای بیمار به عیب کارکلیه این دارو باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی عوارض گزارش شده برای‌فلوکونازول عبارتند از: تهوع استفراغ دردشکم سردرد، بثورات جلدی کهیر وخارش بندرت کاهش پلاکتهای خون پاراسترنی ترس بیمار از نور، سرگیجه آلوپس ژینکوماستی و کاهش مقدار اسپرم همچنین در صورت مصرف طولانی مدت‌دارو (بیش از ۱۴ روز) احتمال بروز هپاتیت‌یا آسیب‌کشنده کبدی وجود دارد.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان ریفامپین با فلوکونازول به دلیل‌افزایش پتاسیم غلظت سرمی فلوکونازول کاهش می‌یابد. فلوکونازول ممکن است درمتابولیسم بعضی از داروها، از جمله‌فنی‌توئین و داروهای سولفونیل اوره پایین‌آورنده قند خون تداخل کند و غلظت‌سرمی این داروها را افزایش دهد. همچنین‌افزایش غلظت سرمی سیکلوسپورین نورتریپتیلین و ترفنادین در صورت‌مصرف همزمان با این دارو گزارش‌شده‌اند که در مورد ترفنادین احتمال بروزواکنشهای غیرعادی در ECGوجود دارد.فلوکونازول ممکن است اثر وارفارین راافزایش دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو درکاندیدیاز واژینال ۱۵۰ میلی‌گرم به‌صورت‌دوز واحد است در سایر عفونتهای‌مخاطی ناشی از کاندیدا به غیر از کاندیدیازتناسلی ۵۰mg/day (در عفونتهای سخت۱۰۰mg/day) برای ۱۴ ـ ۷ روز مصرف‌می‌شود. در برخی از عفونتهای مخاطی‌مانند التهاب مرکزی کاندیدوری عفونتهای نای ـ ریوی غیرتهاجمی این‌مقدار برای ۳۰ ـ ۱۴ روز مصرف می‌شود.

مقدار مصرف فلوکونازول در درمان‌عفونتهای قارچی پوست ۵۰mg/day برای۴ ـ ۲ هفته تا حداکثر ۶ هفته می‌باشد. درعفونتهای تهاجمی کاندیدیایی یاکریپتوکوکی ابتدا مقدار ۴۰۰ میلی‌گرم وپس از آن ۲۰۰mg/day که در صورت نیازتا ۴۰۰mg/day افزایش می‌یابد، مصرف‌می‌شود. طول دوره درمان به پاسخ بیماربستگی دارد (در مورد منثریت‌کریپتوکوکی طول دوره درمان حداقل ۸ ـ ۶هفته می‌باشد).

برای پیشگیری از عود منثریت‌کریپتوکوکی در بیماران مبتلا به ایدز بعداز تکمیل درمان اولیه به مقدار۲۰۰mg/day ـ ۱۰۰ مصرف می‌شود.همچنین برای پیشگیری از بروز عفونتهای‌قارچی در بیماران تحت درمان با پرتودرمانی یا داروهای سیتوتوکسیک به‌مقدار ۴۰۰mg/day ـ ۵۰ بسته به احتمال‌بروز عفونت مصرف می‌شود که درصورت احتمال بروز عفونتهای سیستمیک‌این مقدار ۴۰۰mg/day خواهد بود. شروع‌درمان در این بیماران قبل از بروزنوتروپنی خواهد بود و درمان تا ۷ روزپس از آنکه شمارش نوتروفیل‌ها به حدمطلوب رسید، ادامه خواهد یافت در درمان‌کچلی پا، سر، پیتی ریازیس ورسیکالر وکاندیدیای پوستی ۵۰mg/day به مدت ۴ ـ ۲هفته (تا حداکثر ۶ هفته در کچلی پا) مصرف‌می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای قارچی مخاطی (غیر از عفونت‌واژن ۶mg/kg ـ ۳ در روز اول درمان وسپس روزانه ۳mg/kg (هر ۷۲ ساعت درنوزادان با سن کمتر از دو هفته و هر ۴۸ساعت در نوزادان با سن ۴ ـ ۲ هفته می‌باشد. مقدار مصرف فلوکونازول دردرمان عفونتهای قارچی پوست درکودکان مانند بزرگسالان است در درمان‌عفونتهای تهاجمی کاندیدیایی یاکریپتوکوکی به مقدار ۱۲mg/kg/day ـ ۶(هر ۷۲ ساعت در نوزادان با سن کمتر ازدو هفته و هر ۴۸ ساعت در نوزادان با سن۴ ـ ۲ هفته مصرف می‌شود. برای‌پیشگیری از بروز عفونتهای قارچی مقدارمصرف فلوکونازول ۱۲mg/kg/day ـ ۳ (هر۷۲ ساعت در نوزادان با سن کمتر از دوهفته و هر ۴۸ ساعت در نوزادان با سن

۴ ـ ۲ هفته می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule or Tablet: ۵۰mg, ۱۰۰mg, ۱۵۰mg

FLUCYTOSINE

موارد مصرف فلوسیتوزین در درمان‌عفونتهای قارچی و مخمری سیستمیک همراه با آمفوتریسین یا فلوکونازول دردرمان منتژیت کریپتوکوکی کاندیدیازشدید و سیستمیک ناشی از کاندیداآلبیکنس (اندوکاردیت پنومونی سپتی‌سمی و عفونتهای مجاری ادرار) و همراه باآمفوتریسین در درمان سایر عفونتهای‌طولانی مدت و شدید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فلوسیتوزین پس از نفوذ درسلولهای قارچی به فلوئورواوراسیل که‌یک آنتی‌متابولیت است تبدیل می‌شود. این‌ترکیب به نوبه خود در متابولیسم‌پیریمیدن وارد می گردد و بیوسنتزاسیدهای نوکلئیک و پروتئین‌ها را مختل‌می‌سازد.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی و بسرعت‌از مجرای گوارش جذب می‌شود و پس ازجذب به‌طور گسترده در تمام بدن منتشرمی‌گردد. غلظت سرمی دارو ۲ ـ ۱ ساعت‌پس از مصرف به اوج خود می‌رسد. نیمه‌عمر دارو ۶ ـ ۲/۵ ساعت است که درصورت عیب کار کلیه ممکن است به

۲۵۰ ـ ۱۲ ساعت افزایش یابد. دفع‌فلوسیتوزین عمدت ?کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

عیب کار کبد و عیب کار کلیه (ممکن است به‌کاهش مقدار مصرف و اندازه‌گیری غلظت‌خونی دارو نیاز باشد)، بیماران‌سالخورده اختلالهای خونی (از جمله‌ضعف ـ مغز استخوان و بیمارانی که قبلاتحت درمان با داروهای سیتوتوکسیک یاپرتو درمانی بوده‌اند.

۲ ـ در طول مصرف این دارو، به‌ویژه درصورت ابتلای بیمار به عیب کار کلیه یااختلالهای خونی ممکن است انجام‌آزمونهای کار کلیه و شمارش خون‌ضروری باشد.

عوارض جانبی عوارض گزارش شده ناشی‌از مصرف این دارو عبارتند از کم خونی هپاتیت یا یرقان واکنش‌های حساسیت‌مفرط (شامل بثورات جلدی قرمزی یاخارش ، کاهش گلبولهای سفید و پلاکتهای‌خون اختلالهای گوارشی (شامل درد شکم اسهال کاهش اشتها، تهوع و استفراغ ،اغتشاش شعور، توهم افزایش حساسیت‌پوست به نور و اثرات CNS(شامل سرگیجه‌یا منگی خواب‌آلودگی و سردرد).

تداخل‌های دارویی فلوسیتوزین ممکن‌است اثر سایر داروهای تضعیف کننده مغزاستخوان و پرتودرمانی را در کاهش‌فعالیت مغز استخوان تشدید نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ احتمال بروزواکنشهای ناشی از حساسیت پوست به‌نور وجود دارد. از این رو بیمار نباید درمعرض نور مستقیم خورشید قرار گیرد.

۲ ـ در صورت بروز سرگیجه منگی یاخواب‌آلودگی باید احتیاط کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان این دارو به مقدار۳۷/۵mg/kg ـ ۱۲/۵ هر ۶ ساعت مصرف‌می‌شود. در بیماران مبتلا ـ به عیب کار کلیه‌می‌توان فواصل مصرف دارو را افزایش داد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰۰mg

GRISEOFULVIN

موارد مصرف گریزئوفولوین در درمان‌کچلی‌های ریش مو، سر، بدن ران پاها،ناخن و اندام تحتانی ناشی از تریکوفیتون میکروسپوروم و اپی‌درموفیتون‌فلوکوزوم مصرف می‌شود.گریزئوفولوین در عفونت‌های جزیی که‌تنها با ضد قارچهای موضعی قابل درمان‌است مصرف نمی‌شود.

مکانیسم اثر: گریزئوفولوین از میتوزسلول قارچ جلوگیری کرده و با این عمل‌تقسیم سلولی را در مرحله متافاز متوقف‌می‌کند. این دارو با مقادیر متفاوت درسلولهای پیش‌ساز کراتین پوست مو وناخنها رسوب می‌کند و این سلولها را درمقابل تهاجم قارچ مقاوم می‌سازد و بدین‌ترتیب با ریزش کراتین آلوده بافت سالم‌جانشین آن می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی گریزئوفولوین میکروسایز بین ۷۰ ـ ۲۵درصد در هر نوبت مصرف است مصرف‌همزمان یا متعاقب غذاهای چرب با این‌دارو جذب آن را به‌طور قابل توجهی‌افزایش می‌دهد. این دارو با مقادیر متفاوت‌در لایه کراتینی پوست مو و ناخنها رسوب‌می‌کند. متابولیسم آن کبدی است و نیمه‌عمر آن تقریب ?۲۴ ساعت است دفع آن‌کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ مصرف گریزئوفولوین درنارسایی کبدی و وجود پورفیری باید بااحتیاط فراوان صورت گیرد.

۲ ـ احتمال بروز حساسیت به نور بامصرف این دارو وجود دارد. از تماس نورخورشید یا لامپهای خورشیدی با پوست‌باید اجتناب شود.

عوارض جانبی این دارو ممکن است باعث‌سردرد، تهوع استفراغ بثورات جلدی‌حساسیت به نور، سرگیجه کسالت آگرانولوسیتوز ولکوپنی شود.

تداخل‌های دارویی این دارو باعث افزایش‌متابولیسم داروهای ضد انعقادی‌کومارینی و داروهای خوراکی جلوگیری‌کننده از بارداری حاوی استروژن‌می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای جلوگیری ازعود بیماری درمان باید تا حذف کامل‌ارگانیسم عامل بیماری ادامه یابد. دوره‌درمان پیشنهادی برای کچلی سر ۱۰ ـ ۸هفته کچلی بدن ۴ ـ ۲ هفته کچلی پاها

۸ ـ ۴ هفته کچلی ناخنهای دست حداقل

۴ ماه و کچلی ناخن‌های پا حداقل ۶ ماه‌است با این وجود میزان عود کچلی‌ناخنهای پا خیلی زیاد است

۲ ـ از آنجا که مخمرها و باکتری‌ها

مانند قارچ ممکن است در بعضی از اشکال‌بیماری قارچی ورزشکاران وجود داشته‌باشند، معمولا ـ مصرف یک داروی موضعی‌مناسب در درمان کچلی پا مورد نیاز

است

۳ ـ بمنظور کاهش تحریک گوارشی وافزایش جذب گریزئوفولوین این دارو بایدهمراه غذا (به‌ویژه غذاهای چرب و شیر یاپس از

آن مصرف شود.

۴ـ در صورت مصرف داروهای خوراکی‌جلوگیری کننده از بارداری حاوی‌استروژن همزمان با این دارو، طی مصرف‌این دارو و تا یک ماه بعد از آن از سایرروشهای جلوگیری کننده نیز باید استفاده‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان کچلی ناخن و پاهامقدار ۵۰۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت مصرف‌می‌شود و در درمان کچلی سر و بدن و ران‌مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت یا۵۰۰mg/day تجویز می‌شود.

کودکان مقدار ۱۰mg/kg ـ ۵ هر ۱۲ ساعت‌یا ۱۰mg/kg/day مصرف می‌شود. برای‌کودکان با وزن ۲۳ ـ ۱۴ کیلوگرم مقدار ۲۵۰mg/day ـ ۱۲۵ یا ۱۲۵ ـ ۶۲/۵میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود.در کودکان با وزن ۲۳ کیلوگرم به بالا۵۰۰mg/day ـ ۲۵۰ یا ۲۵۰ ـ ۱۲۵ میلی‌گرم‌هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰۰mg

Tablet: ۱۲۵mg

KETOCONAZOLE

موارد مصرف کتوکونازول در درمان‌بلاستومیکوزیس ریوی و منتشر،کاندیدیاز مری حلق و دهان عفونت‌های‌کاندیدایایی دستگاه ادراری پنومونی کاندیدیاز شدید مزمن مخاط پوستی وکاندیدیاز مهبلی ـ فرجی مصرف می‌شود.کتوکونازول در درمان پیتی‌ریازیس‌ورسیکالر، کچلی بدن کروموميکوزیس وکوکسیدیواید و میکوزیس شدید به‌عنوان‌انتخاب دوم کچلی اندامهای تحتانی و پای‌مقاوم به گریزئوفولوین لیشمانیوز جلدی‌عفونت‌های قارچی ناخن و اطراف آن وپنومونی قارچی سپتی سمی قارچی واسپوروتریکوزیس منتشر مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: کتوکونازول بیوسنتزارگوسترول یا دیگر استرول‌ها را مهارمی‌کند و باعث آسیب به غشاء سلول قارچ‌شده و نفوذپذیری آن را تغییر می‌دهد که‌در نهایت منجر به از دست رفتن عناصرضروری داخل سلولی می‌گردد.کتوکونازول همچنین بیوسنتزتری‌گلیسیریدها و فسفولیپیدها را مهارمی‌کند و فعالیت آنزیم اکسیداتیو وپراکسیداتیو را مختل می‌کند. کتوکونازول‌تبدیل بلاستوسپورها را به شکل میسلی‌مهاجم در کاندیدا آلبیکنس متوقف می‌کند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو حدود۷۵٪ است متابولیسم کتوکونازول کبدی‌است و راه اصلی دفع آن از طریق صفرامی‌باشد.

موارد منع مصرف کتوکونازول درصورت وجود حساسیت شدید به‌داروهای ضد قارچ آزولی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: مصرف سیستمیک کتوکونازول‌در صورت عیب کار کبد، فقدان یا کاهش‌اسید معده باید با احتیاط فراوان صورت‌گیرد.

عوارض جانبی خارش و تحریکی که قبل ازمصرف کتوکونازول وجود نداشته است‌از عوارض شایع کتوکونازول موضعی‌می‌باشد. تهوع استفراغ درد شکم سردرد، بثورات جلدی کهیر و بندرت‌ترومبوسیتوپنی پارستزی ترس از نور،سرگیجه طاسی و ژینکوماستی نیز بامصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی کتوکونازول باداروهای هپاتوتوکسیک آنتی‌اسید،آنتی‌کولینرژیک آنتی‌اسپاسمودیک آنتاگونیست‌های گیرنده H_2، امپرازول سوکرالفیت استمیزول سیزاپراید،سیکلوسپورین ایزونیازید، ریفامپین فنی‌توئین و وارفارین تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ کتوکونازول بایدهمراه با غذا مصرف شود.

۲ـ از تماس اشکال موضعی دارو با چشم‌اجتناب شود.

۳ـ دوره درمان باید کامل شود.عفونت‌های قارچی ممکن است به دوره‌درمان طولانی نیاز داشته باشند.

۴ـ هنگام مصرف موضعی دارو، مقدارکافی از دارو باید در موضع مصرف شودبه‌طوری که سطح پوست را بپوشاند.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۴۰۰mg/day ـ ۲۰۰به‌عنوان ضد قارچ مصرف می‌شود. برای‌درمان پیتی‌ریازیس ورسیکالر مقدار۲۰۰mg/day به مدت ۱۰ ـ ۵ روز، در درمان‌کاندیدیاز مهبلی ـ فرجی ۴۰۰mg/day ـ ۲۰۰به مدت ۵ روز، در عفونت اطراف ناخن۴۰۰mg/day ـ ۲۰۰، در پنومونی و سپتی‌سمی قارچی ۴۰۰ میلی گرم تا یک گرم درروز، مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان در کاندیدیاز مهبلی ـفرجی ۱۰mg/kg ـ ۵ یکبار در روز به مدت ۵روز و در عفونت اطراف ناخن و پنومونی وسپتی سمی قارچی ۱۰mg/kg ـ ۵ یکبار درروز مصرف می‌شود.

موضعی مقدار مصرف کرم کتوکونازول‌در بزرگسالان در درمان کچلی بدن کچلی‌اندام تحتانی کچلی پا و پیتی ریازیس‌ورسیکالر و کاندیدیاز پوستی یکبار درروز و در حالات سبورئیک پوستی عفونت‌اطراف ناخن کچلی ریش و پوست سر ۲ یا۳ بار در روز است مقدار مصرف شامپودر بزرگسالان در درمان شوره سر هر ۴روز یکبار به مدت ۴ هفته می‌باشد که این‌مقدار مصرف به یکبار هر یک یا دو هفته‌کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۰۰mg

Shampoo: ۲٪

Topical Cream: ۲٪

NYSTATIN

موارد مصرف نیستاتین در درمان‌کاندیدیاز ناشی از کاندیدا آلبیکانس وسایر گونه‌های کاندیدا مصرف می‌شود.نیستاتین در درمان کچلی ریش و سر هم‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: نیستاتین با اتصال به‌استرول‌های موجود در غشاء سلولی قارچ‌باعث تغییر در نفوذپذیری غشاء شده وباعث می‌شود که محتویات ضروری داخل‌سلولی قارچ از آن خارج شوند.

فارماکوکینتیک نیستاتین از مجرای گوارش‌و یا پوست سالم و غشاهای مخاطی جذب‌نمی‌شود. تقریب ?تمام دارو بعد از مصرف‌خوراکی به‌صورت تغییر نیافته از طریق‌مدفوع دفع می‌شود.

عوارض جانبی تحریک پوستی که قبل ازدرمان وجود نداشته است از عوارض‌جانبی دارو است

نکات قابل توصیه ۱ ـ قرص واژینال

این دارو به عنوان قرص مکیدنی به

جای سوسپانسیون خوراکی برای درمان‌کاندیدیاز دهان نیز قابل مصرف

است

۲ـ در صورت مصرف موضعی دارو ازپانسمان بسته در موضع باید خودداری‌شود و در صورت مصرف آن در نوزاداناز پیچیدن سفت پای بچه و یا استفاده ازشلوارک پلاستیکی نیز باید اجتناب شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۶۰۰,۰۰۰ ـ ۴۰۰,۰۰۰واحد از سوسپانسیون خوراکی ۴ بار درروز یا ۱۰۰۰,۰۰۰ ـ ۵۰۰,۰۰۰ واحد ازقرص ۳ بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در نوزادان نارس و کم وزن مقدار۱۰۰,۰۰۰ واحد ۴ بار در روز و در نوزادانبزرگتر ۲۰۰,۰۰۰ واحد ۴ بار در روزمصرف می‌شود. مقدار مصرف قرص درکودکان بالای ۵ سال ۵۰۰,۰۰۰ واحد ۴ باردر روز است

موضعی

بزرگسالان و کودکان ۲ یا ۳ بار در روزبر روی پوست مالیده می‌شود.

واژینال

مقدار ۱۰۰,۰۰۰ واحد، یک یا دو بار در روزبه مدت ۲ هفته مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Vaginal Tablet: ۱۰۰,۰۰۰ U

Coated Tablet: ۵۰۰,۰۰۰ U

For Suspension Drops: ۱۰۰,۰۰۰ U/ml

Topical Ointment: ۱۰۰,۰۰۰ U/g

CEPHALOSPORINS

CEFOTAXIME CEFAZOLIN

CEFTIZOXIME CEFTAZIDIME

CEPHALOTHIN CEPHALEXIN

سفالوسپورین‌ها آنتی‌بیوتیک‌هایی با طیف‌اثر گسترده هستند. طیف اثر این داروهاشبیه یکدیگر است مگر در موارد خاصی‌که اثر آنها بر یک میکروارگانیسم ویژه بایکدیگر تفاوت دارد. مکانیسم اثرسفالوسپورین‌ها شبیه پنی‌سیلین‌هاست این داروها در درمان سپتی سمی پنومونی مننژیت عفونتهای مجاری‌صفراوی التهاب پرده صفاق و عفونتهای‌مجاری ادراری مصرف می‌شوند.

سفالوسپورین‌ها به‌طور گسترده در بافتهاو مایعات بدن منتشر می‌شوند. مهمترین‌عارضه جانبی سفالوسپورین‌ها نیزحساسیت مفرط است حدود ۱۰ درصد ازبیمارانی که به پنی‌سیلین‌ها حساسیت‌دارند، به سفالوسپورین‌ها نیز آلرژی‌دارند. خونریزی به علت تداخل در عملکردفاکتورهای انعقادی خون با مصرف‌تعدادی از سفالوسپورین‌ها دیده شده‌است

سفالوسپورین‌ها موجود در بازاردارویی ایران از نسل اول (سفازولین سفالوتین و سفالکسین و از نسل سوم سفوتاکسیم و سفتازیدیم هستند.

CEFAZOLIN

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای ناشی از باکتری‌های گرم مثبت‌و گرم منفی حساس به دارو از جمله‌عفونتهای ادراری به‌ویژه در دوران‌بارداری و نیز به عنوان پیشگیری ازعفونت قبل از اعمال جراحی مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو ۲ ـ ۱ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خودمی‌رسد. نیمه عمر دارو به‌طور متوسط۱/۵ ساعت است که در صورت عیب کارکلیه تا ۴۲ ساعت نیز ممکن است افزایش‌یابد. ۸۶ ـ ۷۰ درصد دارو از راه کلیه و ازطریق ترشح توبولی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه‌حساسیت مفرط به سفالوسپورین‌ها یابیماری پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود سابقه‌حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، و مشتقات آنها،سفالوسپورینها یا پنی‌سیلامین با احتیاطفراوان مصرف شود.

۲ ـ این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ‌مثبت کاذب در آزمون کومبس و قند ادرارشود.

۳ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

۴ ـ سفالوسپورینها ممکن است سبب بروزکولیت پسودوممبران شوند.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک شامل کهیر و بثورات جلدی و علایم حساسیت‌مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال و علائم مربوط به کولیت‌پسودوممبران با مصرف این دارو گزارش‌شده‌اند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورین‌ها باآمینوگلیکوزیدها یا وانکومایسین احتمال‌بروز مسمومیت کلیوی افزایش می‌یابد.پروبنسید دفع سفالوسپورینها ازتوبولهای کلیوی را کاهش داده و لذا سبب‌افزایش غلظت سرمی سفالوسپورینها و درنتیجه احتمال بروز مسمومیت می‌شود. اثرضد انعقادی وارفارین در صورت مصرف‌همزمان با سفالوسپورینها ممکن است‌افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت فراموش‌کردن یک نوبت مصرف دارو، به محض‌بیادآوردن دارو را باید مصرف کرد. ولی‌اگر تقریب ?زمان مصرف نوبت بعدی فرارسیده باشد، از مصرف نوبت فراموش‌شده باید خودداری شود و مقدار مصرف‌بعدی نیز دو برابر نگردد.

۲ ـ مخلوط کردن سفازولین با سایرداروها (به‌ویژه آمینوگلیکوزیدها) در یک محلول توصیه نمی‌شود.

۳ ـ در صورت بروز اسهال شدید، قبل ازمصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید باپزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان

از راه وریدی یا تزریق عضلانی یک گرم ازدارو ۱ ـ ۰/۵ ساعت قبل از شروع عمل

۱ ـ ۰/۵ گرم در حین عمل و ۱ ـ ۰/۵ گرم هر۸ ساعت پس از جراحی تا ۲۴ ساعت‌مصرف می‌شود.

برای پیشگیری از آندوکاردیت یک گرم ۰/۵ساعت قبل از شروع جراحی در درمان‌پنومونی پنوموکوکی ۵۰۰ میلی گرم هر ۱۲ساعت در عفونت حاد مجاری ادراری یک‌گرم هر ۱۲ ساعت و برای سایر عفونتها ۲۵۰میلی‌گرم تا یک گرم هر ۸ ـ ۶ ساعت از راه‌وریدی یا عضلانی تزریق می‌شود.

کودکان برای پیشگیری از آندوکاردیت۲۵mg/kg نیم ساعت قبل از شروع عمل‌جراحی تزریق وریدی یا عضلانی‌می‌شود.

در مورد سایر عفونتها، برای نوزادان‌بزرگتر از یکماه ۲۵mg/kg ـ ۶/۲۵ هر ۶ساعت و برای نوزادان با سن کمتر از یک ماه ۲۰mg/kg هر ۱۲ ـ ۸ ساعت تزریق وریدی‌یا عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۲۵۰mg, ۵۰۰mg, ۱g (assodium

CEFOTAXIME

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای ناشی از باکتری‌های گرم مثبت‌و گرم منفی حساس به دارو از جمله عفونت‌استخوان و مفاصل سوزاک عفونتهای‌مجاری ادرار و همچنین به عنوان‌پیشگیری از عفونت قبل از اعمال جراحی‌مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو ۰/۵ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خودمی‌رسد. نیمه عمر دارو ۱ ساعت است که‌در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۳ساعت افزایش یابد. ۶۰ ـ ۵۰ درصد دارو

از طریق فیلتراسیون گلومرولی دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسیت مفرط به‌سفالوسپورین‌ها پنی سیلین‌ها و مشتقات‌آنها یا پنی سیلامین یا بیماری پورفیری این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود سابقه‌حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، باید با احتیاطفراوان مصرف شود.

۲ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

۳ ـ سفالوسپورینها ممکن است سبب بروزکولیت پسودوممبران شوند.

۴ ـ این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ‌مثبت کاذب در آزمون کومبس شود.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک شامل‌کهیر و بثورات جلدی و علایم حساسیت‌مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال با مصرف این داروگزارش شده است سایر عوارض جانبی‌گزارش شده عبارتند از اریتم مولتی فرم اختلال در آنزیمهای کبدی هپاتیت و یرقان‌کلستاتیک گذرا، ائوزینوفیلی و اختلالات‌خونی بی قراری اختلال در خواب‌اغتشاش فکر و سرگیجه و بندرت کولیت‌وابسته به آنتی بیوتیک با مصرف این داروگزارش شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورین‌ها باآمینوگلیکوزیدها یا وانکومایسین احتمال‌بروز مسمومیت کلیوی افزایش می‌یابد. اثرضد انعقادی وارفارین در صورت مصرف‌همزمان با این داروها ممکن است افزایش‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت نیاز به‌تزریق عضلانی مقادیر بیش از ۲ گرم بایددارو را در مقادیر منقسم و در نقاط مختلف‌تزریق نمود.

۲ ـ مخلوط کردن سفوتاکسیم با سایرداروها (به‌ویژه آمینو گلیکوزیدها) در یک‌محلول توصیه نمی‌شود.

۳ ـ در صورت فراموش کردن یک نوبت‌مصرف دارو، به محض بیادآوردن دارو راباید مصرف کرد، ولی اگر تقریب ?زمان‌مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بایدخودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیزدو برابر نگردد.

۴ ـ در صورت بروز اسهال شدید، قبل ازمصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید باپزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان سوزاک در زنان ۵۰۰ میلی گرم در یک نوبت و در درمان‌سوزاک در مردان یک گرم در یک نوبت‌تزریق عضلانی می‌شود. در پیشگیری ازعفونتها قبل از عمل جراحی سزارین ابتدایک گرم از راه وریدی و سپس یک گرم ازراه عضلانی یا وریدی عر ۶ ساعت حداکثربرای دو نوبت تزریق می‌شود. در سایراعمال جراحی یک گرم ۱/۵ ـ ۰/۵ ساعت‌قبل از شروع عمل تزریق عضلانی یاوریدی می‌شود. در درمان سپتی سمی ۲گرم هر ۸ ـ ۶ ساعت از راه وریدی و درسایر عفونتها ۲ ـ ۱ گرم هر ۸ ساعت تزریق‌عضلانی یا وریدی می‌شود.

کودکان در نوزادان با سن کمتر از یک‌هفته ۵۰mg/kg هر ۱۲ ساعت و در نوزادان‌با سن ۴ ـ ۱ هفته ۵۰mg/kg هر ۸ ساعت ازراه وریدی و در کودکان با سن بیش از یک ماه و با وزن کمتر از ۵۰ کیلوگرم

۳۰mg/kg ـ ۸/۳ هر ۴ ساعت از راه عضلانی‌یا وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۵۰۰ mg, ۱ g (as sodium

CEFTAZIDIME

موارد مصرف سفتازیدیم ازسفالوسپورین‌های نسل سوم است که برعلیه باکتری‌های گرم منفی به‌ویژه گونه‌های پسودوموناس موثر است این‌دارو در درمان عفونت‌های ناشی ازباکتری‌های گرم مثبت و گرم منفی حساس‌به دارو، از جمله عفونتهای مجاری‌صفراوی فیبروز سیستیک عفونت‌های‌تنفسی درمان بیماری‌های عفونی دربیمارانی که سیستم ایمنی آنها تضعیف‌شده است مننژیت پریتونیت پنومونی سپتی سمی عفونت‌های پوستی وپیشگیری از بروز عفونت پس از اعمال‌جراحی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک اوج غلظت سرمی دارو یک‌ساعت پس از تزریق عضلانی به دست‌می‌آید. نیمه عمر پلاسمایی دارو ۲ ـ ۱/۴ساعت است که در صورت عیب کار کلیه‌افزایش می‌یابد. این دارو در صفرا ترشح‌می‌شود. دفع سفتازیدیم عمدت ?کلیوی و ازطریق فیلتراسیون گلومرولی است

موارد منع مصرف در صورت وجودحساسیت مفرط به سفالوسپورین‌هاپنی‌سیلین‌ها و مشتقات آنها یا پنی‌سیلامین‌یا ابتلای بیمار به پورفیری این دارو نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود سابقه‌حساسیت به پنی‌سیلین‌ها و عیب کار

کلیه باید با احتیاط فراوان مصرف

شود.

۲ ـ این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ‌مثبت کاذب در آزمون کومبس یا قنددارارشود.

۳ ـ این دارو ممکن است سبب بروز کولیت‌پسودوممبران شود.

۴ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

عوارض جانبی عوارض گزارش شده‌عبارتند از: اسهال و بندرت کولیت وابسته‌به آنتی‌بیوتیک تهوع استفراغ احساس‌ناراحتی در شکم سردرد، واکنش‌های‌آلرژیک (شامل بثورات جلدی خارش کهیر، تب و درد مفاصل و آنافیلاکسی ،اریتم مولتی فرم نکرولیز سمی پوست اختلال در آنزیم‌های کبدی هپاتیت ویرقان کلستاتیک گذرا.

تداخل‌های دارویی اثر ضد انعقادی‌وارفارین در صورت مصرف همزمان بااین دارو ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزاسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه‌داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت‌شود.

۲ ـ در صورت فراموش کردن یک نوبت‌مصرف دارو به محض به یادآوردن دارورا باید مصرف نمود. ولی اگر تقریب? زمان‌مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بایدخودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیزدو برابر گردد.

۳ ـ مخلوط کردن سفتازیدیم با سایرداروها بویژه آمینوگلیکوزیدها ووانکومایسین در یک محلول توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف سفتازیدیم ازراه تزریق عمیق عضلانی یا وریدی ۱گرم هر ۸ ساعت یا ۲ گرم هر ۱۲ ساعت‌است که در صورت وجود عفونت شدید به۲ گرم هر ۱۲ ـ ۸ ساعت افزایش می‌یابد(مقادیر بیش از ۱ گرم در صورت مصرف‌به‌صورت مقدار واحد باید از راه وریدی‌تزریق شوند). حداکثر مقدار مصرف دارودر بیماران سالخورده ۳g/day است این‌دارو در فیبروز سیستیک همراه با عفونت‌ریوی ناشی از پسودوموناس در بیماران‌با کلیه سالم به مقدار ۱۵۰mg/kg/day ـ ۱۰۰ در ۳ مقدار منقسم مصرف می‌شود. به‌عنوان پیشگیری از عفونت در اعمال‌جراحی پروستات مقدار ۱ گرم قبل ازالقای بیهوشی مصرف می‌شود که درصورت نیاز پس از برداشتن کاتتر تکرارمی‌شود. این دارو در درمان عفونت‌های‌مجاری ادرار یا عفونت خفیف به مقدار ۱ ـ۰/۵ گرم هر ۱۲ ساعت مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان با سن تا ۲ ماه۶۰mg/kg/day ـ ۲۵ در ۲ مقدار منقسم و درکودکان با سن بیش از ۲ ماه به

مقدار۱۰۰mg/kg/day ـ ۳۰ در ۲ یا ۳ مقدار منقسم‌مصرف می‌شود که این مقدار در کودکان‌مبتلا به منژیت یا ضعف سیستم ایمنی یادر درمان فیبروز سیستیک همراه باعفونت ریوی ناشی از پسودوموناس تامقدار ۱۵۰mg/kg/day (حداکثر ۶g/day) در۳ مقدار منقسم مصرف می‌شود. مقدارمصرف دارو در درمان عفونت‌های‌ادراری و عفونت‌های خفیف مانندبزرگسالان است

اشکال دارویی

(For Injection: ۵۰۰mg, ۱g, ۲g (aspentahydrate

CEFTIZOXIME

موارد مصرف سفتی زوکسیم در درمان‌عفونتهای مفصل و استخوان سوزاک‌ساده عفونتهای داخل شکم منژیت سپتی سمی باکتریایی عفونتهای بافت نرم‌و پوست و عفونتهای باکتریایی مجرای‌ادراری مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو یک‌ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خودمی‌رسد. نیمه عمر دارو ۱/۷ ـ ۱/۴ ساعت‌است که در صورت عیب کار کلیه ممکن‌است تا ۳۰ ساعت افزایش یابد.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسیت مفرط به سفالوسپورینهاپنی سیلین‌ها و مشتقات آنها، پنی‌سیلامین‌یا بیماری پورفیری نباید مصرف

شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود سابقه‌بیماری گوارشی بویژه کولیت اولسراتیو،آنتریت ناحیه‌ای و کولیت ناشی از آنتی‌بیوتیک این دارو باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری است

عوارض جانبی اسهال خفیف کرامپهای‌شکم تهوع یا استفراغ سردرد، کاندیدیازدهانی (رشد بیش از حد قارچ ، کاندیدیازواژن (خارش و ترشح واژن و علائم‌مربوط به کولیت پسودوممبران (کرامپ ودرد شدید معده یا شکم اسهال شدید وآبکی و احتمالا خونی و تب با مصرف‌سفالوسپورینها گزارش شده است

تداخل‌های دارویی اثر ضد انعقادی‌وارفارین در صورت مصرف همزمان باسفالوسپورینها ممکن است افزایش

یابد.

پروبنسید دفع سفالوسپورینها ازتوبول‌های کلیوی را کاهش داده و لذا سبب‌افزایش غلظت سرمی سفالوسپورینها و درنتیجه احتمال بروز مسمومیت می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزاسهال شدید، قبل از مصرف هر گونه‌داروی ضد اسهال باید با پزشک مشورت‌شود.

۲ ـ در صورت فراموش کردن یک نوبت‌مصرف دارو، به محض بیادآوردن دارورا باید مصرف کرد. ولی اگر تقریب ?زمان‌مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بایدخودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیزدو برابر نگردد.

۳ ـ مخلوط کردن سفتی زوکسیم با سایرداروها بویژه آمینوگلیکوزیدها در یک‌محلول توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در عفونتهای ساده مجرای‌ادراری ۵۰۰ میلی گرم هر ۱۲ ساعت وبرای سایر عفونتها ۲ ـ ۱ گرم هر ۱۲ ـ ۸ساعت از راه عضلانی یا وریدی تزریق‌می‌شود. در عفونتهای مخاطره‌آمیز، ۴ ـ ۳گرم هر ۸ ساعت از راه وریدی تزریق‌می‌شود. در درمان سوزاک یک گرم‌به‌صورت دوز واحد تزریق عضلانی‌می‌شود.

کودکان در درمان عفونتهای باکتریایی درکودکان با سن ۶ ماه تا ۱۲ سال ۵۰mg/kg هر ۸ ـ ۶ ساعت تزریق عضلانی یا

وریدی‌می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۵۰۰ mg, ۱g (as sodium

CEPHALEXIN

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای ناشی از باکتری‌های گرم مثبت‌و گرم منفی حساس به دارو از جمله عفونت‌استخوان و مفاصل پنومونی باکتریایی عفونتهای پوستی و بافتهای نرم التهاب‌عفونی لوزه‌ها و عفونتهای مجاری ادرارمصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک ۹۵ درصد دارو از راه‌خوراکی جذب می‌شود و غلظت سرمی آن‌پس از یک ساعت به اوج خود می‌رسد. نیمه‌عمر دارو تقریب ?۱/۵ ـ ۰/۹ ساعت است که‌در صورت عیب کار کلیه ممکن است تا ۴۰ساعت نیز افزایش یابد. ۸۰ درصد دارو ازراه کلیه و از طریق ترشح توبولی دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسیت مفرط به‌سفالوسپورین‌هاپنی‌سیلین‌ها و مشتقات آنها یا پنی‌سیلامین‌یا بیماری پورفیری نباید مصرف

شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود سابقه‌حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، باید با احتیاطفراوان مصرف شود.

۲ ـ این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ‌مثبت کاذب در آزمون کومبس یا قند ادرارشود.

۳ ـ این دارو ممکن است سبب بروز کولیت‌پسودوممبران شود.

۴ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار

کلیه کاهش مقدار مصرف دارو ضروری‌است

عوارض جانبی واکنشهای آلرژیک شامل‌کهیر و بثورات جلدی و علایم حساسیت‌مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال و علائم کولیت‌پسودوممبران با مصرف این دارو گزارش‌شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورین‌ها با آمینوگلیکوزیدها یا وانکومایسین احتمال بروزمسمومیت کلیوی افزایش می‌یابد. اثر ضدانعقادی وارفارین در صورت مصرف‌همزمان با این دارو ممکن است افزایش‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ سوسپانسیون داروپس از تهیه در صورت نگهداری در یخچال‌تا ۱۴ روز پایدار خواهد بود.

۲ ـ در صورت فراموش کردن یک نوبت‌مصرف دارو، به محض بیادآوردن دارو رابابد مصرف کرد. ولی اگر تقریب ?زمان‌مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بایدخودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیزدو برابر نگردد.

۳ ـ در صورت بروز اسهال شدید، قبل ازمصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید باپزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان سفالکسین به مقدار ۲۵۰میلی‌گرم هر ۶ ساعت یا ۵۰۰ میلی‌گرم هر۱۲ ـ ۸ ساعت مصرف می‌شود که دردرمان عفونتهای شدید این مقدار تا ۱/۵ ـ ۱گرم هر ۸ ـ ۶ ساعت قابل افزایش خواهدبود.

کودکان مقدار مصرف سفالکسین درکودکان با سن کمتر از یکسال ۱۲۵میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت در کودکان ۵ ـ ۱سال ۱۲۵ میلی گرم هر ۸ ساعت و درکودکان ۱۲ ـ ۶ سال ۲۵۰ میلی گرم هر ۱۲ساعت می‌باشد.

اشکال دارویی

,Capsule or Coated Tablet: ۲۵۰ mg

Capsule or Scored Tablet: ۵۰۰ mg

For Oral Suspension: ۱۲۵mg / sachet,۲۵۰ mg / sachet

For Oral Suspension: ۱۲۵mg / ۵ml,۲۵۰mg / ۵ml

CEPHALOTHIN

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای ناشی از باکتری‌های گرم مثبت‌و گرم منفی حساس به دارو از جمله عفونت‌استخوان و مفاصل آندوکاردیت‌باکتریایی پنومونی باکتریایی سپتی سمی‌باکتریایی عفونتهای پوستی و بافتهای‌نرم و عفونتهای مجاری ادرار و همچنین‌برای پیشگیری از عفونت قبل از اعمال‌جراحی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو ۰/۵ساعت بعد از تزریق عضلانی به اوج خودمی‌رسد. نیمه عمر دارو ۱ ـ ۰/۵ ساعت‌است که در صورت عیب کار کلیه ممکن‌است تا ۱۸ ساعت نیز افزایش یابد. ۷۰ ـ ۶۰درصد از طریق کلیه و از راه ترشح توبولی‌دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه حساسیت مفرط به‌سفالوسپورین‌هایا پنی سیلین‌ها و مشتقات آنها،پنی‌سیلامین بیماری پورفیری نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود سابقه‌حساسیت به پنی‌سیلین‌ها، باید با احتیاطفراوان مصرف شود.

۲ ـ این دارو ممکن است موجب ایجاد پاسخ‌مثبت کاذب در آزمون کومبس و قند ادرارشود.

۳ ـ کاهش مقدار مصرف دارو در بیماران‌مبتلا به عیب کار کلیه ضروری است

۴ ـ این دارو ممکن است سبب بروز کولیت‌پسودوممبران شود.

عوارض جانبی واکنشهای آلرژیک شامل کهیر و بثورات جلدی و علایم حساسیت‌مفرط شامل شوک آنافیلاکتیک تهوع استفراغ و اسهال و علائم مربوط به کولیت‌پسودوممبران با مصرف این دارو گزارش‌شده است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان سفالوسپورین‌ها باآمینوگلیکوزیدها، وانکومایسین یاآمفوتریسین خطر بروز مسمومیت کلیوی‌افزایش می‌یابد. مصرف همزمان‌دیورتیک‌های گروه لوپ با سفالوتین خطربروز مسمومیت کلیوی ناشی از سفالوتین‌را افزایش می‌دهد. پروبنسید دفع‌سفالوسپورینها از توبول‌های کلیوی راکاهش داده و لذا سبب افزایش غلظت‌سرمی سفالوسپورینها و در نتیجه احتمال‌بروز مسمومیت می‌شود. اثر ضد انعقادی‌وارفارین در صورت مصرف همزمان بااین داروها ممکن است افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مخلوط کردن‌سفالوتین با سایر داروها (بویژه‌آمینوگلیکوزیدها) در یک محلول توصیه‌نمی‌شود.

۲ ـ در صورت فراموش کردن یک نوبت‌مصرف دارو، به محض بیادآوردن دارو رابابد مصرف کرد. ولی اگر تقریب ?زمان‌مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، ازمصرف نوبت فراموش شده بایدخودداری شود و مقدار مصرف بعدی نیزدو برابر نگردد.

۳ ـ در صورت بروز اسهال شدید، قبل ازمصرف هر گونه داروی ضد اسهال باید باپزشک مشورت شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در پنومونی و عفونت مجاری‌ادراری ۵۰۰ میلی گرم هر ۶ ساعت تزریق‌عضلانی یا وریدی می‌شود. در پیشگیری‌از عفونت پس از جراحی ۲ گرم ۱ ـ ۰/۵ساعت قبل از شروع جراحی ۲ گرم درطول جراحی و ۲ گرم هر ۶ ساعت پس ازجراحی به مدت حداکثر ۴۸ ساعت از راه‌وریدی تزریق می‌شود. در سایر عفونتها،۵۰۰ میلی گرم تا ۲ گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت‌تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود.

کودکان در عفونتهای باکتریایی ۲۶/۶mg/kg ـ ۱۳/۳ هر ۴ ساعت یا۴۰mg/kg ـ ۲۰ هر ۶ ساعت تزریق عضلانی‌یا وریدی

می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۱ g (as sodium

ANTILEPROTIC DRUGS

DAPSONE CLOFAZIMINE

سازمان بهداشت جهانی به منظور غلبه برمشکل بروز مقاومت به داپسون و همچنین‌پیشگیری از مقاومت به سایر داروهای‌ضد جذام مصرف سه داروی داپسون ریفامپین و کلوفازیمین در درمان جذام‌چند باسیلی (لپروماتوز، بینابینی ـلپروماتوز و بینابینی را توصیه نموده‌است در این رژیم دارویی حاوی داروهای‌فوق مقدار مصرف ریفامپین ۶۰۰میلی‌گرم یکبار در ماه (۴۵۰ میلی گرم دربزرگسالان با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم ،مقدار مصرف داپسون ۵۰mg/day)۱۰۰mg/day یا ۲mg/kg/day ـ ۱ برای‌بزرگسالان با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم ومقدار مصرف کلوفازیمین ۳۰۰ میلی گرم‌یکبار در ماه و با نظارت یا ۱۰۰ میلی گرم‌در روزهای متناوب به‌صورت‌خوددرمانی می‌باشد.

این نوع جذام باید حداقل به مدت ۲ سال ودر صورت امکان تا زمانی که نمونه موردآزمایش منفی شود، ادامه یابد. همچنین‌درمان باید بدون هر گونه تغییری در طول‌واکنشهای تیپ II و II ادامه یابد.

در حین بروز واکنشهای تیپ I، درد عصبی‌یا ضعف نشانه شروع سریع آسیب دائمی‌عصب خواهد بود. درمان با پردنیزولون در شروع ۶۰mg/day ـ ۴۰) باید سریع?شروع شود. واکنشهای خفیف تیپ II ممکن‌است به آسپیرین یا کلروکین پاسخ دهد.

در واکنشهای شدید تیپ II ممکن است نیازبه کورتیکواستروئیدها وجود داشته باشد.افزایش مقادیر کلوفازیمین به میزان ۱۰۰میلی گرم ۳ بار در روز برای سه ماه اول وسپس کاهش مقدار مصرف این دارو نیزممکن است مفید باشد، هر چند که درمان‌ممکن است ۶ ـ ۴ هفته به طول بیانجامد.

در درمان جذام بینابینی ـ توبرکولوئید،توبرکولوئید و نامعلوم رژیم درمانی‌حاوی دو دارو به شرح زیر به کار می‌رود:

ریفامپین ۶۰۰ میلی گرم یکبار در ماه‌به‌صورت تحت نظارت (۴۵۰ میلی گرم‌برای بیماران با وزن کمتر از ۳۵ کیلوگرم .

داپسون ۱۰۰mg/day به‌صورت خوددرمانی (۵۰mg/day یا ۲mg/kg/day ـ ۱برای بزرگسالان با وزن کمتر از ۳۵کیلوگرم .

درمان این نوع جذام حداقل باید به مدت ۶ماه ادامه یابد.

CLOFAZIMINE

موارد مصرف کلوفازیمین در درمان جذام‌به عنوان انتخاب دوم از جمله درمان جذام‌مقاوم به داپسون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد این دارو اثرباکتری کش خود را بر روی‌مایکوباکتریوم به آهستگی و از طریق مهاررشد باکتری و اتصال به DNA اعمال‌می‌نماید.

فارماکوکینتیک جذب این دارو پس ازمصرف خوراکی متغیر است و با مصرف‌غذا افزایش می‌یابد. پس از جذب دربافتهای چربی لنف صفرا و سایر بافتهامنتشر می‌شود. نیمه عمر این دارو پس ازمصرف یک مقدار واحد حدود ۱۰ روز و بامصرف طولانی مدت و مقادیر زیاد حدود۳ ـ ۲ ماه می‌باشد. اوج غلظت سرمی داروپس از ۶ ـ ۱ ساعت (در مصرف طولانی‌مدت بدست می‌آید. دفع این

دارو از طریق کلیه و تا ۵۰ درصد به‌صورت تغییر نیافته‌از طریق مدفوع دفع می گردد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود عیب کارکبد یا کلیه و وجود سابقه ناراحتی‌های‌معدی ـ روده‌ای با احتیاط فراوان مصرف‌شود.

۲ ـ در صورت بروز درد مداوم شکم یااسهال مصرف این دارو باید قطع شود.

۳ ـ کلوفازیمین ممکن است سبب تغییررنگ لنزهای تماسی نرم شود.

عوارض جانبی کلوفازیمین ممکن است‌سبب بروز خونریزی گوارشی مسمومیت‌معدی ـ روده‌ای هپاتیت یا یرقان تغییررنگ پوست و افسردگی شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان با این‌دارو که ممکن است چند سال طول بکشد،باید کامل شود.

۲ ـ دارو را باید هر روز در وقت معین‌مصرف نمود و حتی‌الامکان از فراموش‌کردن نوبتهای مصرف دارو خودداری کرد.

۳ ـ کلوفازیمین ممکن است سبب بروزافسردگی و تمایل بیمار به خودکشی شودکه این حالت معمولاًـ پس از تغییر رنگ‌برگشت‌پذیر پوست بروز می کند.

۴ ـ احتمال حساس شدن پوست بیمار به‌نور وجود دارد. از اینرو باید از قرار گرفتن‌در معرض تابش مستقیم نور خورشیدخودداری کرد.

۵ ـ کلوفازیمین را باید با غذا یا شیرمصرف نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان این دارو در درمان جذام‌همراه با سایر داروهای ضد جذام به مقدار ۱۰۰mg/day ـ ۵۰ میلی گرم یکبار در روز ودر صورت وجود ضایعات پوستی ۳۰۰mg/day ـ ۱۰۰ همراه با یک کورتیکوستروئید (پردنیزون ۴۰ـ۸۰mg/day) مصرف می‌شود.

در مورداخیر با تحت کنترل درآمدن واکنش‌های‌پوستی مصرف دارو باید به ۱۰۰mg/dayکاهش یابد.

اشکال دارویی

Capsule: ۵۰mg , ۱۰۰ mg

DAPSONE

موارد مصرف این دارو در درمان جذام ودرماتیت تبخالی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: داپسون یک داروی‌باکتریواستاتیک است و احتمالا در ساخت‌فولات تداخل می کند.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه‌خوراکی آهسته است و به محیط اسیدی‌نیاز دارد. پس از جذب در تمام بافتها وبه‌ویژه کبد، عضلات کلیه‌ها و پوست یافت‌می‌شود. غلظت سرمی دارو ۶ ـ ۲ ساعت‌بعد از مصرف به اوج خود می‌رسد.متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمرداپسون ۵۰ ـ ۱۰ ساعت می‌باشد. دفع این‌دارو عمدت ?کلیوی است بخشی از طریق‌صفرا دفع و وارد چرخه روده‌ای ـ کبدی‌می‌شود.

هشدارها:در موارد وجود بیماری قلبی یاریوی کمبود G۶PD یا کم خونی با احتیاطفراوان مصرف شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی این داروو‌ابسته به مقدار مصرف می‌باشند و بامقادیری که برای درمان جذام مصرف‌می‌شود، بندرت بروز می‌نمایند. این‌عوارض عبارتند از همولیز،متهموگلوبینمی نوروپاتی درماتیت‌آلرژیک بی‌اشتهایی تهوع استفراغ سردرد، بیخوابی کم خونی هپاتیت آگرانولوسیتوز، سندرم داپسون (بثورات‌جلدی همراه با تب و ائوزینوفیلی که درصورت بروز آن باید بلافاصله مصرف‌دارو را قطع کرد.

تداخل‌های دارویی ریفامپین غلظت‌پلاسمایی داپسون را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجا که احتمال‌بروز مقاومت میکروبی به داپسون وجوددارد، مصرف همزمان این دارو با ریفامپین توصیه می‌شود.

۲ ـ در صورت بروز واکنش‌های درماتیت‌مصرف دارو را باید قطع کرد.

۳ ـ دوره درمان که ممکن است ۶ ماه تا

۳ سال یا بیشتر طول بکشد، باید کامل‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان جذام همراه با یک‌یا چند داروی ضد جذام ۱۰۰mg/day ـ ۵۰یکبار در روز یا ۱/۴mg/kg/day و در درمان‌درماتیت تبخالی شکل ابتدا ۵۰mg/dayمصرف می‌شود. اگر علائم درماتیت‌به‌طورکامل کنترل نشود، ممکن است مقدارمصرف تا ۳۰۰mg/day افزایش یابد.

کودکان در درمان جذام همراه با یک یاچند داروی ضد جذام مقدار ۱/۴mg/kgیکبار در روز و در درمان درماتیت تبخالی‌شکل ابتدا ۲mg/kg/day مصرف می‌شودکه اگر علائم درماتیت به‌طور کامل کنترل‌نشود، مقدار مصرف ممکن است افزایش‌یابد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰mg

Double Scored Tablet: ۱۰۰mg

CHLORAMPHENICOL

موارد مصرف کلرامفنیکل یک آنتی‌بیوتیک‌قوی و بالقوه سمی با طیف اثر گسترده‌است که باید برای درمان عفونتهای‌مخاطره‌آمیز، به‌ویژه عفونتهای ناشی ازهموفیلوس انفلوآنزا و نیز درمان تب‌تیفوئید به‌کار رود. سمیت این دارو، آن رابرای مصرف سیستمیک (به‌جز در مواردفوق محدود می‌سازد.

مکانیسم اثر: کلرامفنیکل یک آنتی‌بیوتیک‌باکتریواستاتیک است که از طریق پیوندبرگشت‌ناپذیر با ریبوزوم باکتریایی‌بیوسنتز پروتئین را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی و به‌سرعت از راه گوارش و پس از تزریق‌عضلانی جذب می‌شود و به‌طور گسترده‌در بافتهای بدن توزیع می‌یابد. غلظت‌سرمی دارو ۱ ساعت پس از تزریق وریدی

و ۳ ـ ۱ ساعت بعد از مصرف خوراکی به‌اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو ۳/۵ ـ ۱/۵ساعت است و در صورت عیب کار کبدممکن است افزایش یابد. متابولیسم‌کلرامفنیکل کبدی و دفع آن عمدت ?کلیوی‌است

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌ابتلای بیمار به پورفیری و سابقه بروزواکنشهای سمی و آلرژیک به آن نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ از درمان مکرر یا دراز مدت بااین دارو باید خودداری کرد.

۲ ـ مقدار مصرف دارو در صورت ابتلای‌بیمار به نارسایی کبدی یا کلیوی بایدکاهش داده شود.

۳ ـ انجام آزمون شمارش سلول‌های خون‌قبل و در طول درمان با این دارو ضروری‌است

۴ ـ این دارو ممکن است موجب بروزسندرم نوزاد خاکستری در نوزادان شود.

۵ ـ این دارو ممکن است سبب بروز ضعف‌مغز استخوان آنمی آپلاستیک و سایراختلالات خونی که وابسته به دوز هستند،گردد.

عوارض جانبی اختلالات خونی از جمله‌آنمی‌آپلاستیک به‌طور برگشت‌پذیر یابرگشت‌ناپذیر، نوریت محیطی نوریت‌بینایی اریتم مولتی فرم تهوع استفراغ اسهال التهاب دهان التهاب زبان پیدایش‌هموگلوبین در ادرار شبانه از عوارض گزارش شده این دارو هستند.

تـداخل‌های دارویی فنوباربیتـال و ریفامپین‌متـابولیسم کلرامفنیکـل را تسـریع می کننـد.کلرامفنیکـل اثر داروی ضـد انعقاد وارفارین‌و داروهای کاهنده قند خون گروه‌سولفونیل اوره را افزایش می‌دهد و موجب‌افزایش غلظت پلاسمایی فنی‌توئین وافزایش احتمال بروز مسمومیت با این دارومی گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان دارو‌باید به اندازه‌ای باشد که ضمن درمان‌بیماری عوارض دارو بروز نکنند.

۲ ـ کلرامفنیکل خوراکی را بهتر است با یک‌لیوان آب با معده خالی (یک ساعت قبل یادو ساعت بعد از غذا) مصرف کرد.

۳ ـ به علت احتمال بروز اختلالات خونی توصیه می‌شود بیمار به‌طور منظم به‌پزشک مراجعه نماید.

مقدار مصرف

خوراکی و تزریقی

بزرگسالان مقـدار مصـرف کلرامفنیکل ازراه خوراکی تزریق وریدی یا انفوزیون۵۰mg/kg/day در ۴ مقـدار منقسم است که‌این مقدار استثنائ ?در عفونتهای شدید(مانند سپتی سمی و مننژیت ممکن است تادو برابر افزایش یابد، مشروط بر اینکه دراولین فرصت ممکن از نظر بالینی مقدارمصرف دارو کاهش داده شود.

کودکان مقـدار مصـرف این دارو درکودکان در درمان اپی گلوتیت ناشـی ازهموفیلوس و مننژیت چرک‌زا۱۰۰mg/kg/day ـ ۵۰ در مقـادیر منقسم‌است که بایـد در اولین فرصت ممکن از نظربـالینی کـاهش داده شـود. این دارو درنوزادان بـا سن کـمتر از ۲ هفته ۲۵mg/kg/day در ۴ مقدار منقسم و درکودکان با سن ۲ هفته تا یکسال ۵۰mg/kg/day در ۴ مقدار منقسم مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule or Tablet: ۲۵۰mg

(For Injection : ۱g (as sodium succinate

(Suspension : ۱۵۰mg/۵ml (as palmitate

CIPROFLOXACIN

موارد مصـرف سیپروفلوکساسین دردرمـان عفونتهـای ناشـی از باکتریهـای گرم‌منفی شامل سالمونلا، شـیگلا، کمپیلوباکتر،نیسـریا و پسودومونـاس مصـرف می‌شـود.ایـن دارو دارای اثرات متوسـط بر علیه‌باکتریهـای گرم مثبت (شامـل‌استرپتوکوکوس پنومـونی واسترپتوکوکوس فکالیس می‌باشد. کاربرداصلـی دارو، در درمان عفونتهای تنفسـی به‌جز عفونت ناشی از استرپتوکوکوس‌پنومونیه ، عفونت مجاری ادراری عفونتهای دسـتگاه گوارش (از جمله تب‌تیفوئید)، سوزاک و سپتی سمی ناشی ازمیکروارگانیسم‌های حساس می‌باشد.

مکـانیسم اثر: سیپروفلوکساسین ازمشـتقات فلوروکینولون‌هـا، یک ترکیب‌باکتریسـید است کـه از طریـق مهـار آنزیمDNA ژیراز، دوباره‌سازی ترجمه و ترمیمDNA باکتری را مهار می کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جـذب می‌شود، اما جـذب آن درحضور غـذا به تاخیر می‌افتـد. پس از جـذب‌به‌طور گسترده در اغلب بافتها و مایعات‌بدن منتشر می‌شود. دفع این دارو عمدت?کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در کودکان ونوجوانان به دلیل خطر بروز آرتروپاتی‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو در مواردزیر باید با احتیاط فراوان صورت

گیرد:

بیماران مبتلا به کمبود G۶PD، صرع یادارای سابقه صرع عیب کار کبد یا

کلیه

۲ـ مشتقات کینولون‌ها ممکن است موجب‌بروز تشنج در بیماران دارای سابقه تشنج‌یا سایر بیماران شوند.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع‌کینولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ دردشکم اسهال سردرد، سرگیجه اختلال درخواب بثورات جلدی خارش تب آنافیلاکسی حساسیت به نور، افزایش‌اوره و کرآتینین خون اختلالات گذرا درآنزیم‌های کبد و بیلی‌روبین درد عضلات ومفاصل اختلالات خونی و تغییر در غلظت‌پروترومبین

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان کینولون‌ها با داروهای ضد التهاب‌غیراستروئیدی خطر بروز تشنج ممکن‌است افزایش یابد. داروهای آنتی‌اسید ومواد جاذب جذب این دارو را کاهش‌می‌دهند. اثر وارفاین در صورت مصرف‌همزمان با سیپروفلوکساین افزایش‌می‌یابد. کینولون‌ها اثر ضد دیابت داروهای‌سولفونیل اوره یا سمیت کلیوی‌سیکلوسپورین را افزایش می‌دهند. جذب‌سیپروفلوکساسین در صورت مصرف‌همزمان با املاح آهن کاهش می‌یابد.سیپروفلوکساسین غلظت پلاسمایی‌تئوفیلین را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ـ این دارو باید با مقدارکافی آب مصرف شود و در طول درمان‌نیز بیمار باید به اندازه کافی مایعات‌بنوشد. همچنین از قلیایی کردن بیش از حدادرار باید پرهیز کرد، چرا که خطر بروزپیدایش کریستال در ادرار با این دارووجود دارد.

۲ـ در طول مدت مصرف این دارو در انجام‌کارهایی که به مهارت نیاز دارند (به‌ویژه‌رانندگی ، باید احتیاط کرد.

۳ـ این دارو را باید با معده خالی مصرف‌کرد.

۴ـ در صورت بروز هرگونه واکنش‌روانی نورولوژیک یا حساسیت مفرط بامصرف اولین مقدار مصرف دارو، مصرف‌آن را باید قطع کرد.

مقدار مصرف

خوراکی

در بزرگسالان و کودکان با سن بیش از

۱۲ سال در درمان عفونتهای مجاری‌تنفسی ۷۵۰ ـ ۲۵۰ میلی گرم دو بار در

روز، در درمان عفونتهای مجاری ادرار۵۰۰ ـ ۲۵۰ میلی گرم دو بار در روز

(۱۰۰ میلی گرم دوبار در روز به مدت

۳ روز در سیستیت حاد در زنان ، در

درمان سوزاک ۲۵۰ میلی گرم به صورت‌مقدار واحد در صورت وجود عفونت‌مقاوم ۵۰۰ میلی گرم در درمان

عفونت پسودومونایی مجاری تنفسی‌تحتانی در فیبروز سیستیک ۷۵۰ میلی‌گرم دو بار در روز و در سایر عفونتها

۷۵۰ ـ ۵۰۰ میلی‌گرم دوبار در روز مصرف‌می‌شود.

تزریقی

مقدار ۴۰۰ ـ ۲۰۰ میلی گرم دوبار، در طول۶۰ ـ ۳۰ دقیقه (در عفونت پسودومونایی‌مجاری تنفسی تحتانی ۴۰۰ میلی گرم دوبار در روز) انفوزیون وریدی می‌شود. این‌مقدار در درمان عفونتهای مجاری ادرار۱۰۰ میلی گرم دو بار در روز و در درمان‌سوزاک ۱۰۰ میلی گرم یکبار در روزمی‌باشد.

اشکال دارویی

(Film Coated Tablet: ۲۵۰mg, ۵۰۰mg (asHCl

(Infusion: ۲۰۰ mg/۱۰۰ml (as lactate

CLINDAMYCIN

موارد مصـرف کلینداما یسـین بـه دلیـل عوارض جـانبی جـدی آن مـوارد مصـرف محدودی دارد. ایـن دارو در درمان عفونتهـای استافیلوکوکی استخوان مفاصل و پریتونیت مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلینداما یسین یک آنتی‌بیوتیک باکتریواستاتیک است و مانع بیوسنتزپروتئین توسط باکتری می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی و به‌سرعت از دستگاه گوارش جذب می‌شود وغذا بر روی جذب آن بی‌تاثیر است کلینداما یسین پس از جـذب به‌طور گسترده‌در بافتهـا و مایعات بـدن به‌ویژه‌استخوانها، صـفرا و ادرار منتشـر می‌شود.غلظت سـرمی دارو تقریب ?۱ ساعت بعـد ازمصـرف خوراکی و تا ۳ سـاعت بعـد ازتزریق عضـلانی به اوج خود می‌رسـد. نیمه‌عمر دارو ۳ ـ ۲/۴ سـاعت است که درصـورت عیـب کـار کلیـه یـا کبـد ممکـن اسـت‌افزایش یابـد. دفع دارو عمـدت ?کلیـوی است وبخشـی از دارو از طریـق مـدفوع دفع‌می شود.

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیماربه اسهال این دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت بروز اسـهال یاعلایم کولیت باید مصـرف این دارو رابلافاصله قطع کرد. همچنین در صورت‌ابتلای بیمار به نارسایی کبدی یا کلیوی بااحتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ پیگیری کار کبد و کلیه در طول درمان‌دراز مدت با این دارو و نیز در طول درمان‌کودکان ضروری است

عوارض جانبی اسـهال (که در صورت بروزآن باید مصـرف دارو را قطع کرد)، احساس‌ناراحتی در شکم تهوع استفراغ کولیت‌ناشی از آنتی‌بیوتیـک بثورات جلـدی یرقـان‌و تغییر در پاسـخ آزمونهـای کبـدی کاهش‌نوتروفیل‌هـای خونی ائوزینوفیلی آگرانولوسـیتوز و کاهش پلاکتهای خون‌بعد از مصرف کلینداما یسین گزارش‌شده‌اند.

تـداخل‌های دارویی کلینداما یسـین اثرداروهـای شـل کننـده عضـلانی غیردپولا ـریزان را افزایش می‌دهـد. ایـن دارونسبت بـه اثرات داروهـای نئوسـتیگمین وپیریـدوستیگمین اثر آنتـاگونیستی دارد.مصـرف همزمـان ایـن دارو بـا اریترومایسین‌و کلرامفنیکـل توصـیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه کپسول دارو باید همراه‌با غذا یا یک لیوان آب بلعیده شود تا موجب‌تحریک مری نشود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار مصرف کلینداما یسین‌از راه خوراکی ۳۰۰ ـ ۱۵۰ میلی گرم هر

۶ ساعت و در عفونتهای شدید تا ۴۵۰میلی گرم هر ۶ ساعت می‌باشد.

کودکان مقدار مصرف کلینداما یسین ازراه خوراکی در کودکان ۶mg/kg ـ ۳ هر ۶ساعت می‌باشد.

تزریقی

بزرگسالان کلینداما یسین از راه تزریق‌عمیق عضـلانی یا انفوزیون وریدی به‌مقدار ۲/۷g/day ـ ۰/۶ (در ۴ ـ ۲ مقدارمنقسم مصرف می‌شـود که این مقـدار درعفونتهـای مخـاطره‌آمیز تـا ۴/۸g/day نیزافزایش می‌یابـد. مقـادیر مصـرف در یـک‌نوبت بیش از ۶۰۰ میلی گرم باید فقط از راه‌انفوزیون وریدی تزریق شوند که در این‌صورت نیز مقدار مصرف نباید از ۱/۲ گرم‌تجاوز کند.

کودکـان این دارو از راه تزریـق عضـلانی یاوریـدی در کودکـان بـا سن بیش از یـک مـاه ۴۰mg/kg/day ـ ۱۵ در ۴ ـ ۳ مقدار منقسم‌مصرف می‌باشـد کـه این مقـدار درعفونت‌هـای شدیـد تـا ۳۰۰mg/day (بـدون درنظر گرفتـن وزن بیمـار) ممکـن اسـت افزایش‌یابد.

اشکال دارویی

(Capsule : ۱۵۰mg (as HCl

(Suspension : ۷۵mg/۵ml (as palmitate

(Injection : ۱۵۰mg/ml (as phosphate

CO–TRIMOXAZOLE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی‌انتخابی در درمان پنومونی ناشی ازپنوموسیس‌تیس کارینی و نیز درمان‌توکسوپلاسموز و نوکاردیاز و تشدید حادبرونشیت مزمن مصرف می‌شود.همچنین کوتریموکسازول در درمان‌عفونتهای مجاری ادرار و عفونت گوش‌میانی ناشی از میکروارگانیسم‌های‌حساس در کودکان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفونامیدها به‌طوررقابتی‌یک آنزیم باکتریایی را که مسئول داخل‌کردن اسید پاراآمینوبنزوئیک درساختمان اسید دی هیدروفولیک است مهار می‌کنند. تری‌متوپریم با اتصال به‌آنزیم دی هیدروفولات ردوکتاز باکتری آن را به‌طورقابل برگشت مهار می‌نماید.

فارماکوکینتیک سولفامتوکسازول به‌آهستگی و تقریب ?به‌طور کامل از راه‌خوراکی جذب می‌شود. تری‌متوپریم نیزبخوبی از راه دستگاه گوارش جذب‌می‌شود. هر دو دارو به‌طور گسترده دربافتها منتشر می‌شوند. دفع هر دو داروعمدت ?کلیوی است نیمه عمرسولفامتوکسازول ۱۲ – ۶ ساعت و نیمه‌عمر تری‌متوپریم ۱۰ ـ ۸ ساعت است

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌ابتلای بیمار به نارسایی کبدی یا کلیوی وپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ کوتریموکسازول در صورت‌ابتلای بیمار به عیب کار کلیه یا کبد،اختلالات خونی کمبود G6PD و درسالخوردگان باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ در طول درمان درازمدت باکوتریموکسازول انجام آزمون شمارش‌سلولهای خون به‌طور منظم توصیه‌می‌شود.

۳ ـ مصرف این دارو در نوزادان با سن‌کمتر از ۶ هفته توصیه نمی‌شود (مگر درپیشگیری یا درمان پنومونی ناشی ازپنوموسیس تیس .

عوارض جانبی تهوع استفراغ بثورات‌جلدی (از جمله سندرم استیونس ـجانسون نکرولیزسمی اپیدرم وحساسیت به نور که در این موارد بایدمصرف دارو را فور ?قطع کرد)، اختلالات‌خونی (شامل کاهش نوتروفیلها وپلاکت‌های خون ترومبوسیتوپنی بندرت‌آگرانولوسیتوز و پورپورا که در این مواردباید مصرف دارو را فور ?قطع کرد) وبندرت واکنش‌های آلرژیک اسهال التهاب‌زبان استوماتیت بی‌اشتهایی دردمفاصل درد عضلات با مصرف این داروگزارش شده‌اند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان کوتریموکسازول با تیوپنتال وارفارین و داروهای ضد دیابت گروه‌سولفونیل اوره اثر این داروها افزایش‌می‌یابد. در صورت مصرف همزمان این‌دارو با فنی‌توئین پیریمتامین ومتوترکسات اثر ضد فولات این داروهاافزایش می‌یابد. خطر بروز سمیت کلیوی‌ناشی از سیکلوسپورین در صورت‌مصرف همزمان با کوتریموکسازول‌افزایش می‌یابد. اثر این دارو توسط پتاسیم‌آمینوبنزوات (PABA) کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در طول مصرف این‌دارو بیمار باید مایعات به اندازه کافی‌دریافت کند.

۲ ـ احتمال بروز واکنش‌های حساسیت به‌نور در بیماران وجود دارد. بیمار باید ازقرار گرفتن در معرض نور شدید آفتاب‌خودداری کند.

۳ ـ در صورت بروز سرگیجه باید احتیاطکرد.

۴ـ در صورت بروز اختلالات خونی یابثورات جلدی باید بلافاصله مصرف دارورا قطع کرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به‌صورت خوراکی ۲ قرص‌هر ۱۲ ساعت است که در عفونتهای شدیدتا ۳ قرص هر ۱۲ ساعت افزایش می‌یابد. درصورتی که طول درمان بیش از ۱۴ روزباشد، این مقدار یک قرص هر ۱۲ ساعت‌می‌باشد. کوتریموکسازول در درمان‌پنومونی ناشی از پنوموسیس تیس کارینی‌به مقدار ۱۲۰mg/kg/day در ۴ ـ ۲ دوزمنقسم به مدت ۱۴ روز مصرف می‌شود.

کودکان به‌صورت خوراکی هر ۱۲ساعت در کودکان با سن ۶ هفته تا ۵ ماه‌یک قرص کودکان در کودکان ۶ ماه تا ۵سال ۲ قرص کودکان و در کودکان ۱۲ ـ ۶سال ۳ قرص کودکان مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان مقدار مصرف کوتریموکسازول‌از راه انفوزیون وریدی ۹۶۰ میلی‌گرم (حاوی ۸۰۰ میلی‌گرم سولفامتوکسازول و ۱۶۰میلی‌گرم تری‌متوپریم هر ۱۲ ساعت می‌باشدکه این مقدار در عفونتهای شدید تا ۱/۴۴ گرم هر۱۲ ساعت افزایش می‌یابد.

کوتریموکسازول در درمان پنومونی‌ناشی از پنوموسیس تیس کارینی از راه‌خوراکی یا انفوزیون وریدی به مقدار۱۲۰mg/kg/day در ۴ ـ ۲ مقدار منقسم برای۱۴ روز مصرف می‌شود.

کودکان کوتریموکسازول از راه‌انفوزیون وریدی در کودکان به مقدار۳۶mg/kg/day در ۲ مقدار منقسم مصرف‌می‌شود که در عفونتهای شدید این مقداربه ۵۴mg/kg/day افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

For Infusion: (Sulfamethoxazole ۴۰۰mg+ Trimethoprim ۸۰mg) / ۵ml

Pediatric Tablet: Sulfamethoxazole۱۰۰mg + Trimethoprim ۲۰mg

Suspension: (Sulfamethoxazole ۲۰۰mg+ Trimethoprim ۴۰mg) / ۵ml

Tablet: Sulfamethoxazole ۴۰۰mg +Trimethoprime ۸۰mg

ERYTHROMYCIN

موارد مصرف اریترومایسین به عنوان‌جایگزین پنی‌سیلین‌ها در بیمارانی که به این‌داروها حساسیت مفرط دارند، مصرف‌می‌شود. همچنین اریترومایسین در درمان‌آنتریت ناشی از کامپیلوباکتر، پنومونی بیماری لژیونر، سیفلیس التهاب‌غیرگنوکوکی پیشابراه التهاب مزمن‌پروستات آکنه ولگاریس و برای پیشگیری‌از دیفتری و سیاه سرفه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اریترومایسین یک‌آنتی‌بیوتیک ماکرولید باکتریواستاتیک باطیف اثر ضد باکتری شبیه به‌پنی‌سیلین‌هاست این دارو از طریق پیوندبا ریبوزوم‌های باکتریایی مانع بیوسنتزپروتئین‌های موجود در باکتری و توقف‌رشد آن می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود، اما در برابر اسیدمعده ناپایدار است فراهمی زیستی این‌دارو بسته به نوع استرآن ۶۵ ـ ۳۰ درصداست پس از جذب به‌طور گسترده دربافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود.متابولیسم آن کبدی و دفع آن نیز عمدت ?ازطریق ترشح در صفرا است اوج غلظت‌سرمی اریترومایسین بسته به نوع استرآن۴ ـ ۲ ساعت پس از مصرف خوراکی‌حاصل می‌شود. نیمه عمر این دارو ۲ ـ ۱/۵ساعت است که در صورت عیب کار کلیه‌ممکن است تا ۵ ساعت نیز افزایش یابد.

هشدارها: در صورت ابتلای بیمار به‌نارسایی کبدی یا کلیوی تاکی‌کاردی بطنی‌و پورفیری با احتیاط فراوان مصرف‌شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ احساس‌ناراحتی در شکم اسهال کهیر، بثورات‌جلدی و سایر واکنش‌های آلرژیک کاهش‌برگشت‌پذیر قدرت شنوایی در صورت‌مصرف مقادیر زیاد دارو، یرقان انسدادی‌و عوارض قلبی با مصرف این داروگزارش شده‌اند.
تداخل‌های دارویی غلظت سرمی‌دیسوپیرامید در صورت مصرف همزمان‌با اریترومایسین افزایش می‌یابد و ممکن‌است موجب بروز مسمومیت و آریتمی‌شود. اثر وارفارین در صورت مصرف‌همزمان با اریترومایسین ممکن است‌افزایش یابد. اریترومایسین متابولیسم‌کاربامازپین بروموکریپتین تئوفیلین وسیکلوسپورین را مهار می‌کند و ممکن‌است موجب افزایش غلظت سرمی این‌داروها گردد. اریترومایسین متابولیسم‌ترفنادین را نیز مهار می‌کند و خطر بروزآریتمی در بیمار را افزایش می‌دهد (ازمصرف همزمان این دو دارو بایدخودداری کرد). اثر دیگوکسین بر قلب درصورت مصرف همزمان با اریترومایسین‌ممکن است افزایش یابد. غلظت سرمی‌اریترومایسین توسط سایمتیدین افزایش‌می‌یابد و این موضوع احتمال بروزعوارض جانبی و مسمومیت به‌ویژه‌ناشنوایی ناشی از اریترومایسین راافزایش می‌دهد.
نکات قابل توصیه اریترومایسین ومشتقات خوراکی آن را بهتر است با معده‌خالی مصرف کرد. اما در صورت بروزتحریک گوارشی می‌توان دارو را با غذامصرف نمود.
مقدار مصرف
خوراکی
بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه‌خوراکی در بزرگسالان و کودکان با سن‌بیش از ۸ سال ۵۰۰ ـ ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ساعت یا ۱ ـ ۰/۵ گرم هر ۱۲ ساعت وحداکثر تا ۴g/day در عفونتهای شدیدمی‌باشد. مقدار مصرف اریترومایسین دردرمان مراحل اولیه سیفلیس ۵۰۰ میلی‌گرم‌هر ۶ ساعت برای مدت ۲۱ ـ ۱۴ روزمی‌باشد.
کودکان این دارو در کودکان با سن کمتراز ۲ سال به مقدار ۱۲۵ میلی‌گرم هر ۶ساعت و در کودکان ۸ ـ ۲ سال به مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت مصرف‌می‌شود. مقدار مصرف در عفونتهای شدیدممکن است تا دو برابر افزایش یابد.
تزریقی در عفونتهای شدید، دربزرگسالان و کودکان ۵۰mg/kg/day از راه‌انفوزیون مداوم وریدی یا در مقادیرمنقسم هر ۶ ساعت مصرف می‌شود. درعفونتهای خفیف ۲۵mg/kg/day انفوزیون‌وریدی می‌شود.
اشکال دارویی
Film Coated Tablet : ۲۰۰mg, ۴۰۰mg (asEthylsuccinate)
For Suspension : ۲۰۰mg/ ۵ml (asEthylsuccinate)
For Injection : ۱g (as lactobionate)

FURAZOLIDONE

موارد مصرف فورازولیدون در درمان
وبا، اسهال باکتریایی (ناشی ازارگانیسم‌های حساس از جمله گونه‌های‌سالمونلا، شیگلا، استافیلوکوک اشریشیاکلی گونه‌های پروتئوس کامپیلوباکتر و انتروباکتر) و ژیاردیازمصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: این دارو در کار چندین آنزیم‌باکتریایی تداخل می‌کند. فورازولیدون‌فلور میکروبی روده را برهم نمی‌زند وموجب رشد قارچها نیز نمی‌شود. این داروآنزیم مونوآمین اکسیداز را نیز مهارمی‌کند.
فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه‌خوراکی خوب است دفع دارو عمدت?کلیوی است و مقداری نیز در مدفوع دفع‌می‌شود.
موارد منع مصرف این دارو در نوزادان باسن کمتر از یک ماه نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت ابتلای بیمار به کمبودG6PD باید با احتیاط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبی فورازولیدون ممکن استموجب بروز آنمی همولیتیک خفیف وبرگشت‌پذیر در بیماران مبتلا به کمبودG6PD شود که در این صورت مصرف‌دارو باید قطع شود. همچنین واکنشهای‌حساسیت مفرط (شامل تب خارش دردمفاصل بثورات جلدی یا قرمزی پوست کاهش گلبولهای سفید خون اختلالات‌گوارشی (درد شکم اسهال تهوع واستفراغ و سردرد با مصرف این داروگزارش شده‌اند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش تحریک‌گوارشی می‌توان این دارو را با غذامصرف نمود.
۲ ـ در طول مصرف این دارو، از مصرف‌فرآورده‌های حاوی الکل باید خودداری کرد.
۳ ـ در طول مصرف این دارو و تا دو هفته‌بعد از قطع مصرف آن از مصرف غذاهای‌حاوی تیرامین و آمین‌های محرک داروهای کاهنده اشتها، قرص‌سرماخوردگی و داروهای ضد سرفه مگربا تجویز پزشک باید پرهیز کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو ۱۰۰میلی‌گرم چهار بار در روز برای ۷ ـ ۵ روز(در درمان ژیاردیاز ۱۰ ـ ۷ روز) است
کودکان مقدار مصرف فورازولیدون درکودکان با سن بیش از یک ماه ۱/۲۵mg/kgچهار بار در روز برای ۷ ـ ۵ روز (دردرمان ژیاردیاز ۲mg/kg ـ ۱/۲۵ چهار باردر روز برای ۱۰ ـ ۷ روز) می‌باشد.

اشکال دارویی

Suspension: ۵۰mg / ۱۵ml

Tablet: ۱۰۰mg

METRONIDAZOLE

موارد مصرف مترونیدازول در درمان‌عفونتهای بیهوازی (از جمله عفونتهای‌دندان و عفونتهای تک یاخته‌ای مصرف‌می‌شود. این دارو در درمان واژینوزباکتریایی ناشی از هموفیلوس یا گاردنلا یاکورینه باکتریوم واژینیت غیر اختصاصیو واژینوز بیهوازی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مترونیدازول پس از جذب‌توسط میکروارگانیسم‌ها احیا و به یک‌ترکیب سمی تبدیل می‌شود که با پیوندیافتن به DNA موجب توقف ساخت آن ومرگ سلول می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود و در اغلب مایعات وترشحات بدن منتشر می‌شود. غلظت‌سرمی دارو ۲ ـ ۱ ساعت پس از مصرف‌خوراکی به اوج خود می‌رسد. نیمه عمرمترونیدازول در بزرگسالان ۱۲ ـ ۶ ساعت‌است که در صورت عیب کار کبد به ۲۹ ـ ۱۰ساعت افزایش می‌یابد. دفع این دارو عمدت?کلیوی است و تا ۱۵ درصد از دارو ممکن‌است از راه مدفوع دفع شود. حدود ۲۰٪ ازدارو بعد از مصرف واژینال به‌صورت‌سیستمیک جذب می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود عیب کار کبد وآنسفالوپاتی کبدی مصرف این دارو بایدبا احتیاط فراوان صورت گیرد.

عوارض جانبی تهوع استفراغ طعم بددهان زبری زبان اختلالات گوارشی بثورات جلدی کهیر و آنژیوادم بندرت‌خواب‌آلودگی سردرد، سرگیجه آتاکسی تیره شدن ادرار، خارش درد هنگام‌آمیزش ترشحات غلیظ سفیدرنگ ازعوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اثر وارفارین درصورت مصرف همزمان با این دارو ممکن‌است افزایش یابد. مترونیدازول متابولیسم‌فنی توئین را مهار می‌کنند و غلظت‌پلاسمایی این دارو را افزایش می‌دهند.فنوباربیتال متابولیسم مترونیدازول راافزایش و غلظت پلاسمایی آن را کاهش‌می‌دهد. مترونیدازول متابولیسم‌فلوئورواوراسیل را مهار می‌کند و احتمال‌مسمومیت با این دارو را افزایش می‌دهد.همچنین

مسمومیت با لیتیم با مصرف‌همزمان مترونیدازول گزارش شده است

واکنش شبه دی سولفیرام با مصرف‌همزمان مترونیدازول و فرآورده‌های‌حاوی الکل ممکن است بروز کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ پیگیری وضعیت‌بالینی و آزمایشگاهی بیمار در صورتی که‌طول دوره درمان از ۱۰ روز تجاوز کند،توصیه می‌شود.

۲ ـ در صورت بروز تحریک گوارشی مترونیدازول را می‌توان با غذا مصرف کرد.

۳ ـ مترونیدازول تزریقی فقط بایدبه‌صورت انفوزیون آهسته وریدی‌مصرف شود که در این صورت انفوزیون‌محلولها یا سرم‌های دیگر باید قطع شود.

۴ ـ شستن دستها قبل و بعد از استعمال‌واژینال دارو توصیه می‌شود. همچنین‌رعایت اصول بهداشتی برای جلوگیری ازبروز مجدد عفونت ضروری است

۵ ـ در صورت بروز حساسیت یا تحریک مصرف دارو باید قطع شود.

۶ ـ در صورت مصرف شکل واژینال این‌دارو در درمان تریکوموناز، استفاده ازکاندوم به منظور پیشگیری از بروز مجددعفونت ضروری است ممکن است به‌طورهمزمان مردان نیز به مصرف این دارو نیازداشته باشند.

۷ ـ در صورت بروز سرگیجه یا منگی بامصرف شکل واژینال دارو باید احتیاطنمود.

۸ ـ در طول مصرف شکل واژینال این‌دارو، به منظور پیشگیری از عفونت‌متقاطع عفونت مجدد یا رقیق شدن دوزدارو، باید از مقاربت جنسی خودداری‌نمود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان ضد باکتری‌سیستمیک در عفونتهای بیهوازی مقدار۷/۵mg/kg حداکثر تا یک گرم هر ۶ ساعت‌به مدت ۷ روز یا بیشتر مصرف می‌شود.در التهاب روده ۵۰۰ میلی گرم چهار باردر روز، در کولیت ناشی از آنتی بیوتیک۵۰۰ میلی گرم ۴ ـ ۳ بار در روز،درگاستریت و زخم دوازدهه ناشی ازهلیکوباکترپیلوری به‌عنوان درمان کمکی۵۰۰ میلی گرم ۳ بار در روز به همراه سایرآنتی بیوتیکهای خوراکی و در درمان‌واژینوز باکتریایی ۵۰۰ میلی گرم ۲ بار درروز برای ۷ روز مصرف می‌شود.به‌عنوان ضد تک یاخته در آمیبیاز

۷۰۰ ـ ۵۰۰ میلی گرم ۳ بار در روز برای

۱۰ ـ ۷ روز، در بالانتیدیوز ۷۵۰ میلی گرم

۳ بار در روز برای ۵ یا ۶ روز، در ژیاردیاز۲ گرم یکبار در روز برای ۳ روز یا

۲۵۰ میلی گرم ۳ بار در روز به مدت

۷ ـ ۵ روز و در درمان تریکوموناز ۲ گرم به‌صورت مقدار واحد، یک گرم ۲ بار در روزبه مدت یک روز یا ۲۵۰ میلی گرم ۳ بار درروز به مدت ۷ روز مصرف می‌شود.

کودکان به‌عنوان ضد باکتری درعفونتهای بیهوازی ۷/۵mg/kg هر ۶ ساعت‌یا ۱۰mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شود.به‌عنوان ضد تک یاخته در درمان آمیبیاز۱۶/۷mg/kg ـ ۱۱/۶، سه بار در روز به مدت۱۰ روز، در بالانتیدیوز ۱۶/۷mg/kg ـ ۱۱/۶سه بار در روز به مدت ۵ روز، در ژیاردیاز۵mg/kg سه بار در روز به مدت ۷ ـ ۵ روز ودر درمان تریکوموناز ۵mg/kg سه بار درروز به مدت ۷ روز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان ضد باکتری‌سیستمیک در عفونتهای بی هوازی ابتدا۱۵mg/kg و سپس ۷/۵mg/kg تا حداکثر یک‌گرم هر ۶ ساعت به مدت ۷ روز یا بیشترانفوزیون وریـدی می‌شود. برای پیشـگیری‌از عفونت در اعمال جراحی ۱۵mg/kg یک‌ساعت قبل از شروع جراحی و ۶ ۷/۵mg/kgو ۱۲ ساعت پس از مقـدار اولیه انفوزیون‌وریدی می‌شود. به‌عنوان ضد تک یاخته دردرمان آمیبیاز، ۷۵۰ ـ ۵۰۰ میلی گرم هر ۸ساعت به مدت ۱۰ ـ ۵ روز انفوزیون‌وریدی می‌شود.

کودکـان به‌عنـوان ضـد بـاکتری سیسـتمیک‌در عفونتهـای بی هـوازی در نوزادان‌نـورس ۱۵ mg/kg به‌عنـوان مقـدار اولیه وسـپس ۷/۵mg/kg هر ۱۲ ساعت ۴۸ ساعت‌پس از مقـدار مصرف اولیه انفوزیون‌وریدی می‌شود. در نوزادان کامل ۱/۵mg/kg به‌عنوان مقدار شروع و سپس۷/۵mg/kg هر ۱۲ ساعت ۲۴ ساعت پس ازمقدار مصـرف اولیه انفوزیون وریدی‌می‌شود. در نوزادان با سن ۷ روز وبزرگتر، مقدار ۱۵mg/kg به‌عنوان

مقدار شروع و سپس ۷/۵mg/kg هر ۶ساعت از راه انفوزیون وریدی مصرف‌می‌شود.

واژینال

در واژینوز باکتریایی یا تریکومونا‌ز،۵۰۰mg هر شب به مدت ۱۰ یا ۱۲ روزمتوالی از راه واژینال مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion : ۵۰۰mg/ ۱۰۰ml

Tablet: ۲۵۰mg

(Oral Suspension: ۱۲۵mg / ۵ml (asBenzoate

Ovule: ۵۰۰mg

Vaginal Tablet: ۵۰۰mg

NALIDIXIC ACID

موارد مصرف اسید نالیدیکسیک در

درمان عفونتهای مجاری ادرار مصرف‌می‌شود.

مکـانیسم اثر: اسـید نالیدیکسـیک از مشـتقات‌کینولون‌هاست کـه از طریـق مهـار سـاختDNA باکتریـایی اثر خـود را اعمـال می‌کند.مقاومت به این دارو در طول درمان به‌سرعت بروز می‌کند.

فارماکوکینتیک جـذب این دارو از راه‌خوراکی سـریع و تقریب ?کامل است این داروو متابولیت‌های فعال آن در اغلب بافتهای‌بـدن به‌ویژه در کلیه و در ادرار منتشـرمی‌شوند. اوج غلظت سـرمی دارو ۲ ـ ۱ساعت پس از مصـرف حاصل می‌شود. نیمه‌عمر سرمی دارو ۲/۵ ـ ۱/۱ ساعت است که‌در بیماران سالخورده تا ۱۱/۵ ساعت و دربیماران مبتلا به عیب کار کلیه تا ۲۱ ساعت‌ممکن است افزایش یابد. دفع این دارو عمدت?کلیوی است

موارد منع مصـرف این دارو در صورت‌ابتلای بیمار به پورفیری یا سابقه ابتلا به‌اختلالات تشـنجی و همچنین در کودکان باسن کمتر از ۳ ماه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در بیماران مبتلا به‌کمبود G۶PD باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ در طول مصرف این دارو بیمار باید ازقرار گرفتن در معرض نور شدید آفتاب‌پرهیز کند.

۳ ـ در طول درمـان با این دارو در صورتی‌که مـدت درمان از ۲ هفته بیشتر شود، انجام‌آزمونهای شـمارش سلولهای خون و کارکبد توصیه می‌شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع‌کینولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ دردشکم اسهال سردرد، سرگیجه اختلال درخواب بثورات جلدی خارش تب آنافیلاکسی حساسیت به نور، افزایش‌اوره و کرآتینین خون اختلالات گذرا درآنزیم‌های کبد و بیلی‌روبین درد عضلات ومفاصل اختلالات خونی (شامل‌ائوزینوفیلی کاهش پلاکت‌های خون کاهش گلبولهای سفید خون و تغییر درغلظت پروترومبین .

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان کینولون‌ها با داروهای ضد التهاب‌غیراستروئیدی خطر بروز تشنج ممکن است‌افزایش یابد. آنتی‌اسیدها و مواد جاذب جذب‌این دارو را کاهش می‌دهند. اثر وارفارین درصورت مصرف همزمان با اسیدنالیدیکسیک ممکن است افزایش یابد.کینولون‌ها اثر ضد دیابت داروهای‌سولفونیل اوره را افزایش می‌دهند. سمیت‌کلیوی سیکلوسپورین توسط این داروافزایش می‌یابد. سمیت ملفالان در صورت‌مصرف همزمان با این دارو افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بیمار باید از قرارگرفتن در معرض نور شدید آفتاب‌خودداری کند.

۲ ـ در صورت بروز تاری دید یا هرگونه‌اختلال در بینایی سرگیجه یا خواب‌آلودگی باید احتیاط کرد.

۳ ـ این دارو موجب بروز پاسخ مثبت کاذب‌در آزمون گلوکز ادرار با استفاده از مواداحیا کننده می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱ گرم هر ۶ ساعت برای۷ روز مصرف می‌شود که این مقدار دردرمان عفونت‌های مزمن به ۵۰۰ میلی‌گرم‌هر ۶ ساعت کاهش می‌یابد.

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۳ ماه‌حداکثر تا ۵۰mg/kg/day در مقادیر منقسم‌مصرف می‌شود که این مقدار در درمان‌دراز مدت به ۳۰mg/kg/day کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Suspension: ۶۰mg/ml

Tablet: ۵۰۰mg

NITROFURANTOIN

موارد مصرف نیتروفورانتوئین در درمان‌عفونتهای مجاری ادرار مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسدنیتروفورانتوئین با دخالت در کارآنزیم‌های باکتریایی بسته به غلظت باعث‌توقف رشد یا مرگ باکتری شود.

فارماکوکینتیک جذب این دارو متغیر است فراهمی زیستی آن در حضور غذا افزایش‌می‌یابد. غلظت دارو در ادرار و کلیه‌ها زیادو در سرم خیلی کم است نیمه عمر این‌دارو ۱ ـ ۰/۳ ساعت است این دارو عمدت?از راه کلیوی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در عیب کارکلیه نوزادان با سن کمتر از ۳ ماه کمبودG۶PD و پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

کم خونی دیابت عدم تعادل‌الکترولیت‌ها، کمبود ویتامین B و فولات بیماری ریوی و عیب کار کبد و نوروپاتی‌محیطی یا استعداد ابتلای به آن

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغو اسهال واکنش‌های حاد و مزمن ریوی ونوروپاتی محیطی از عوارض این داروهستند.

تداخل‌های دارویی آنتی اسیدها و موادجاذب جذب این دارو را کاهش می‌دهند.مصرف همزمان نیتروفورانتوئین باپروبنسید، به دلیل کاهش دفع توبولی ممکن است سبب بروز مسمومیت بانیتروفورانتوئین شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو ممکن است‌موجب پاسخ مثبت کاذب در آزمون گلوگزادرار شود.

۲ ـ رنگ ادرار بیمار ممکن است به زرد تاقهوه‌ای تغییر کند.

۳ ـ بهتر است این دارو با غذا یا شیرمصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالاـن نیتروفورانتوئین در درمان‌عفونتهای حاد بدون عواقب ۵۰ میلی‌گرم‌هر ۶ ساعت برای ۷ روز مصرف می‌شود.مقدار مصرف دارو در درمان عفونت‌مزمن شدید و عود کننده ۱۰۰ میلی‌گرم هر۶ ساعت برای ۷ روز است که در صورت‌بروز تهوع شدید مقدار مصرف را بایدکاهش داد یا مصرف آن را قطع کرد. مقدارمصرف نیتروفورانتوئین برای پیشگیری‌از عفونت ادراری ۱۰ ـ ۵ میلی‌گرم در شب‌می‌باشد.

کودکان مقدار مصرف این دارو درکودکان با سن بیش از ۳ ماه در درمان‌عفونتهای حاد بدون عواقب ۳mg/kg/dayدر ۴ مقدار منقسم و در پیشگیری ازعفونتهای ادراری ۱mg/kg در شب‌می‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۱۰۰mg

Suspension: ۲۵mg/۵ml

OFLOXACIN

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای مجاری ادرار، مجاری تنفسی‌تحتانی پوست و بافتهای نرم سوزاک‌بدون عواقب و التهاب غیر گونوکوکی آلت‌تناسلی و گردن رحم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اوفلوکساسین از مشتقات‌فلوروکینولون‌ها و یک ترکیب باکتریسیداست که از طریق مهار آنزیم DNA ژیرازدوباره‌سازی ترجمه و ترمیم DNAباکتری را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود، اما جذب آن درحضور غذا به تاخیر می‌افتد. پس از جذب‌به‌طور گسترده در اغلب بافتها و مایعات‌بدن منتشر می‌شود. دفع این دارو عمدت?کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در کودکان ونوجوانان و نیز بیماران مبتلا به صرع یادارای سابقه ابتلا به صرع و بیماران باسابقه آلرژی به این دارو و ترکیبات مشابه‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو در مواردزیر باید با احتیاط فراوان صورت گیرد:سابقه بیماری روانی ابتلای بیمار به‌دیابت G۶PD، عیب کار کبد یا کلیه

۲ ـ مشتقات کینولون‌ها ممکن است موجب‌بروز تشنج در بیماران دارای سابقه تشنج‌یا سایر بیماران شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع‌کینولون‌ها عبارتند از تهوع استفراغ دردشکم اسهال سردرد، سرگیجه اختلال درخواب بثورات جلدی خارش تب آنافیلاکسی حساسیت به نور، افزایش‌اوره و کراتینین خون اختلالات گذرا درآنزیم‌های کبد و بیلی روبین درد عضلات‌و مفاصل اختلالات خونی و تغییر درغلظت پروترومبین

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌کینولون‌ها با داروهای ضد التهاب‌غیراستروئیدی خطر بروز تشنج ممکن‌است افزایش یابد. داروهای آنتی‌اسید ومواد جاذب جذب این دارو را کاهش‌می‌دهند. کینولون‌ها اثر ضد دیابت‌داروهای سولفونیل اوره وارفارین وبروموکریپتین را افزایش می‌دهند. سمیت‌کلیوی سیکلوسپورین توسط این داروهاافزایش می‌یابد. جذب اوفلوکساین درصورت مصرف همزمان با املاح آهن‌کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بیمار باید از قرارگرفتن در معرض نور شدید آفتاب‌خودداری کند.

۲ ـ این دارو باید با مقدار کافی آب مصرف‌شود و در طول درمان نیز بیمار بایدمایعات کافی بنوشد. همچنین از قلیایی کردن بیش از حد ادرار باید پرهیز کرد،چرا که خطر بروز کریستالوری با این دارووجود دارد.

۳ ـ در طول مدت مصرف این دارو درانجام کارهایی که به مهارت نیاز دارند،(به‌ویژه رانندگی باید احتیاط کرد.

۴ ـ این دارو را باید با معده خالی مصرف‌کرد.

۵ ـ در صورت بروز هرگونه واکنش‌روانی نورولوژیک یا حساسیت مفرط به‌مصرف اولین دوز دارو، مصرف آن رابابد قطع کرد.

مقدار مصرف اوفلوکساسین در درمان‌عفونتهای مجاری ادرار به مقدار۴۰۰mg/day ـ ۲۰۰ ترجیح ?هر روز صبح‌مصرف می‌شود که این مقدار در صورت‌لزوم در عفونتهای مجاری فوقانی ادرار تا۴۰۰ میلی‌گرم دو بار در روز افزایش‌می‌یابد. مقدار مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای مجاری تنفسی تحتانی۴۰۰mg/day ترجیح ?هر روز صبح‌می‌باشد که این مقدار در صورت لزوم تا۴۰۰ میلی‌گرم دو بار در روز قابل افزایش‌خواهد بود. این دارو به مقدار ۴۰۰میلی‌گرم دو بار در روز در درمان‌عفونتهای پوست و بافتهای نرم مصرف‌می‌شود. اوفلوکساسین در درمان سوزاک‌بدون عواقب ۴۰۰ میلی‌گرم در یک نوبت‌مصرف می‌شود. این مقدار در درمان‌التهاب غیرگونوکوکی آلت تناسلی و گردن‌رحم ۴۰۰ میلی گرم یکبار در روز یا درمقادیر منقسم می‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۱۰۰mg, ۲۰۰mg

NAFCILLIN SODIUM

موارد مصرف نفسیلین در درمان‌عفونتهای ناشی از گونه‌های‌استافیلوکوکسی که پنی‌سیلیناز تولیدمی‌کنند، مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو ۱ ـ ۰/۵ساعت پس از تزریق عضلانی به اوج خودمی‌رسد. نیمه عمر دارو ۱/۵ ـ ۰/۵ ساعت‌است که در صورت عیب کار کلیه تا ۲ساعت نیز ممکن است افزایش یابد. پیونداین دارو به پروتئین‌های پلاسما زیادمی‌باشد. ۷۰ ـ ۶۰ درصد دارو نیز در کبدمتابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژیک به پنی‌سیلین‌ها نبایدمصرف شود.

هشدارها: در بیماران دارای سابقه آلرژی وبیماران مبتلا به عیب کار کلیه و سابقه‌بیماریهای گوارشی بویژه کولیت وابسته‌به آنتی بیوتیک باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم شوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچارحساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با سایر داروهای سمی برای کبد،احتمال بروز مسمومیت کبدی را افزایش‌می‌دهد. مصرف همزمان پنی سیلین‌ها بامتوترکسات منجر به کاهش کلیرانس‌متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این‌دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مخلوط کردن این‌دارو با آمینوگلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

۲ ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضداسهال باید خودداری نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان عفونتهای‌استخوان و مفصل اندوکاردیت باکتریایی منثزیت باکتریایی و پریکاردیت باکتریایی ۲ ـ ۱/۵ گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت از راه وریدی‌تزریق می‌شود. در درمان سایر عفونتها،از راه عضلانی ۵۰۰ میلی گرم هر ۶ ـ ۴ساعت و از راه وریدی ۱/۵ ـ ۰/۵ گرم هر ۴ساعت (بر مبنای نفسیلین تزریق می گردد.

کودکـان در درمـان منثریت باکتریـایی درنـوزادان بـا وزن تـا ۲ کیلـوگرم ۵۰mg/kg ـ ۲۵ هر ۱۲ سـاعت در هفتـه اول زنـدگی و سپس ۵۰mg/kg هر ۸ سـاعت زنـدگی و در نوزادانبـا وزن ۲ کیلوگرم و بیشتر ۵۰mg/kg هر ۸ساعت در هفته اول زنـدگی و سپس ۵۰mg/kg هر ۶ سـاعت از راه عضـلانی یاوریـدی تزریـق می گردد. در درمـان سایرعفونتهـا، در نـوزادان از راه عضلانی ۱۰mg/kg (بر مبنای نفسیلین هر ۱۲ساعت و از راه وریدی ۲۰mg/kg ـ ۱۰ (برمبنای نفسیلین هر ۴ ساعت تزریق‌می‌شود. در شیرخواران و کودکان ۲۵mg/kg (بر مبنای نفسیلین هر ۱۲ ساعت‌از راه عضلانی و ۲۰ mg/kg ـ ۱۰ (بر مبنای‌نفسیلین هر ۴ ساعت از راه وریدی تزریق‌می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰۰mg

PENICILLIN ۶.۳.۳

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای باکتریایی حساس به پنی‌سیلین‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی سه مشتق‌پنی‌سیلین می‌باشد، پنی‌سیلین G پتاسیم باشروع اثر نسبت ?سریع پنی‌سیلین Gپروکائین با شروع اثر متوسط (حدود ۴ساعت و پنی‌سیلین G بنزاتین با شروع اثرکند (حدود ۲۴ ساعت .

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود سابقه آلرژی به پنی‌سیلین‌ها، نبایدمصرف شود.

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلا

به عیب کار کلیه و سابقه بیماریهای گوارشی بویژه کولیت ناشسی از آنتی‌بیوتیک باید با احتیاط فراوان مصرف‌شود.

عوارض جـانبی واکنش‌هـای حساسیتی‌شامل کهیر، تب درد مفاصـل آنژیوادم شوک آنافیلاکتیـک در بیمارانی که دچارحساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌پنی‌سـیلین G پتاسیم با داروهای مهارکننـده‌آنزیم مبـدل آنژیوتانسین داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های حاوی پتاسیم‌ممکن است موجب افزایش غلظت خونی‌پتاسیم شود. مصرف همزمان مدرهای‌نگهدارنده پتاسیم و مکملهای پتاسیمی بـا پنی‌سـیلین G پتاسـیم تزریقی سـبب افزایش تجمع‌پتاسـیم گرم می‌شـود. مصـرف همزمـان پنی‌سـیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش‌کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت‌با این دارو می‌شود.

نکـات قابل توصـیه ۱ ـ در بیمـاران مبتلاـ به‌عیـب کـار کلیـه به کـاهش مقـدار مصـرف دارونیـازی نیست مگر اینکه عیب کـار کلیه شدیدباشد.

۲ ـ این دارو باید به‌صورت تزریق عمیق‌عضلانی مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در عفونتهای شدیـد و حاد،محتوای یک ویال از راه عضـلانی تزریق‌می‌شود. در عفونتهای مزمن دارای عواقب هر ۴ یا ۵ روز یکبار، محتوای یک ویال ازراه عضلانی تزریق می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو درکودکان با سن بیشتر از ۵ سال معادل ۱,۲۰۰,۰۰۰ ـ ۳۰۰,۰۰۰ واحد می‌باشد.

اشکال دارویی

For Injection: Benzathine Penicillin G۶۰۰,۰۰۰ IU + Potassium Penicillin G۳۰۰,۰۰۰ IU + Procaine Penicillin G۳۰۰,۰۰۰ IU

PENICILLIN G

موارد مصرف این دارو در درمان التهاب‌عفونی لوزه‌ها، التهاب گوش میانی بادسرخ آندوکاردیت استرپتوکوکی مننژیت‌مننگوکوکی پنومونی و در پیشگیری ازعفونت پس از قطع اندامهای حرکتی‌مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سابقه‌آلرژی به پنی‌سیلین‌ها نباید مصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلا ـ به عیب کار کلیه‌و سابقه بیماریهای گوارشی بویژه کولیت‌ناشی از آنتی بیوتیک باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم وشوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچارحساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌پنی‌سیلین G پتاسیم با داروهای مهارکننده‌آنزیم مبدل آنژیوتانسین داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های حاوی پتاسیم‌ممکن است موجب افزایش غلظت خونی‌پتاسیم شود. مصرف همزمان مدرهای‌نگهدارنده پتاسیم و مکملهای پتاسیمی با پنی‌سیلین G پتاسیم تزریقی سبب افزایش تجمع‌پتاسیم گرم می‌شود. مصرف همزمان پنی‌سیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش‌کلیرانس متوترکسات و در نتیجه مسمومیت‌با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از مصرف این‌دارو و سایر پنی‌سیلین‌ها باید سابقه‌آلرژی و حساسیت به پنی‌سیلین‌ها،سفالوسپورین‌ها و اریترومایسین‌مشخص شود.

۲ ـ دوره درمان با این دارو، به‌ویژه دردرمان عفونتهای استرپتوکوکی باید کامل‌شود.

۳ ـ مخلوط کردن پنی سیلین‌ها باآمینوگلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

۴ ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضداسهال باید خودداری کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان این دارو به‌صورت تزریق‌عضلانی تزریق آهسته وریدی یاانفوزیون وریدی مصرف می‌شود. مقدارمصرف آن ۱,۰۰۰,۰۰۰-۵,۰۰۰,۰۰۰u/day هر ۶ ـ ۴ ساعت می‌باشد.

کودکان در مننژیت باکتریایی در نوزادان باوزن تا ۲ کیلوگرم ۵۰۰۰۰u/kg ـ ۲۵۰۰۰ هر۱۲ ساعت در طول هفته اول زندگی و سپس۵۰۰۰۰u/kg هر ۸ ساعت و در نوزادان باوزن ۲ کیلوگرم و بیشتر ۵۰۰۰۰u/kg هر ۸ساعت در طول هفته اول زندگی و سپس۵۰۰۰۰u/kg هر ۶ ساعت تزریق عضلانی یاوریدی می‌شود. در سیفلیس مادرزادی ۵۰۰۰۰u/kg هر ۱۲ ساعت برای هفته اول‌زندگی و سپس ۵۰۰۰۰u/kg هر ۸ ساعت‌برای ۱۴ ـ ۱۰ روز بعدی از راه عضلانی یاوریدی تزریق می‌شود. در درمان سایرعفونتها در نوزادان ۳۰۰۰۰u/kg هر ۱۲ساعت و در شیرخواران و کودکان۱۶۶۶۷u/kg ـ ۸۳۳۳ هر ۴ ساعت تزریق‌عضلانی یا وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection:

(aspotassium (۱,۰۰۰,۰۰۰units, ۵,۰۰۰,۰۰۰units

For Injection :

(as sodium (۵,۰۰۰,۰۰۰units

PENICILLIN G BENZATHINE

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای باکتریایی حساس به

پنی‌سیلین از جمله بیماری یاز، التهاب

حلق و سیفیلیس و به‌عنوان پیشگیری

از ابتلا به تب روماتیسمی مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به آهستگی درمحل تزریق (عضلانی آزاد و پس ازهیدرولیز به پنی‌سیلین G تبدیل می‌شود ودر نتیجه غلظت سرمی مطلوب اگرچه‌کمتر، اما به مدت طولانی‌تری نسبت به‌سایر پنی‌سیلین‌های تزریقی ایجاد می‌کند.اوج غلظت سرمی دارو پس از ۲۴ ساعت‌ایجاد خواهد شد.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژیک به پنی‌سیلین‌ها نبایدمصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلابه عیب کار کلیه‌و سابقه بیماریهای گوارش بویژه کولیت‌ناشی از آنتی‌بیوتیک باید بااحتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم وشوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچارحساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌پنی‌سیلین‌ها با متوترکسات منجر به کاهش‌کلیرانس متوترکسات و در نتیجه‌مسمومیت با این دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو فقط

باید از راه تزریق عمیق عضلانی مصرف‌شود و نباید از راه وریدی داخل

شریان یا زیرجلدی یا نزدیک عصب تزریق‌شود.

۲ ـ تزریق پنی‌سیلین G بنزاتین بایدبه‌صورت آهسته و پیوسته انجام شود تاسوزن مسدود نشود.

۳ ـ مخلوط کردن پنی سیلین‌ها وآمینوگلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

۴ ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضداسهال باید خودداری کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان عفونتهای‌باکتریایی ۱،۲۰۰،۰۰۰ واحد در یک نوبت‌و در پیشگیری مداوم از ابتلا به عفونتهای‌استرپتوکوکی در بیماران با سابقه‌روماتیسم قلبی مقدار ۱،۲۰۰،۰۰۰ واحدهر ۴ ـ ۳ هفته به صورت عضلانی تزریق‌می‌شود. در درمان سیفلیس (اولیه ثانویه‌و تأخیری ، مقدار ۲،۴۰۰،۰۰۰ واحد در یک‌نوبت و در سیفلیس مرحله سوم ونوروسیفلیس مقدار ۲،۴۰۰،۰۰۰ واحدهفته‌ای یکبار به مدت ۳ هفته تزریق‌عضلانی می‌شود.

کودکان در فارنژیت گروه A(استرپتوکوکی در شیرخواران و کودکان‌با وزن تا ۲۷/۳ کیلوگرم مقدار ۶۰۰،۰۰۰ ـ ۳۰۰،۰۰۰ واحد در یک نوبت ودر کودکان با وزن بیش از ۲۷/۳ کیلوگرم‌مقدار ۹۰۰۰۰۰ واحد در یک نوبت تزریق‌عضلانی می‌شود. در پیشگیری از تب‌روماتیسمی ۱،۲۰۰،۰۰۰ واحد هر ۲ یا ۳هفته و در درمان سیفلیس اولیه و ثانویه ۵۰،۰۰۰u/kg به‌صورت مقدار واحد تزریق‌عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

:For Injection

۶۰۰,۰۰۰units , ۱,۲۰۰,۰۰۰units

PENICILLIN G

PROCAINE

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای حساس به پنی‌سیلین (به‌ویژه‌دیفتری و نوروسیفیلیس مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به آهستگی درمحل تزریق (عضلانی آزاد می‌شود و طی۴ ساعت حداکثر غلظت خونی بدست‌می‌آید و پس از ۲۰ ـ ۱۵ ساعت به آهستگی‌غلظت آن کاهش می‌یابد.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژیک به پنی‌سیلین‌ها نبایدمصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلاـ به عیب کارکلیه و سابقه بیماریهای گوارشی بویژه‌کولیت ناشی از آنتی بیوتیک باید با احتیاطفراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم وشوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچارحساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این‌دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو فقط باید ازراه تزریق عمیق عضلانی مصرف شده ونباید از راه وریدی داخل شریان یا نزدیک‌عصب تزریق شود.

۲ ـ بعضی از بیماران ممکن است دچارعارضه سمی حاد ناشی از واکنش به‌پروکائین شوند، به‌ویژه هنگامی که دارو رادر مقادیر زیاد در یک نوبت دریافت دارند.این واکنشها که معمولا گذرا هستند، باعلایمی نظیر اضطراب اغتشاش شعور،آشفتگی افسردگی حملات تشنجی توهم‌و هذیان و ترس از مرگ زودرس مشخص‌می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان عفونتهای‌باکتریایی ۱،۲۰۰،۰۰۰ ـ ۶۰۰،۰۰۰ واحددر روز، در درمان دیفتری

۶۰۰،۰۰۰ ـ ۳۰۰،۰۰۰ واحد در روز همراه‌با آنتی‌توکسین دیفتری و در درمان‌نوروسیفلیس ۲،۴۰۰،۰۰۰ واحد در روزهمراه با ۵۰۰ میلی گرم پروبنسید خوراکی۴ بار در روز، به مدت ۱۴ ـ ۱۰ روز تزریق‌عضلانی می‌شود.

کودکان در درمان سیفلیس مادرزادی ۵۰،۰۰۰ u/kg/day برای ۱۴ ـ ۱۰ روز تزریق‌عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

(For Injection: ۴۰۰،۰۰ U (Penicillin GPotassium ۱۰۰،۰۰۰ U + Penicillin GProcaine ۳۰۰،۰۰۰U

(For Injection: ۸۰۰،۰۰۰U (Penicillin GPotassium ۲۰۰،۰۰۰u + Penicillim GProcaine ۶۰۰،۰۰۰U

PENICILLIN V POTASSIUM

موارد مصرف این دارو در درمان التهاب‌عفونی لوزه‌ها، التهاب گوش میانی بادسرخ و برای پیشگیری از ابتلا به تب‌روماتیسمی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک ۷۳ ـ ۶۰ درصد دارو از راه‌خوراکی جذب می‌شود و پس از ۱ ـ ۰/۵ساعت غلظت سرمی آن به اوج می‌رسد.نیمه عمر دارو ۱ ـ ۰/۵ ساعت است که

در صورت عیب کار کلیه تا ۴ ساعت‌افزایش می‌یابد. پیوند این دارو به

پروتئین ۸۰٪ می‌باشد. ۴۰ ـ ۲۰٪ دارو ازطریق ادرار به‌صورت تغییر نیافته دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژیک به پنی‌سیلین‌ها نبایدمصرف شود.

هشدارها: در صورت وجود سابقه‌بیماری‌های گوارشی بویژه کولیت‌وابسته به آنتی بیوتیک و عیب کار کلیه
این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف‌شود.
عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم وشوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچارحساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این‌دارو گزارش شده‌اند.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان
این دارو با داروهای خوراکی‌جلوگیری‌کننده از بارداری حاوی‌استروژن ممکن است جذب این داروها راکاهش دهد و منجربه بارداری ناخواسته‌شود. مصرف همزمان پنی سیلین‌ها بامتوترکسات منجر به کاهش کلیرانس‌متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این‌دارو می‌شود.
نکات قابل توصیه ۱ ـ در بیماران مبتلاـ به‌عیب کار کلیه به کاهش مقدار مصرف دارونیازی نیست مگر اینکه عیب کار کلیه شدیدباشد.
۲ ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضداسهال باید خودداری نمود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف این دارو
۵۰۰ ـ ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت یکبار وحداقل ۳۰ دقیقه قبل از غذا می‌باشد.
کودکان در کودکان تا سن یک سالگی۶۲/۵ میلی‌گرم در کودکان با سن ۵ ـ ۱سال ۱۲۵ میلی‌گرم و در کودکان با سن ۱۲ ـ ۶ سال ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت‌یکبار مصرف می‌شود.
اشکال دارویی
Film Coated Tablet: ۵۰۰mg
For Oral Solution: ۱۲۵mg / ۵ml, ۲۵۰mg /۵ml

PIPERACILLIN

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای ناشی از پسودوموناس آئروژینوزا مصرف می‌شود.
فارماکوکینتیک غلظت سرمی دارو
۰/۵ ساعت پس از تزریق عضلانی به
اوج خود می‌رسد. نیمه عمر دارو ۱/۲ ـ ۰/۶ساعت است که در صورت عیب کار کلیه
تا ۳ ساعت نیز ممکن است افزایش
یابد. ۸۰ ـ ۶۰ درصد دارو به‌صورت‌تغییرنیافته از طریق ادرار دفع می‌شود.
موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه آلرژی به پنی‌سیلین‌ها نباید مصرف‌شود.
هشدارها: در بیماران بیماران مبتلا
به عیب کار کلیه فیبروز سیستیک و
سابقه بیماری‌های گوارشی بویژه کولیت‌پسودوممبران ناشی از آنتی بیوتیک باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.
عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌شامل کهیر، تب درد مفاصل آنژیوادم وشوک آنافیلاکتیک در بیمارانی که دچارحساسیت مفرط می‌شوند، با مصرف این‌دارو گزارش شده است همچنین بامصرف این دارو کاهش پتاسیم خون وتغییر در عملکرد پلاکت‌ها

ممکن است بروز کند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان مقادیر زیاد این دارو با

داروهای ضد انعقاد کومارینی یااینداندیونی هپارین و داروهای

ضد التهاب غیراستروئیدی احتمال بروزخونریزی ممکن است افزایش یابد. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ترومبولیتیک‌توصیه نمی‌شود، زیرا احتمال بروزخونریزی شدید ممکن است افزایش یابد.مصرف همزمان پنی سیلین‌ها بامتوترکسات منجر به کاهش کلیرانس‌متوترکسات و در نتیجه مسمومیت با این‌دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در تزریق عضلانی‌پیپراسیلین نباید بیش از ۲ گرم از دارو دریک محل تزریق شود.

۲ ـ بیماران مبتلا به عیب کار کلیه ممکن‌است به کاهش مقدار مصرف نیاز داشته‌باشند.

۳ ـ در صورت بروز اسهال بدون مشورت‌با پزشک از مصرف هر گونه داروی ضداسهال باید خودداری نمود.

۴ ـ مخلوط کردن پنی سیلین‌ها وآمینوگلیکوزیدها توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد باکتری ۴ ـ ۳گرم از دارو هر ۶ ـ ۴ ساعت از راه عضلانی‌یا وریدی تزریق می‌شود. در درمان‌مننژیت باکتریایی ۴ گرم هر ۴ ساعت ازراه وریدی و در درمان عفونت مجاری‌ادراری ۴ ـ ۳ گرم هر ۸ ـ ۶ ساعت از راه‌وریدی تزریق می‌شود.

کودکان در درمان مننژیت باکتریایی درنوزادان با وزن تا ۲ کیلوگرم ۵۰mg/kg هر۱۲ ساعت در هفته اول زندگی و سپس۵۰mg/kg هر ۸ ساعت و در نوزادان با وزن۲ کیلوگرم و بیشتر، ۵۰mg/kg هر ۸ ساعت‌در طول هفته اول زندگی و سپس ۵۰mg/kgهر ۶ ساعت تزریق عضلانی یا وریدی‌می گردد.

اشکال دارویی

(For Injection : ۱g, ۲g (as Sodium

SPECTINOMYCIN

موارد مصرف این دارو در درمان سوزاک‌ناشی از گونوکوکسی مقاوم به پنی‌سیلین‌یا درمان سوزاک در بیماران حساس به‌پنی‌سیلین‌ها مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این آنتی‌بیوتیک برعلیه‌ارگانیسم‌های گرم منفی از جمله‌نیسریاگونوره مؤثر است اسپکتینومایسین بیوسنتز پروتئین را درباکتری مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب این دارو پس

از تزریق عضلانی سریع است و اوج

غلظت سرمی آن ۲ ـ ۱ ساعت پس از

تزریق ۴ ـ ۲ گرم از دارو حاصل

می‌شود. نیمه عمر اسپکتینومایسین

۳ ـ ۱ ساعت است که در صورت عیب کارکلیه ممکن است تا ۳۰ ـ ۱۰ ساعت

افزایش یابد. دفع این دارو عمدت ?کلیوی‌است

عوارض جانبی تهوع سرگیجه کهیر و تب‌با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی احتمال بروزمسمومیت با لیتیم در صورت مصرف‌همزمان دو دارو افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف‌اسپکتینومایسین از راه تزریق عضلانی ۲گرم به‌صورت مقدار مصرف واحدمی‌باشد که این مقدار در مواردی که‌بیماری به سختی به درمان پاسخ می‌دهد ونیز در مناطقی که مقاومت باکتری شایع‌است تا ۴ گرم افزایش می‌یابد.

کودکان مقدار مصرف دارو در کودکان باسن بیش از دو سال در صورتی که درمان‌با داروی دیگری امکان نداشته باشد، ۴۰mg/kg است

اشکال دارویی

(For Injection: ۲g (as ۲HCl

SPIRAMYCIN

موارد مصرف اسپیرامایسین با اثرات‌مشابه اریترومایسین در درمان‌عفونت‌های حساس به دارو مصرف‌می‌شود. این دارو در درمان عفونت‌های‌تک یاخته‌ای ناشی از کریپتوسپوریدیوم وتوکسوپلاسما نیز مؤثر است

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه‌خوراکی ناقص است ولی در حضور غذاتغییر نمی‌کند. پس از جذب به‌طور گسترده‌در بافتهای بدن منتشر می‌شود. نیمه عمردارو ۸ ـ ۵/۵ ساعت است اسپیرامایسین‌در کبد متابولیزه و به متابولیت‌های فعال‌تبدیل می‌شود. دفع دارو عمدت ?از طریق‌صفرا است

موارد منع مصرف در درمان منتژیت نبایدمصرف شود.

هشدارها: احتمال بروز عفونت ثانویه‌ناشی از رشد میکروارگانیسم‌های‌غیرحساس با مصرف طولانی مدت دارووجود دارد.

عوارض جانبی بروز اختلالات گوارشی وواکنش‌های پوستی ناشی از حساسیت‌مفرط به دارو گزارش شده‌اند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بهتر است دارو بامعده خالی مصرف شود.

۲ ـ دوره درمان با دارو باید کامل

شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به عنوان ضد باکتری مقدار

۲ ـ ۱ گرم دو بار در روز مصرف می‌شودکه در عفونتهای شدید این مقدار به

۲/۵ ـ ۲ گرم دو بار در روز افزایش

می‌یابد.

کودکان به عنوان ضد باکتری مقدارمصرف دارو در کودکان با وزن ۲۰کیلوگرم و بیشتر ۲۵mg/kg دو بار در روزمی‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰۰mg

SULFADIAZINE

موارد مصرف سولفادیازین یک‌آنتی‌بیوتیک از دسته سولفونامیدها

است سولفونامیدها در درمان شانکروئید،عفونت‌های کلامیدیایی کونژوکتیویت مالاریا، نوکاردیازیس اوتیت گوش میانی

توکسوپلاسموز، تراخم عفونت‌های‌دستگاه ادراری لنفوگرانولوما ونروم پاراکوکسیدیومیکوز و پیشگیری منژیت‌و تب رماتیسمی مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: سولفونامیدها بدلیل

شباهت ساختمانی با پارآمینوبنزوئیک‌اسید (PABA) به‌صورت رقابتی آنزیم‌دی‌هیدروپتروآت سنتتاز باکتری را

که مسئول تبدیل کردن PABA به اسیددی‌هیدروفولیک است مهار می‌کنند.

این امر در نهایت منجر به وقفه

در ساخت پورین‌ها، تیمیدین و DNAمی‌گردد.

فارماکوکینتیک همه سولفونامیدها جذب‌خوراکی خوبی (بیشتر از ۷۰٪) دارند.متابولیسم آنها کبدی است نیمه عمرسولفادیازین تقریب ?۱۰ ساعت است که درصورت وجود عیب کار کلیه به حدود ۳۴ساعت افزایش می‌یابد. دفع دارو عمدت?کلیوی است غلظت سرمی دارو پس از ۶ـ۳ساعت به حداکثر می‌رسد.

موارد منع مصرف در صورت وجودحساسیت به سولفونامیدها، فوروسماید،مدرهای تیازیدی سولفونیل‌ها اوره‌ها یامهارکننده‌های کربنیک انیدراز نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ـ بدلیل حلالیت کم دارو در آب‌و احتمال بروز کریستال در ادرار، مصرف‌سولفادیازین برای درمان عفونت‌های‌ادراری توصیه نمی‌شود.

۲ـ بین سولفونامیدها حساسیت متقاطع‌وجود دارد و چنانچه بیماری به یک سولفونامید حساسیت آلرژیک نشان دهد،ممکن است به سایر سولفونامیدها نیزحساس باشد.

۳ـ در موارد زیر باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود: دیسکرازی خونی یا کم‌خونی مگالوبلاستیک ناشی از کمبودفولات کمبود G۶PD، عیب کار کبد و کلیه وپورفیری

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌جلدی و حساسیت به نور از عوارض شایع‌سولفادیازین هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌سولفادیازین با داروهای ضد انعقادکومارینی ضد صرع هیدانتوئینی داروهای خوراکی ضد دیابت داروهای‌همولیتیک داروهای سمی برای کبد ومتوترکسات ممکن است سبب تشدید اثرات‌این داروها شود.

نکات قابل توصیه ۱ـ هنگام مصرف این‌دارو باید به مقدار کافی مایعات مصرف‌نمود تا میزان دفع ادرار در روز برای یک فرد بزرگسال حداقل ۱۲۰۰ میلی لیترباشد.

۲ـ بیماران با عیب کار کلیه ممکن

است به کاهش مقدار مصرف نیاز داشته‌باشند.

۳ـ سولفونامیدها نباید در نوزادان با سن‌کمتر از ۲ ماه مصرف شود.

۴ـ دوره درمان با این داروها باید کامل‌شود.

۵ـ مراجعه منظم به پزشک به منظوربررسی و انجام آزمون شمارش تام خون‌ضروری است

۶ـ در صورت بروز سرگیجه باید احتیاطشود.

۷ـ احتمال بروز واکنش‌های حساسیت به‌نور با این داروها وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان داروی ضد باکتری‌یا ضد انگل مقدار شروع ۴ـ ۲ گرم است که‌سپس مقدار یک گرم هر ۶ـ ۴ ساعت‌مصرف می‌شود. برای پیشگیری ازمنتژیت یک گرم هر ۱۲ ساعت به مدت دوروز مصرف می‌شود. برای پیشگیری ازتب رماتیسمی یک

گرم یکبار در روزمصرف می‌شود. در درمان‌توکسوپلاسموزیز در بیماران مبتلا به

ایدز ۲ ـ ۱ گرم هر ۶ ساعت همراه

با ۱۰۰mg/day ـ ۵۰ پریمتامین و۲۵mg/day ـ ۱۰ لوکوورین مصرف‌می‌شود. در درمان توکسوپلاسموز درخانم‌های باردار یک گرم سولفادیازین هر۶ ساعت همراه با ۲۵ mg/day پیریمتامین‌بعد از هفته شانزدهم بارداری مصرف‌می‌شود. همراه با این رژیم درمانی

۱۵ mg/day ـ ۵ لوکورین مصرف می‌شود.

کودکان : در کودکان با سن بیش از ۲ ماه به‌عنوان داروی ضد باکتری یا ضد انگل‌ابتدا ۷۵ mg/kg مصرف می‌شود و سپس۳۷/۵mg/kg هر ۶ ساعت یا ۲۵ mg/kg

هر ۴ ساعت مصرف می‌شود. در درمان‌توکسوپلاسموز ۵۰mg/kg سولفادیازین‌همراه با ۲ mg/kg/day پیریمتامین به مدت ۲روز مصرف می‌شود. سپس مقدارپیریمتامین به ۱ mg/kg/day به مدت ۶ ـ ۲ماه و سپس ۱ mg/kg/day سه بار در هفته‌کاهش می‌یابد. همراه با این رژیم درمانی۵ mg/day لوکوورین ۳ بار در هفته مصرف‌می‌شود. این دارو باید به مدت ۱۲ ماه‌مصرف شود. حداکثر مقدار مصرف‌روزانه در کودکان نباید بیشتر از ۶ گرم‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

TETRACYCLINES

DOXYCYCLINE

TETRACYCLINE

تتراسیکلین‌ها آنتی‌بیوتیک‌های‌باکتریواستاتیک با طیف اثر گسترده‌هستند که امروزه به دلیل افزایش مقاومت‌میکروبی مصرف آنها کاهش یافته است

با این وجود، این داروها همچنان درمان‌انتخابی عفونتهای ناشی از کلامیدیا (عامل‌بیماریهای تراخم پسیتاکوز، سالپنژیت اورتریت و لنفوگرانولوماونروم ، ریکتزیا(عامل تب Q)، میکوپلاسما (عامل‌عفونتهای مجاری تنفسی و تناسلی ،بروسلا و بورلیابور گدورفری اسپیروکت عامل بیماری Lyme) می‌باشند.تتراسیکلین‌ها به دلیل اثر برهموفیلوس‌آنفلوانزا در برونشیت مزمن و همچنین دردرمان آکنه و بیماری دهان و دندان نیزمصرف می‌شوند.

از نظر طیف اثر تفاوت زیادی بین‌تتراسیکلین‌های موجود در بازار دارویی‌نیست تتراسیکلین‌ها در استخوان و دندان‌در حال رشد رسوب می‌کنند (به کلسیم‌پیوند می‌یابند) و موجب رنگی شدن دندانهاو گاه هیپوپلازی لثه می‌شوند. به همین‌دلیل مصرف تتراسیکلین‌ها در کودکان باسن کمتر از ۱۲ سال و زنان باردار ممنوع‌است به استثنای دوکسی سیکلین سایرتتراسیکلین‌های موجود در بازار دارویی‌ایران ممکن است موجب بدتر شدن عیب‌کار کلیه در بیماران مبتلا به این عارضه‌گردند و بهمین دلیل مصرف این داروها دربیماران مبتلاـ به بیماری کلیوی ممنوع‌است جذب خوراکی تتراسیکلین‌ها درصورت مصرف همزمان با شیر (به‌جزدوکسی‌سیکلین ، آنتی‌اسیدها و املاح‌کلسیم منیزیم و آهن کاهش می‌یابد.مکانیسم اثر تتراسیکلین‌ها جلوگیری ازساخت پروتئین از طریق ممانعت از پیوندtRNA به کمپلکس mRNA ـ ریبوزوم است

DOXYCYCLINE

موارد مصرف این دارو در درمانبرونشیت مزمن عفونتهای ناشی ازبروسلا، کلامیدیا، میکوپلاسما و ریکتزیا ونیز در درمان آکنه ولگاریس وافوزیونپلورال ناشی از سیروز یا بیماریهای‌بدخیم مصرف می‌شود. دوکسی سیکلیندر درمان التهاب مزمن پروستات وسینوس نیز به‌کار می‌رود.

فارماکوکینتیک ۱۰۰ ـ ۹۰ درصد دارو از راه‌خوراکی جذب می‌شود و غذا بر جذب داروتاثیری ندارد. غلظت سرمی دارو ۴ ـ ۲ساعت پس از مصرف به اوج خود می‌رسد.پس از جذب دارو در اغلب بافتها و مایعات‌بدن منتشر می‌شد. نیمه عمر دارو ۲۲ ـ ۱۲ساعت است و در صورت عیب کار کلیه‌تغییر چندانی نخواهد کرد. دفع دارو عمدت?کلیوی است اما از راه صفرا نیز دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در کودکان باسن کمتر از ۱۲ سال و ابتلای بیمار به‌لوپوس اریتماتوز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو بندرت ممکن است‌موجب بروز حساسیت به نور شود.

۲ ـ دوکسی سیکلین در بیماران مبتلا به‌عیب کار کلیه باید با احتیاط فراوانمصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ اسهال عفونت ثانویه ناشی ازمیکروارگانیسم‌های مقاوم و بندرت‌واکنش‌های آلرژیك با مصرف این داروگزارش شده است سردرد و اختلالات‌بینایی ممکن است نشانه افزایش فشارداخل جمجمه باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با آنتی‌اسیدها جذب آن را کاهش‌می‌دهد. جذب خوراکی املاح آهن وتتراسیکلین‌ها در صورت مصرف همزماندو دارو کاهش می‌یابد. سوکرالفات جذب‌خوراکی تتراسیکلین‌ها را کاهش می‌دهد.تتراسیکلین‌ها در صورت مصرف همزمانبا داروهای خوراکی جلوگیری کننده ازبارداری اثر این داروها را ممکن است‌کاهش دهند. متابولیسم دوکسی سیکلیندر صورت مصرف همزمان با داروهای‌ضد صرع (کاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین و پیریمیدون ممکن است‌افزایش و در نتیجه غلظت سرمی این داروکاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ – در صورت ناراحتی گوارشی دوکسی سیکلین را می‌توان باغذا یا شیر مصرف کرد.

۲ ـ بیمار نباید به مدت طولانی در معرض‌نور آفتاب یا لامپهای دارای اشعه ماوراءبنفش قرار گیرد.

۳ ـ کپسول دوکسی سیکلین را باید به‌طورکامل با مقدار زیادی آب همراه با غذا درحال نشسته یا ایستاده بلعید و به مدت‌حداقل ۳۰ دقیقه پس از مصرف از درازکشیدن خودداری نمود.

۴ ـ از مصرف همزمان داروی آنتی اسید،مکمل‌های حاوی کلسیم و آهن ملین‌های‌حاوی منیزیم و سدیم بی کربنات طی ۳ ـ ۱ساعت پس از مصرف تتراسیکلین‌ها بایدخودداری نمود.

۵ ـ در صورت بروز سرگیجه یا منگی بایداحتیاط نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در روز اول درمان ۲۰۰میلی گرم هر ۱۲ ساعت و سپس روزانه ۱۰۰ میلی گرم مصرف می‌شود. در درمانآکنه روزانه ۵۰ میلی گرم به مدت ۱۲ ـ ۶روز یا بیشتر مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان با وزن ۴۵ کیلوگرم وکمتر، روز اول ۲/۲mg/kg هر ۱۲ ساعت وسپس ۴/۴mg/kg ـ ۲/۲ یکبار در روزمصرف می‌شود.

اشکال دارویی

(Film Coated Tablet: ۱۰۰mg (as Hyclate

TETRACYCLINE HCl

موارد مصرف این دارو در درمان تشدیدبرونشیت مزمن عفونتهای ناشی ازبروسلا، کلامیدیا، میکوپلاسما و ریکتزیا ونیز در درمان آکنه ولگاریس و افوزیون‌پلورال ناشی از سیروز یا بیماریهای‌بدخیم مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک ۷۵ درصد دارو از راه‌خوراکی جذب می‌شود که این مقدار درحضور غذا کاهش می‌یابد. غلظت سرمی‌دارو ۳ ـ ۲ روز پس از مصرف به حددرمانی می‌رسد. پس از جذب بخوبی دراغلب بافتها و مایعات بدن منتشر می‌شود.دفع دارو عمدت? کلیوی است اما از راه‌صفرا نیز دفع می‌شود. نیمه عمر دارو

۱۱ ـ ۶ ساعت است که در بیماران آنوریک‌ممکن است تا ۱۰۰ ساعت نیز افزایش

یابد.

موارد منع مصرف دارو در صورت وجودعیب کار کلیه و در کودکان با سن کمتر از۱۲ سال نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو بندرت ممکن است‌موجب بروز حساسیت به نور شود.

۲ ـ مصرف تتراسیکلین موضعی ممکن‌است باعث حساس شدن پوست و بروزحساسیت به دارو در صورت مصرف‌موضعی یا سیستمیک آن در دفعات بعدی‌شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ اسهال عفونت ثانویه ناشی ازمیکروارگانیسم‌های مقاوم و بندرت‌واکنش‌های آلرژیک با مصرف این داروگزارش شده است سردرد و اختلالات‌بینایی ممکن است نشانه افزایش فشارداخل جمجمه باشند. همچنین درد، قرمزی تورم یا سایر علایم تحریک با مصرف‌موضعی این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با آنتی‌اسیدها جذب آن را کاهش‌می‌دهد. جذب خوراکی املاح آهن وتتراسیکلین‌ها در صورت مصرف همزمان‌دو دارو کاهش می‌یابد. سوکرالفات جذب‌خوراکی تتراسیکلین‌ها را کاهش می‌دهد.تتراسیکلین‌ها در صورت مصرف همزمان‌با داروهای خوراکی جلوگیری کننده ازبارداری اثر این داروها را ممکن است‌کاهش دهند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان تراخم بااین دارو ممکن است چند ماه طول بکشد.مصرف همزمان تتراسیکلین خوراکی درصورت شدید بودن عفونت ممکن است‌ضروری باشد.

۲ ـ از مصرف همزمان داروهای آنتی اسید،مکمل‌های حاوی کلسیم و آهن ملین‌های‌حاوی منیزیم و سدیم بی‌کربنات شیر ولبنیات طی ۳ ـ ۱ ساعت پس از مصرف این‌دارو باید خودداری شود.

۳ ـ بیمار نباید به مدت طولانی در معرض‌نور آفتاب یا لامپهای دارای اشعه ماوراءبنفش قرار گیرد.

۴ ـ دوره درمان با این دارو باید کامل

شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه‌خوراکی ۵۰۰ ـ ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت‌می‌باشد. در درمان آکنه این دارو به مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز به مدت ۴ ـ ۱هفته مصرف می‌شود و سپس این مقدار به۲ بار در روز کاهش و تا بهبودی ادامه‌می‌یابد. در صورتی که پاسخ درمانی لازم‌دیده نشود، افزایش مقدار مصرف ممکن‌است ضروری باشد. تتراسیکلین به مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم ۴ بار در روز برای ۱۵ روزدر درمان مراحل اولیه سیفیلیس مصرف‌می‌شود. مقدار مصرف تتراسیکلین دردرمان اورتریت غیرگونوکوکی ۵۰۰میلی‌گرم ۴ بار در روز برای ۲۱ ـ ۷ روزمی‌باشد. به‌صورت موضعی یک یا دو باردر روز استفاده می‌شود.

کودکان به صورت موضعی یک یا دو باردر روز بر روی موضع مالیده می‌شود. به‌عنوان ضد باکتری در کودکان با سن ۸سال و بیشتر، مقدار ۱۲/۵mg/kg ـ ۶/۱۵ هر۶ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۵۰mg

Topical Ointment: ۳٪

VANCOMYCIN

مـوارد مصـرف وانکومایسـین در مواردمحـدودی از جملـه در پیشـگیری و درمان آنـدوکاردیت و سـایر عفونتهـای جـدی ناشـی‌از کوکسی‌های گرم مثبت (ماننداستافیلوکوک مقاوم به پنی‌سیلین‌ها)مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: وانکومایسـین علیه‌باکتری‌هـای گرم مثبت هوازی و بی‌هوازی‌مؤثر است این آنتی‌بیوتیـک بـا اثر بر روی‌سـاخت دیواره سلولی بر روی اغلب‌باکتری‌ها اثر باکتریسید دارد.

فارماکوکینتیـک وانکومایسین پس ازانفوزیون بطور گسـترده در بافتهـا ومایعـات بـدن منتشـر می‌شود. از آنجـا که اثردارو نسبت? طولانی مـدت است می‌توان آنرا هر ۱۲ ساعت مصـرف نمود. نیمه عمردارو در بزرگسالان ۴-۱۱ ساعت است که‌در صورت عیب کار کلیه ممکن است به‌۶-۱۰ روز برسد. دفع این دارو عمدت?کلیوی است

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه اختلالات شنوایی از مصرف این‌دارو باید خودداری گردد.

هشدارها: ۱ ـ انفوزیون سریع این داروها باخطر واکنشهای آنافیلاکتیک همراه است وباید از آن اجتناب کرد.

۲ ـ محل تزریق دارو در هر بار انفوزیون‌باید تغییر داده شود.

۳ ـ مصرف این دارو در بیماران مبتلا به‌نارسایی کلیه و در سالخوردگان باید بااحتیاط فراوان صورت گیرد.

۴ ـ آزمونهـای شـمارش سـلولهای خون آنـالیز ادرار و سـنجش کـار کلیه در طول‌درمـان بـا این دارو ضـروری است آزمون‌سـنجش شنوایی در طول مصرف این دارودر بیماران سالخورده یا مبتلا به عیب کارکلیه باید انجام شود.

عـوارض جـانبی مسـمومیت کلیـوی شامل‌نارسـایی کلیـه و نفریت بین سـلولی مسـمومیت گوشـی اختلال‌هـای خونی‌شامـل کـاهش نوتروفیل‌های خون و بندرت‌آگرانولوسیتوز، کاهش پلاکتهای خونی تهوع لرز، تب ائوزینوفیلی آنافیلاکسـی بثورات جلـدی التهاب ورید، افت شدیدفشار خون خس‌خس کردن اختلال درتنفس کهیر، خارش برافروختگی بالاتنه درد و اسپاسم عضلات پشت و سینه بامصرف این دارو گزارش شده است

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌وانکومایسـین با آمینوگلیکوزیـدها یاکاپرئومایسـین احتمال بروز مسمومیت‌گوشـی و کلیوی را افزایش می‌دهـد. همچنین‌احتمـال بروز مسـمومیت گوشـی در صورت‌مصـرف همزمـان این دارو با داروهای مـدرگروه لوپ افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان وانکومایسین از راه انفوزیون‌آهسته وریدی به مقدار ۵۰۰ میلی‌گرم طی‌حداقل ۶۰ دقیقه هر ۶ ساعت یا ۱ گرم‌حداقل طی ۱۰۰ دقیقه هر ۱۲ ساعت‌مصـرف می‌شود. برای پیشگیری ازآندوکاردیت در بیمارانی که نسبت به‌پنی‌سیلین حساسیت دارند یا اینکه در ماه‌گذشـته بیش از یـک بـار پنی‌سـیلین دریافت‌داشـته‌اند، وانکومایسـین بـه مقـدار ۱ گرم طی‌حـداقل ۱۰۰ دقیقـه بصـورت انفوزیون‌آهسته وریدی تزریق می‌شود.

کودکـان این دارو از راه انفوزیون آهسـته‌وریدی در نوزادان تـا سن یـک هفته ابتـدا۱۵ mg/kg و بعد ۱۰ mg/kg هر ۱۲ ساعت ودر نوزادان با سن ۱-۴ هفته ابتدا ۱۵ mg/kgو سپس ۱۰ mg/kg هر ۸ ساعت و درکودکان یک ماهه و بزرگتر ۱۰ mg/kg هر ۶ساعت مصـرف می‌شـود. مقـدار مصـرف این‌دارو برای پیشـگیری از آنـدوکاردیت درکودکـان بـا سن کمتـر از ۱۰ سـال ۲۰ mg/kgاست که همراه با ۲ mg/kg جنتامایسین‌مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰۰ mg

ZIDOVUDINE

موارد مصرف زیدوودین در درمان عفونت‌ناشی از ویروس HIV، مانند سندرم نقص‌اکتسابی سیستم ایمنی (AIDS) و پیشگیری‌از انتقال نارسایی ایمنی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: زیدوودین با مهار آنزیم‌کریپتاز معکوس ویروسی تکثیر ویروس‌را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک جذب دارو از مجرای‌گوارش سریع و تقریب ?کامل است هر چندبه علت متابولیسم عبور اول در کبد، فراهم‌زیستی دارو حدود ۶۵ درصد می‌باشد.مصرف غذای چرب باعث کاهش میزان وسرعت جذب دارو می‌شود. دارو از سدخونی ـ مغزی عبور می‌کند. این دارو ازجفت عبور می‌کند. متابولیسم دارو کبدی‌است نیمه عمر آن ۱ ساعت و دفع آن‌کلیوی است غلظت دارو ۱/۵ ـ ۰/۵ ساعت‌پس از مصرف به حداکثر می‌رسد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران مبتلا به کاهش‌فعالیت مغز استخوان کبود اسید فولیك یاویتامین B۱۲ و عیب کار کبد، باید با احتیاطفراوان مصرف شود.

۲ ـ این دارو سبب درمان عفونت HIVنمی‌شود و بیمار باید در مقابل عفونت‌های‌فرصت‌طلب توسط داروهای ضدعفونت‌درمان شود.

۳ ـ بیماران مبتلا به کم‌خونی یاگرانولوسیتوپنی قابل توجه ممکن است‌نیاز به کاهش مقدار مصرف دارو داشته‌باشند تا مغز استخوان بحال عادی‌برگردد.

۴ ـ در بیمارانی که ۶ ماه یا بیشتر دارومصرف کرده‌اند، HIV مقاوم به دارومشاهده شده است

۵ ـ دارو باعث کاهش خطر انتقال HIVناشی از تماس جنسی یا آلودگی خون‌نمی‌شود، اما در پیشگیری از انتقال آن ازمادر به جنین مؤثر است

۶ ـ با پیشرفت بیماری و مقادیر مصرف‌بالای دارو، عوارض خونی بیشتر است به‌همین دلیل شمارش سلولهای خون وبررسی کار کبد در طول درمان لازم است

۷ ـ گرانولوسیتوپنی و کم‌خونی با تعدادلنفوسیت‌های CD۴، غلظت هموگلوبین وتعداد گرانولوسیت‌ها در شروع درمان‌نسبت معکوس داشته و بطور مستقیم‌بسته به مقدار مصرف و دوره درمان‌است کم‌خونی قابل توجه عموم ?۴-۶ هفته‌بعد از درمان دیده می‌شود.

۸ ـ کم‌خونی بیمار با قطع یا کاهش مقدارمصرف دارو معمولا بهبود می‌یابد، هر چندبا مقدار مصرف کمتر ممکن است نیاز به‌انتقال خون و یا مصرف اریتروپویتین‌باشد. در بیمار مبتلا به گرانولوسیتوپنی‌ممکن است نیاز به وقفه درمان یا درمان با GM-CSFباشد.

عوارض جانبی کم‌خونی کاهش گلبولهای‌سفید یا نوتروفیل‌ها، تغییر در تعدادپلاکت‌ها، سردرد شدید، بی‌خوابی دردعضلانی و تهوع از عوارض جانبی مهم ونسبت ?شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌زیدوودین با داروهای کاهنده فعالیت مغزاستخوان ممکن است سبب تشدید اثرات‌این داروها شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو بیش ازمقدار تجویز شده نباید مصرف شود.

۲ ـ دوره درمان باید کامل گردد.

۳ـ مراجعه منظم به پزشک به منظور انجام‌آزمون‌های خون ضروری است

۴ـ از مصرف همزمان سایر داروها بدون‌مشورت با پزشک باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان بصورت تک درمانی درعفونت HIV به میزان ۱۰۰ میلی گرم هر ۴ساعت (۶۰۰mg/day) مصرف می‌شود ودر عفونت بدون علائم ۱۰۰ HIV میلی گرم‌هر ۴ ساعت در زمان بیداری (۵۰۰mg/day)مصرف می‌شود. زیدوودین همچنین درمقادیر ۲۰۰ میلی گرم هر ۸ ساعت بکارمی‌رود. در پیشگیری از HIVمنتقل شده ازمادر به جنین مقدار ۱۰۰ میلی گرم پنج باردر روز بعد از هفته ۱۴ آبستنی شروع و تازمان زایمان ادامه می‌یابد.

کودکان در عفونت HIV در کودکان ۳ ماهه‌تا ۱۲ ساله ۹۰ - ۱۸۰mg/m۲ هر ۶ ساعت‌مصرف می‌شود. مقدار مصرف نباید از ۲۰۰ میلی گرم هر ۶ ساعت بیشتر شود. درکودکان مبتلا به گرانولوسیتوپنی ممکن‌است نیاز به کاهش مقدار مصرف تا ۱۲۰ mg/m۲ هر ۶ ساعت باشد. درپیشگیری از انتقال عفونت HIV مادر به‌نوزاد، مقدار مصرف نوزادان ۲ mg/kg هر۶ ساعت است که طی ۱۲ ساعت بعد از تولدشروع و تا ۶ هفتگی ادامه می‌یابد. مقدارمصرف در کودکان ۱۳ سال و بزرگتر،مانند بزرگسالان است

اشکال دارویی

Capsule: ۱۰۰ mg, ۲۵۰ mg

Syrup: ۵۰ mg/۵ml

ASPARAGINASE

موارد مصرف آسپاراژیناز در درمان‌لوسمی حاد لنفوسیتیک بکار می‌رود.همچنین در درمان لوسمی حاد میلوسیتیک‌و میلومنوسیتیک لنفوماهای هوچکینی وغیرهوچکینی و ملانوسارکوما مصرف‌شده است

مکانیسم اثر: آسپاراژیناز آنزیمی است که‌باعث تجزیه آسپاراژین به اسید آسپارتیک‌و آمونیاک می‌شود. بعضی از سلولهای‌بدخیم برخلاف سلولهای سالم بدن قادر به‌سنتز آسپاراژین نیستند. آسپاراژیناز درسنتز پروتئین RNA,و DNA مداخله‌می کند.

فارماکوکینتیک به میزان خیلی کم از سدخونی ـ مغزی عبور می کند. توسط سیستم‌رتیکولواندوتلیال متابولیزه می‌شود. نیمه‌عمر تزریق عضلانی ۳۹-۴۹ ساعت وتزریق وریدی ۸-۳۰ ساعت می‌باشد.۲۳-۳۳ روز بعد از قطع درمان دارودوباره در خون ظاهر می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود یاسابقه پانکراتیت نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت بروز پانکراتیت درمان با دارو باید برای همیشه قطع شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی وآنافیلاکسی کاهش فاکتورهای انعقادی‌پلاسما، سمیت کبدی (ازجمله تغییرات‌چربی ، التهاب لوزالمعده تهوع استفراغ ودپرسیون CNS از عوارض جانبی مهم ونسبت ?شایع دارو هستند.

تداخل‌های داروئی دارو با وینکریستین گلوکو کورتیکوئیدها یا کورتیکوتروپین آلوپورینول کلشی‌سین متوترکسات انسولین یا داروهای خوراکی کاهش‌دهنده‌قند خون تداخل دارد.

نکات قابل توصیه با توجه به واکنش‌حساسیت مفرط بدارو، قبل از اولین تجویزو مواقعی که یک هفته یا بیشتر بین دوتزریق فاصله باشد،انجام آزمون داخل‌جلدی توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در لوسمی حاد لنفوسیتیک‌مقدار ۲۰۰ IU/kg/day بصورت وریدی‌بمدت ۲۸ روز مصرف می‌شود.

کودکان ۶۰۰۰ IU/m۲/day بصورت‌عضلانی در روزهای ۴، ۷، ۱۰، ۱۳، ۱۶، ۱۹،۲۲، ۲۵، ۲۸ درمان همراه با وینکریستین وپردنیزون بکار می‌رود و یا ۱۰۰۰IU/kg/day بصورت وریدی بمدت ۱۰ روز دربیست و دومین روز درمان همراه باوینکریستین و پردنیزون بکار می‌رود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰,۰۰۰ IU

BLEOMYCIN

موارد مصرف بلئومایسین در درمان‌سرطان سلولهای سنگفرشی سر و گردن گلو، سرویکس پوست کلیه مهبل و بیضه‌بکار برده می‌شود. این دارو همچنین ممکن‌است در افوزیونهای بدخیم پریتونال وپلورال و در درمان لنفوم هوچکینی وغیرهوچکینی موثر باشد.

مکانیسم اثر: بلئومایسین یک آنتی‌بیوتیک‌است که اثر خود را هم بر روی سلولهای‌قابل تقسیم و هم سلولهایی که در حال رشدنیستند می گذارد. مکانیسم احتمالی آن‌تداخل در فاز G۲ تقسیم سلولی وجلوگیری از رشد سلول سرطانی است

فارماکوکینتیک بعد از تزریق عضلانی وداخل صفاقی بخوبی جذب می گردد. محل‌متابولیسم آن کاملا مشخص نیست ولی‌بنظر می‌رسد که در کبد و کلیه صورت‌می گیرد و از طریق کلیوی هم دفع

می گردد.

عوارض جانبی ایدیو سنکرازی و سمیت‌ریوی با مصرف طولانی مدت بلئومایسین‌بروز می کند. مهمترین عارضه ایجادسوختگی و زخم در محل تزریق است سندرم رینود نیز در بعضی موارد دیده‌می‌شود. ممکن است ریزش مو، تب و لرزنیز در بیمار تحت درمان دیده شود.

تداخل‌های داروئی مصرف توأم باسیس‌پلاتین باعث تأخیر در دفع‌بلئومایسین می گردد و سمیت آنرا افزایش‌می‌دهد. مصرف وینکریستین قبل از تجویزبلئومایسین باعث حساس شدن بافت‌سرطانی به بلئومایسین می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ محلول بلئومایسین‌استریل را می‌توان توسط محلول‌دکستروز و یا کلرورسدیم رقیق و سپس‌مصرف نمود.

۲ ـ بدلیل احتمال بروز ایدیوسنکرازی بیمار ۴ ساعت قبل از مصرف دارو توسطیک واحد از بلئومایسین تست گردد.

۳ ـ برخی از پزشکان جهت جلوگیری از تب‌و لرز آنافیلاکسی از داروهای استروئیدی استامینوفن و دیفن‌هیدرامین استفاده‌می کنند.

مقدار مصرف در بیماری هوچکین سرطان سلولهای سنگفرشی لنفوسارکوما و سرطان بیضه بصورت‌داخل عضلانی وریدی و زیرجلدی

۰/۲۵–۰/۵ u/kg و یا ۱۰–۲۰ u/m۲ یک و یادو بار در هفته و یابصورت انفوزیون‌داخل وریدی بطور مداوم ۰/۲۵ u/kg و یا۱۵ u/m۲ در یک روز بمدت ۴ تا ۵ روزتجویز می گردد.

در سرطان سلولهای سنگفرشی سر وگردن و همچنین در سرطان رحم از

راه انفوزیون در شریان موضعی ۳۰–۶۰u/day در مدت ۱–۲۴ ساعت‌مصرف می گردد. در ترشحات ناشی ازتومورهای بدخیم ۱۵–۱۲۰ واحد در ۱۰۰میلی‌لیتر محلول تزریقی کلرورسدیم قطره‌قطره داخل جنب تزریق و پس از ۲۴ ساعت‌خارج می گردد.

به عنوان مقدار مصرف نگهدارنده دربیماری هوچکین بصورت داخل عضلانی‌و یا وریدی یک واحد در روز و یا ۵ واحددر هفته

مصرف می‌شود.

در درمان زگیل معمولی این دارو

بصورت داخل ضایعه به مقدار ۰/۲–۰/۸واحد (بسته به اندازه ضایعه یک و

یا دو بار در فواصل ۲–۴ هفته‌ای تا

حداکثر مقدار مصرف ۲ واحد مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Injection (as sulfate): ۱۵ U

BUSERELIN

موارد مصـرف بوسرلین در درمان‌کارسینومای پیشرفته پروستات مصرف‌می‌شود. این دارو همچنین بعنوان محرک‌تخمک‌گذاری در روش تلقیح مصنوعی‌برای IVF نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: بوسـرلین آنالوگ صناعی LHRHاست این دارو ابتـدا باعث تحریک‌آزادسازی LH و FSH از هیپوفیز قدامی‌می‌شود که این دو نیز بـاعث افزایش سـریع‌غلظت تسـتوسترون می‌شونـد امـا ادامه‌مصـرف آن در درمان کارسینومای‌پروسـتات باعث کاهش ترشح LH و FSH ومتعاقب ?باعث کاهش غلظت تستوسترون‌می‌شود.

فارماکوکینتیـک بوسـرلین بصورت‌متـابولیت از طریق ادرار دفع می‌شود نیمه‌عمر پلاسـمایی آن ۳–۶ دقیقـه است و به غیراز هیپـوفیز قدامی شش و کلیه در بافت‌دیگری تجمع نمی‌یابد.

هشدارها: طی ماه اول درمان بیمار باید ازنظر خطر انسداد حالب و اختلالات نخاعی‌تحت مراقبت باشد.

عوارض جانبی افزایش درد اسـتخوان بی‌حسـی دستها و پاها، اشکال در دفع ادرارو احساس ضعف در پا، ناتوانی جنسی گرگرفتگی خارش قرمزی یا تورم درناحیه تزریق اسـهال کاهش اشـتها، تهوع یااسـتفراغ تورم و حساس‌تر شدن سینه وتورم پا از عوارض جانبی مهم دارو هستند.

نکات قابل توصیه طی درمان با دارو غلظت‌پلاسمایی تستوسترون بیمار بایداندازه‌گیری شود.

مقدار مصـرف در کارسینومای پروستات۰/۵ میلی‌گرم بصورت تزریق زیرجلـدی هرهشت ساعت یکبار به مـدت هفت روزمصـرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده۰/۲ میلی‌گرم بصورت تزریق زیر جلدی‌یکبار در روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection (As Acetate): ۱ mg/ml

Nasal Spray

BUSULFAN

موارد مصرف بوسولفان در درمان لوسمی‌میلوسیتیک مزمن بکار می‌رود و در درمان‌لوسمی میلوسیتیک حاد نیز مصرف شده‌است

مکـانیسم اثر: بوسولفـان در چرخـه سـلولی‌بطور غیر اختصاصـی عمـل و باالکیلاسـیون و اتصـال به زنجیره DNAبـاعث مهار فعالیت DNA می‌شود.

فارماکوکینتیک بوسولفان بطور کامل ازمجرای گوارش جذب می‌شود. متابولیسم‌آن کبدی و سـریع است و پاسخ بالینی داروومعمولا ۱–۲ هفته بعد از شروع درمان آغازمی‌شود. دفع آن کلیوی و آهسته و عمدت?بصورت متابولیت است

هشدارها: ۱ ـ اندازه گیری هماتوکریت وهموگلوبین و شمارش لکوسیت قبل ازشروع و در فواصل درمان بدلیل مهاردیررس و شدید فعالیت مغز استخوان‌ناشی از بوسولفان باید انجام شود.
۲ ـ بدلیل اثرات دیررس دارو، به محض‌مشاهده اولین علائم کاهش شدید وناگهانی لکوسیتها (بخصوص گرانولوسیتها)، درمان قطع و یا مقدارمصرف دارو کاهش داده شود تا از اثرات‌غیرقابل برگشت کاهش فعالیت مغزاستخوان جلوگیری شود.
۳ ـ دارو می‌تواند باعث دیسپلازی سلولی‌در بسیاری از بافتها مثل ریه عقده‌های‌لنفی پانکراس تیروئید، غده فوق کلیه کبد،مغز استخوان مثانه پستان و دهانه رحم‌شود.
۴ ـ با بروز اولین علامت فیبروز ریوی‌مصرف دارو باید قطع شود.
۵ ـ مصرف بوسولفان به تنهایی منجر به‌مسمومیت کبدی نمی‌شود ولی مصرف‌مداوم آن با تیوگوانین باعث بروز واریس‌مری و آسیب عملکرد کبد می‌شود. همچنین‌مقادیر مصرف بالای دارو باعث بروزتشنج می‌شود.
عوارض جانبی آنمی لکوپنی یا عفونت ترومبوسیتوپنی دیسپلازی ریه فیبروزریه هیپراوریسمی یا نفروپاتی ناشی از اسیداوریک استئوماتیت آمنوره ومهار تخمدان و سیاه شدن پوست ازعوارض جانبی مهم و نسبت ?شایع دارومی‌باشند.
نکات قابل توصیه لکوپنی معمولا ۱۰–۱۵روز پس از درمان بروز و تعدادگویچه‌های سفید در روز ۱۱–۳۰ درمان به‌حداقل می‌رسد. این کاهش ممکنست تا یک‌ماه پس از قطع مصرف دارو هم ادامه‌داشته باشد، ولی معمولاً طی ۱۲–۲۰ هفته‌بهبود می‌یابد.
مقدار مصرف
بزرگسالان در درمان لوسمی میلوسیتیک‌مزمن ابتدا ۱/۸ mg/m۲/day یا
۰/۰۶ mg/m۲/day تا زمانی که تعدادگویچه‌های سفید کمتر از ۱۵۰۰۰ عدد
در هر میلی‌متر مکعب برسد، مصرف‌می‌شود. محدوده معمول مقدار مصرف
۴–۸ mg/day است ولی ممکن است از۱–۱۲ mg/day تغییر کند. در شمارش‌ماهانه زمانی که تعداد گویچه‌های سفید به ۵۰۰۰۰ عدد در هر میلی‌متر مکعب برسد،درمان از سر گرفته می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده ۱–۳ mg/day می‌باشد.مقدار مصرف نگهدارنده فقط در مواردی‌توصیه می‌شود که بهبودی بیمار بیشتر از۳ ماه دوام نیاورد.
کودکان در لوسمی میلوسیتیک مزمن
ابتدا ۰/۰۶–۰/۱۲ mg/kg/day یا
۱/۸–۴/۶ mg/m۲/day تجویز می‌شود.مقدار مصرف باید طوری تنظیم شود که‌تعداد گویچه‌های سفید تا حدود ۲۰۰۰۰عدد در هر میلی‌متر مکعب خون کاهش یابدو در همین سطح بماند.
اشکال دارویی
Tablet: ۲ mg

CARBOPLATIN

موارد مصرف کربوپلاتین در درمان‌کارسینومای تخمدان ریه سر و گردن بیضه و سمینوما مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: کربوپلاتین احتمالاً مانع جداشدن دو رشته DNA از یکدیگر و تداخل باعملکرد آن می‌شود. کربوپلاتین در چرخه‌سلولی بطور غیراختصاصی عمل می‌کند.
فارماکوکینتیک نیمه عمر اولیه پلاسمایی آلفا) ۱/۱ تا ۲ ساعت و نیمه عمر پلاسماییپس از توزیع مجدد (بتا) ۲/۶ تا ۵/۹ ساعت‌است دفع دارو کلیوی است

عوارض جانبی کم‌خونی کاهش گلبولهای‌سفید خون و درد در ناحیه تزریق ازعوارض شایع دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ توصیه می‌شودکربوپلاـتین برای بیمارن بستری دربیمارستان و تحت مراقبت پزشک‌متخصص تجویز شود. ضمن ?تسهیلات‌لازم برای درمان واکنش آنافیلاکتیک‌احتمالی باید در دسترس باشد.

۲ ـ مقدار مصرف نگهدارنده باید برای هربیمار بصورت انفرادی و با توجه به‌پاسخ‌های بالینی و تغییرات هماتولوژیک‌بیمار و ظهور یا شدت سمیت دارو تعیین‌شود.

۳ ـ توصیه می‌شود انفوزیون وریدی کربوپلاتین طی ۱۵-۶۰ دقیقه انجام شود.ضمن ?کربوپلاتین از طریق انفوزیون‌مداوم وریدی طی ۲۴ ساعت قابل تجویزاست

۴ ـ تقسیم مقدار مصرف تام روزانه به ۵قسمت ممکن است شدت تهوع و استفراغ راکاهش دهد.

مقدار مصرف مقدار مصرف اولیه درکارسینومای تخمدان ۲۵۰ mg/m۲ است مقدار مصرف با توجه به کلیرانس کرآتینین تنظیم می گردد. مقدار مصرف‌نگهدارنده بر مبنای تعداد پلاکت وگلبولهای سفید خون بیمار تنظیم

می گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

CARMUSTINE

موارد مصرف کارموستین در درمان‌تومورهای اولیه مغز، لنفوم‌های هوچکینی‌و غیرهوچکینی و میلوم مولتیپل مصرف‌می‌شود و ممکن است در درمان‌کارسینومای کبد و گوارش و ملانومای‌بدخیم نیز مؤثر باشد.

مکانیسم اثر: کارموستین یک عامل آلکیله‌کننده است که می‌تواند DNA و RNA راآلکیله کند.

فارماکوکینتیک کارموستین از سد خونی ـمغزی می گذرد. متابولیسم آن کبدی استو بطور عمده از کلیه دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ کارموستین در صورت‌وجود ضعف مغز استخوان عیب کارریه‌هاو عیب کار کلیه باید با احتیاطفراوان تجویز شود.

۲ ـ احتمال بروز مقاومت متقاطع

بین لوموستین و کارموستین وجود

دارد.

عوارض جانبی کاهش گلبولهای سفید خون‌یا عفونت التهاب ورید، پنومونی یا فیبروزریوی و کاهش پلاکتهای خون از عوارض‌شایع کارموستین هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به‌منظور جلوگیری ازضعف مغزاستخوان ناشی از کارموستین دوره‌های درمانی با آن حداقل باید شش‌هفته فاصله داشته باشد.

۲ ـ مقدار مصرف دارو باید طی ۱-۲ ساعت‌انفوزیون گردد تا مانع بروز التهاب درمحل تزریق گردد.

۳ ـ کارموستین را می‌توان بصورت تزریق‌داخل شریان کبدی نیز مصرف کرد.

مقدار مصرف برای درمان تومورهای‌مغزی کارسینوم دستگاه گوارش

لنفوم هوچکینی یا غیر هوچکینی میلوم‌مولتیپل یا ملانومای بدخیم مقدار ۱۵۰-۲۰۰mg/m۲ به صورت مقدار واحدهر ۶-۸ هفته یا ۷۵-۱۰۰ mg/m ۲ طی دوروز متوالی هر ۶ هفته یا ۴۰ mg/m ۲ طی ۵روز متوالی هر ۶ هفته تزریق وریدی‌می‌شود. مقدار مصرف دارو باید بر مبنای‌تعداد گلبولهای سفید خون یا پلاکت‌هاتنظیم گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg

CHLORAMBUCIL

موارد مصرف کلرامبوسیل در درمان‌لوسمی و لنفوم‌های هوچکینی وغیرهوچکینی مصرف می‌شود. این دارو به‌عنوان کاهنده فعالیت سیستم ایمنی نیزمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلرامبوسیل بطورغیراختصاصی بر چرخه سلولی تأثیرگذارده و برای سلولهایی که در حال تکثیرنیستند. نیز سمی است فارماکوکینتیک کلرامبوسیل به خوبی و باسرعت از مجرای گوارش جذب می‌شود.متابولیسم آن کبدی و نیمه عمر آن تقریب? ۵ساعت است حداکثر غلظت پلاسمایی داروپس از یک ساعت بوجود می‌آید. اثردرمانی آن معمولا پس از ۳-۴ هفته ظاهرمی‌شود. دفع این دارو کلیوی است

عوارض جانبی عمده‌ترین عارضه جانبی کلرامبوسیل تضفیف مغز استخوان است لکوپنی نوتروپنی ترومبوسیتوپنی کاهش‌ایمنی بروز عفونت از عوارض شایع این‌دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف مایعات کافی‌و یا تجویز آلوپورینول از بروز سمیت‌کلیوی ناشی از بالا رفتن اسیداوریک دربیماران مبتلا به لوسمی و لنفوم جلوگیری‌می‌کند.

۲ ـ در صورت بروز سمیت تنفسی یا ایجادبثورات جلدی شدید لازم است مصرف‌دارو قطع گردد.

۳ ـ با توجه به احتمال بروز تضعیف مغزاستخوان کلرامبوسیل باید به فاصله ۴-۶هفته از تجویز پرتو درمانی یا سایرداروهای شیمی درمانی مورد مصرف‌قرار گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان درمان لوسمی لنفوسیتیک‌مزمن لنفوم‌های هوچکینی و غیر هوچکینی‌در شروع درمان۰/۱-۰/۲mg/kg (معمولا ۴تا ۱۰ میلی‌گرم یک یا چند بار در روزمصرف می‌شود. درمان متناوب به فاصله‌دو هفته باعث کاهش عوارض خونی دارومی‌گردد در این صورت مقدار مصرف اولیه۰/۴ mg/kg می‌باشد که هر دو هفته یکبار تا۰/۱ mg/kg قابل افزایش است تا میزان موثریا سمی دارو حاصل شده و به این ترتیب‌مقدار مصرف دارو تنظیم می‌گردد.

به‌عنوان کاهنده ایمنی در درمان‌سندرم نفروتیک ۰/۲ mg/kg ـ ۰/۱ یکبار درروز به مدت ۱۲ ـ ۸ هفته مصرف می‌شود.حداکثر میزان مصرف این دارو ۱۴mg/kgو حداکثر دوره درمان ۱۲ هفته می‌باشد.برخی از پزشکان میزان مصرف را۸/۲mg/kg و حداکثر دوره درمان را شش‌هفته توصیه می‌کنند.

کودکان در لوسمی لنفوسیتیک مزمن لنفوم‌های هوچکینی ۰/۱-۰/۲ mg/kg یک یاچند بار در روز مصرف می‌شود. میزان‌مصرف به عنوان کاهنده ایمنی در سندرم‌نفروتیک مشابه مقدار مصرف بزرگسالان‌است

اشکال دارویی

Tablet: ۲ mg

(CHLORMETHINE (NITROGEN MUSTARD

موارد مصرف این دارو در بیماریهای‌سرطان ریه لوسمی (لنفوسیتیک مزمن ولوسمی میلوسیتیک مزمن ، لنفوم‌هوچکینی (و بعضی از انواع غیرهوچکینی ، ترشحات ناشی از توموربدخیم میکوزفونکوئید و پلی سیتمی ورابکار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با ایجاد اتصال بین‌دو رشته DNA و نیز RNA موجب مهارساخت پروتئین‌ها و نهایت ?مرگ سلول‌می گردد.
فارماکوکینتیک کلرمتین بسرعت توسطمایعات بدن غیرفعال و بعد از تزریق داخل‌حفره‌ای بطور ناقص جذب می گردد. این‌دارو بسرعت توسط بافتها و مایعات بدن‌خنثی و اثر آن طی چند ثانیه تا چند دقیقه‌ظاهر می‌شود.

هشدارها: در موارد زیر دارو باید با احتیاطتجویز گردد:

۱ ـ کاهش فعالیت مغز استخوان افرادی که‌سابقه تومور مغز استخوان و یا عفونتهای‌شدید و گسترده داشته‌اند.

۲ ـ این دارو احتمالا باعث تضعیف گنادهادر هر دو جنس می گردد.

عوارض جانبی تب لرز و یا گلو درد، وقفه‌در فعالیت اندامهای تناسلی بثورات‌ناگهانی کاهش شنوایی و زنگ زدن گوش‌از عوارض جانبی شایع این دارو می‌باشند.

تداخل‌های داروئی کلرمتین ممکن است‌غلظت خونی اسیداوریک را افزایش دهد.بنابراین اگر همزمان با آلوپورینول وکلشی‌سین مصرف شود، تنظیم مقدارمصرف داروهای ضد نقرس ضروری‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ احتمال بروز مکررتهوع استفراغ و کاهش اشتها وجود داردولی درمان را با وجود این عوارض بایدادامه داد.

۲ ـ در صورت بروز خونریزی غیرطبیعی دفع دشوار ادرار، مدفوع سیاه‌رنگ ووجود نقاط قرمز رنگ در روی پوست‌حتم ?پزشک باید در جریان قرار گیرد.

۳ ـ از استنشاق و تماس چشمی و خوراکی‌با دارو خودداری گردد و در صورت تماس‌فور ?محل با آب برای حداقل ۱۵ دقیقه وسپس با محلول ۲٪ تیوسولفات سدیم‌شسته شود.

مقدار مصرف بصورت تجویز وریدی مقدار ۰/۴ mg/kg/day بصورت یک جا یا در۲-۴ مقدار منقسم متوالی مصرف می‌شود.در تجویز داخل حفره‌ای میزان ۰/۴ mg/kgیا بصورت داخل پریکارد مقدار ۰/۲ mg/kgمصرف می‌شود. این مقدار در افرادی که‌قبلا تحت درمان با دیگر داروهای سمی‌برای سلول قرار گرفته‌اند. به۰/۲-۰/۳mg/kg/day کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg

CISPLATIN

موارد مصرف سیس‌پلاتین در درمان‌کارسینومای مثانه تخمدان و بیضه‌مصرف می‌شود. همچنین این دارو دردرمان کارسینوم‌های قشر غده فوق کلیه پستان رحم دستگاه گوارش ریه پروستات سرو گردن و تومورهای germcell، نوروبلاستوما و اوستئوسارکومامصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سیس‌پلاتین مشابه عوامل‌الکیله کننده عمل می کند و احتمالا از طریق‌ایجاد اتصال بین رشته‌های DNA و نیزRNA، در عملکرد آنها تداخل می کند.

فارماکوکینتیک سیس‌پلاتین به سرعت ازطریق واکنش‌های غیر آنزیمی هیدرولیزمی‌شود. از سد خونی ـ مغزی براحتی‌عبور نمی‌کند. نیمه عمر آن حدود یک‌ساعت است دفع آن عمدت ?کلیوی است‌ولی پلاتین ناشی از هیدرولیز دارو ممکن‌است تا ۴ ماه در بافت‌ها باقی بماند.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به نارسائی شنوائی باید با احتیاطفراوان صورت گیرد.

۲ ـ اثرات سوء دارو بر روی شنوائی‌درکودکان ممکن است شدیدتر باشد.

۳ ـ طی مصرف دارو، ارزیابی نورولوژیک‌و میزان شنوائی بیمار باید انجام شود.

عوارض جانبی کم خونی ثانویه نوتروپنی ترومبوسیتوپنی سمیت کلیوی افزایش‌اسید اوریک خون یا نفروپاتی ناشی ازاسید اوریک و سمیت شنوائی از عوارض‌شایع سیس‌پلاتین هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌سیس‌پلاتین با داروهای سمی برای کلیه یاسیستم شنوائی باعث تشدید عوارض‌جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ انفوزیون وریدی‌مایعات به مقدار زیاد هنگام تجویزسیس‌پلاتین باعث کاهش سمیت کلیوی یاشنوائی ناشی از دارو می‌گردد. همچنین‌افزایش میزان ادرار قبل و طی درمان بادارو، کمک بسیار زیادی به کاهش عوارض‌جانبی دارو می‌کند.

۲ ـ انفوزیون آهسته وریدی سیس‌پلاتین‌طی ۱–۵ روز کمتر باعث تهوع و استفراغ‌می‌شود، ولی تأثیری روی میزان بروزسمیت کلیوی یا شنوائی ندارد.

۳ ـ برای جلوگیری از سمیت کلیوی‌تجمعی توصیه می‌شود مصرف مجدددارو حداقل ۳–۴ هفته بعد از مصرف اولیه‌صورت گیرد.

مقدار مصرف در درمان تومورهای‌متاستاز یافته بیضه ۲۰ mg/m۲ در روز به‌مدت ۵ روز مصرف می‌شود. در درمان‌تومورهای متاستاز یافته تخمدان

۵۰ mg/m۲ هر ۳ هفته یکبار همراه بادوکسوروبیسین یا ۱۰۰ mg/m۲ به تنهائی‌هر ۴ هفته یکبار تزریق وریدی می‌شود. دردرمان سرطان پیشرفته مثانه مقدار ۵۰–۷۰ mg/m۲ هر ۳–۴ هفته تزریق وریدی‌می‌شود. مقدار مصرف دارو در یک دوره‌درمانی نباید از ۱۲۰ mg/m۲ بیشتر شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg, ۱۰ mg, ۵۰ mg

CLADRIBINE

موارد مصرف کلادریبین در درمان لوسمی hairy cell بکار می‌رود و در درمان لوسمی‌لنفوسیتیک مزمن لنفوم‌های غیرهوچکینی‌و ماکروگلوبولینمی والدنستروم نیزمصرف شده است

مکانیسم اثر: متابولیت‌های فسفریله شده‌کلادریبین در لنفوسیت‌ها و منوسیتهاتجمع یافته و این سلولها را از بین می‌برند. اثر دارو در چرخه سلولی غیراختصاصی بوده و به میزان یکسانی درمرحله تقسیم و استراحت لنفوسیتها اثرمی‌کند.

فارماکوکینتیک کلادریبین از سد خونی ـمغزی عبور می‌کند. متابولیسم داروسلولی است در انفوزیون مداوم وریدی‌نیمه عمر توزیع دارو حدود ۳۰ دقیقه ونیمه عمر نهایی آن ۷ ساعت است

هشدارها: ۱ ـ دارو به میزان قابل

توجهی برای سلولهای خون ساز سمیت‌دارد.

۲ ـ در صورت بروز سمیت عصبی مصرف‌دارو قطع شود.

۳ ـ شروع دروه‌های بعدی درمانی باکلادریبین با احتیاط فراوان و در صورتی‌است که اثرات خونی دوره قبلی از بین رفته‌باشد.

عوارض جانبی کم‌خونی شدید، عفونت نوتروپنی شدید، بثورات پوستی ترومبوسیتوپنی سرفه تورم فلبیت کوتاه شدن نفس درد معده تاکیکاردی بی‌اشتهایی سردرد، تهوع و استفراغ وخستگی غیرعادی از عوارض جانبی مهم ونسبت ?شایع دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در دو هفته اول‌درمان لوسمی hairy cell، کم خونی نوتروپنی و ترومبوسیتوپنی بدترمی‌شود، سپس علائم بهبود می‌یابد.

۲ ـ طی یک ماه اول درمان بدلیل کم خونی‌ممکن است نیاز به انتقال خون باشد. زمان‌متوسط برای بازگشت هموگلوبین به‌میزان

طبیعی ۸ هفته است

۳ـ تب بین روزهـای پنجم و هفتم درمـان ویا کمی دیرتر بروز می‌کنـد و معمولا درلوسـمی hairy cell دیده می‌شود. درصورت بروز تب بیمار از نظر عفونت‌بررسـی می‌شود. عفونت بدلیل کاهش‌منوسـیت‌هاست و ۶-۱۲ ماه بعد تعدادمنوسـیت‌ها به میزان طبیعی بر می گردد.

۴ـ زمان متوسط برای بازگشت تعدادپلاکت‌های کاهش یافته به میزان طبیعی بدلیل ترومبوسـیتوپنی ناشـی از دارو) ۱۲روز است در موارد غیر از لوسمی hairycell، این زمان طولانی‌تر بوده و کاهش‌مقدار مصرف و تکرار دوره درمان ممکن‌است نیاز باشد.

مقدار مصرف در درمان لوسمی hairy cellبصورت انفوزیون وریدی مداوم۰/۱ mg/kg/day بمدت ۷ روز مصرف‌می‌شود. در این بیماری بطور معمول فقطیک دوره درمان کافی است

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/۱۰ ml

CYCLOPHOSPHAMIDE

مـوارد مصــرف سیکلوفسـفامید در درمان‌لوسـمی لنفوبلاسـتیـک حـاد، لوسمی‌مونوسـیتیک حـاد، لوسـمی میلوژنـوس حـاد،لوسـمی گرانولوسیتیک مزمن آدنوکارسینومای تخمدان سرطان پستان سرطان ریه سرطان آندومتر،میلوم‌مولتیپل انواع لنفوما و در تومورویلمز بکار می‌رود و به عنوان داروی‌کمکی جهت کاهش فعالیت سیسـتم ایمنی‌بدن برای جلوگیری از پس زدن پیوند،سـندروم نفروتیک آرتریت روماتوئید ولوپوس اریتماتوز بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: یکی از متابولیتهای‌سیکلوفسفامید همانند داروهای آلکلیه‌کننده عمل می‌کند. اثر سلول‌کش آن عمدت?ناشی از ایجاد اتصال بین دو رشته‌مولکولی DNA و نیز RNA و همچنین مهارساخت پروتئین است

فارماکوکینتیــک سیکلوفســفامید بخـوبی ازدســتگاه گــوارش جــذب می‌گردد. بـه مقدارمحــدودی از ســد خــونی مغزی عبـور می‌کند.متابولیسم آن کبدی است و پس از آن به‌متابولیت‌های فعال تبدیل و نهایت ?از طریق‌کلیه دفع می‌گردد.

عوارض جانبی عوارضـی که بطور معمول‌این دارو از خود نشان می‌دهد شامل‌لکوپنی و یا عفونت که معمولا بدون علامت‌می‌باشد. بـدلیل اثر کاهنـده بر روی غددجنسـی احتمال بروز اختلال در دوران‌قاعدگی وجود دارد که پس از قطع دارورفع می‌گردد. لکوپنی نیز معمولا ۱۷-۲۱روز پس از قطع دارو بهبود می‌یابد.

تداخل‌های داروئی سـیکلو فسفامید اگرهمزمان با آلوپورینول و یا کل شی‌سین‌استفاده شود ممکن است غلظت اسیداوریک خون را بالا ببرد. سیکلوفسـفامید درصورت مصرف همزمان با داروهای ضدانعقاد خوراکی ممکن است فعالیت این‌داروها را به علت کاهش ساخت کبدی‌فاکتورهای پیش‌انعقادی و تداخل با تشکیل‌پلاکت‌ها، افزایش دهد.

مصـرف همزمـان سـیکلو فسـفامید همراه‌سیتارابین بـاعث بروز خطر کاردیومیوپـاتی می‌گردد. اسـتفاده همزمان آن باداروهای دیگر مضعف سیستم ایمنی ممکن‌است به توسعه عفونت و یا سرطان‌بیانجامد.

نکات قابل توصیه ۱ـ در صورت بروزخونریزی حتم ?باید دارو قطع گردد.

۲ـ در صورت کاهش لکوسـیتها و پلاکت‌هادارو باید قطع گردد تا سـطح خونی آنها به‌حد قابل قبولی برسد و سپس می‌توان دارورا در صورت لزوم با مقدار کمتری تجویزنمود.

۳ـ بیمار باید برای جلوگیری از خطرعارضه کلیوی ناشی از افزایش‌اسیداوریک مایعات زیاد مصرف کند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان ضـد سـرطان به‌مقدار ۵-۱ mg/kg/day مصـرف می‌شود.بعنوان کاهنـده ایمنی در درمان آرتریت‌روماتوئید، مقدار ۲-۱/۵ mg/kg/day دارومی‌تواند تا مقدار ۳ mg/kg/day افزایش پیداکند.

کودکـان به عنوان ضـد نئوپلاسم مقدارشـروع ۸-۲ mg/kg/day در مقـادیر منقسم‌بمـدت شـش روز یا بیشتر و مقدارنگهدارنـده ۲/۵ mg/day دو بار در هفته‌می‌باشد. در سندرم نفروتیک به عنوان‌کاهنده ایمنی ۳-۲/۵ mg/kg/day مصرف‌می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به عنوان ضـد سـرطان مقدار ۵۰-۴۰ mg/kg طی ۲-۵ روز تزریق‌می‌شود. مقـدار مصـرف نگهدارنـده آن نیزدر حدود ۱۵-۱۰ mg/day هر ۷-۱۰ روز ویا ۳/۵ mg/day دو بار در هفته بصورت‌وریدی است

کودکان بعنوان ضد سرطان مقدار۸-۲ mg/kg/day در مقادیر منقسم بمدت

۶ روز یا بیشتر تزریق وریدی می‌شود.مقدار نگهدارنده ۱۰ - ۱۵ mg/day هر

۱۰ - ۷ روز یا ۳۰ mg/kg هر ۴ - ۳ هفته‌یکبار یا پس از بازگشت فعالیت مغز

استخوان به حالت عادی است

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰mg, ۵۰۰ mg

Tablet: ۵۰ mg

CYTARABINE

موارد مصـرف سیتارابین در درمان‌لوسـمی لنفوسـیتیک حاد، لوسمی‌میلوسـیتیک حاد، لوسـمی میلوژنوس حاد،لوسـمی میلوسـیتیک مزمن لنفوم حاد غیرهوچکینی در کودکان اریترولوسمی ولنفوم هوچکینی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: سـیتارابین یک آنتی متابولیت‌است و در چرخه سـلولی بطور اختصاصـی‌در مرحله تقسـیم سـلولی عمل می‌کنـد وباعث مهار ساخت DNA و تا حد کمی RNAو پروتئین می‌گردد.

فارماکوکینتیک پس از تزریق وریـدی مقدارمتوسـطی از این دارو از سد خونی ـ مغزی‌عبور می‌کند. متابولیسم آن کبدی بوده ودفع آن عمدت ?کلیوی است

هشدارها: سیتارابین ممکن است باعث‌کاهش فعالیت گنادها گردد که بسته به مدت‌درمان گاهی غیرقابل برگشت می‌باشد.

عوارض جانبی عوارض جانبی سـیتارابین‌بجز تهوع و اسـتفراغ در صورت انفوزیون‌وریـدی افزایش می‌یابنـد. عوارض شایع‌شامل تب لرز و یا گلو درد ناشی از کمبودگویچه‌های سفید و عفونت است همچنین‌خونریزی و کبودی غیرعادی ناشی ازکمی پلاکت‌ها است

تداخل‌های داروئی در صورت مصرف‌همزمان با آلوپورینول و کل شی‌سین نیازبه تنظیم مقدار دارو می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ شروع درمان باسیتارابین باید در بیمارستان و تحت نظرپزشک متخصص انجام گیرد.

۲ ـ مقـدار مصـرف بیشتر سـیتارابین وتزریق سـریع وریـدی بجـای دفعات بیشتر وزمان آهسـته‌تر تزریق اسـتفراغ و تهوع‌بیشتری تولید می‌کند اما عوارض خونی آن‌کمتر است

۳ ـ مصرف زیاد مایعات از تجمع‌اسیداوریک در کلیه جلوگیری می‌کند.

مقـدار مصـرف در درمان لوسمی‌میلوسـیتیک حاد و اریترولوسـمی به عنوان‌مقدار شـروع ۳ mg/kg/day از راه وریـدی بصورت انفوزیـون پیوسـته طی ۲۴ ساعت‌یـا در مقـادیر منقسـم بصـورت تزریـق سـریع‌وریدی برای ۵-۱۰ روز و بـه عنـوان مقدارنگهدارنـد.

۱ mg/kg از طریق زیر جلدی ۱-۲بار در هفته تزریق می‌شود. در درمان‌لوسمی منتژی ۵-۷۵ mg/m۲ از اشکال قابل‌تزریق داخل نخاع دارو، در فواصل متفاوت‌از یکبار در روز بمدت ۴ روز تا هر چهارروز یکبار داخل نخاع تزریق می‌شود. اغلب ۳۰ mg/m۲ هر چهار روز یکبار، تا جایی که‌آزمایشات مایع مغزی ـ نخاعی طبیعی‌شوند، مصرف می‌شود. پس از آن یک‌مقدار مصرف اضافی نیز تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg

DACARBAZINE

موارد مصرف داکاربازین در درمان‌ملانوم بدخیم و لنفوم‌های هوچکینی بکارمی‌رود و در درمان سارکوم‌های بافت نرم‌توصیه شده است

مکانیسم اثر: داکاربازین در چرخه سلولی‌بطور غیراختصاصی عمل و ممکن است‌ساخت DNA و RNA را مهار کند.

فارماکوکینتیک داکاربازین بمیزان کم ازسد خونی ـ مغزی عبور می کند. متابولیسم‌دارو کبدی است نیمه عمر دارو ۵ ساعت‌است که در عیب کار کبد به ۷/۲ ساعت‌می‌رسد. ۴۰٪ داروی تزریق شده طی ۶ساعت از کلیه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت بروز کاهش‌سلول‌های خون درمان را قطع تا میزان‌لکوسیت‌ها و پلاکت‌ها به مقادیر قابل قبول‌بر گردد (یک هفته پس از قطع مصرف داروبه مقدار قابل قبول برمی گردد).

۲ ـ مواد حاصل از تجزیه محلول‌داکاربازین (در اثر نور)، ممکن است باعث‌بروز عوارض جانبی سوزش و درد درناحیه تزریق تهوع استفراغ و مسمومیت کبدی شود.

عوارض جانبی کم‌خونی آسیب‌بافتی ودرد ورید محل تزریق کاهش گلبول‌های‌سفید یا پلاکت‌های خون آنافیلاکسی مسمومیت کبدی استئوماتیت کاهش‌اشتها و تهوع و استفراغ از عوارض جانبی‌مهم و نسبت ?شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان باداروهای مولد دیسکرازی خونی باعث‌تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود.مصرف همزمان با داروهای القاکننده‌آنزیم کبدی باعث کاهش اثرات لازم‌می‌شود.

نکات قابل توصیه دارو بصورت وریدی وترجیح ?انفوزیون وریدی بکار رود.

مقدار مصرف در ملانوم بدخیم مقدار۲-۴/۵ mg/kg/day بمدت ۱۰ روز بصورت‌وریدی هر ۲۸ روز یکبار و یا تا۲۵۰ mg/m۲/day بمدت ۵ روز بصورت‌وریدی هر ۲۱ روز یکبار مصرف می‌شود.در لنفوم‌های هوچکینی مقدار ۱۵۰mg/m۲/day بصورت وریدی بمدت ۵ روز، همراه‌دیگر داروهای ضد سرطان که هر ۲۸ روزتکرار می‌شود و یا تا ۳۷۵ mg/m۲ در روزاول همراه با دیگر داروهای ضد سرطان‌هر ۱۵ روز یکبار مصرف می‌شود.

داکاربازین بمیزان ۸۵۰ mg/m۲/dayبصورت مقدار مصرف واحد هر ۲۱-۴۲روز یکبار نیز مصرف می‌شود که سمیت‌خونی قابل ملاحظه‌ای ندارد، اما تهوع واستفراغ شدیدی ممکن است ایجاد نماید.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg, ۲۰۰ mg

DACTINOMYCIN

موارد مصرف داکتینومایسین در درمان‌سارکوم اوینگ تیروئید و تومورتروفوبلاستیک بکار می رود. همچنین دردرمان کارسینوم

رحم بیضه تومورویلمز، توموتروفوبلاستیک ورابدومیوسارکوما، کارسینوم تخمدان استئوسارکوما، ملانوم بدخیم و سارکوم‌کاپوسی مصرف شده است

مکانیسم اثر: داکتینومایسین بطورغیراختصاصی در چرخه سلولی عمل‌کرده با اتصال به DNA و جایگزینی بین‌دو جفت بازهای آن باعث مهار ساختRAN وابسته به DNA می‌شود.

فارماکوکینتیک دارو از سد خونی ـ مغزی‌عبور نمی‌کند. به میزان کم متابولیزه شده‌و نیمه عمر آن ۳۶ ساعت است دفع داروعمدتا از طریق صفرا می‌باشد و ۳۰٪ داروپس از یک هفته در مدفوع و ادرار قابل‌بازیابی است

هشدارها: ۱ ـ به علت خطر بروز تاولهای‌شدید، دارو نباید زودتر از ۷ـ۵ روز پس ازپرتو درمانی تجویز شود.

۲ ـ پیشنهاد می‌شود در عیب کار کبد

مقدار مصرف دارو به نصف یا کمتر تقلیل‌یابد.

عوارض جانبی کم خونی که ممکن است به‌کم خونی آپلاستیک منجر شود، اشکال دربلع و سوزش سردل قرحه گوارشی یاالتهاب رکتوم کاهش گلبول‌های سفید وپلاکت‌های خون استئوماتیت اولسراتیو،آنافیلاکسی و ترومبوفلبیت از عوارض‌جانبی مهم و نسبت? شایع دارو

می‌باشند.

تداخل‌های داروئی با آلوپورینول کلشی‌سین دوکسوروبیسین و ویتامین Kتداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به محض کاهش‌سلول‌های خون ترومبوسیتوپنی اسهال‌یا استئوماتیت باید درمان را فور ?متوقف‌کرد. با برگشت تعداد پلاکت‌ها ولکوسیت‌ها به مقادیر رضایت‌بخش وبهبود بیمار، میتوان درمان را از سر گرفت

۲ ـ دارو را باید در دوره‌های متناوب کوتاه‌مدت تجویز کرد تا از بروز مسمومیت با آن‌که ۲–۴ روز بعد از آخرین بار مصرف‌دارو ظاهر شده و حداکثر برای ۱–۲ هفته‌باقی می‌ماند، جلوگیری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان کارسینوم بیضه رحم تخمدان توموتروفوبلاستیک تومور ویلمز، رابدومیوسارکوما، سارکوم‌اوینگ و بوتیروئید ۰/۰۱–۰/۱۵mg/kg/dayبصورت وریدی در دوره‌های حداکثر ۵روز و به فاصله ۴–۶ هفته یکبار تزریق‌شود و یا ۰/۵ mg/m۲ یکبار در هفته حداکثر ۲ میلی‌گرم در هفته ، بمدت سه‌هفته تزریق می‌شود. بصورت پرفوزیون‌ایزوله در سارکوم اوینگ یا بوتیروئیدبرای اندامهای تحتانی یا لگن به میزان

۰/۰۵ و برای اندامهای فوقانی به میزان۰/۰۳۵mg/kg تجویز می‌شود. حداکثرمقدار مصرف تا ۰/۰۱۵ mg/kg/day و یا۰/۴– ۰/۶mg/m۲/day به مدت ۵ روزمی‌باشد.

کودکان برای موارد فوق بمیزان۰/۰۱–۰/۱۵mg/kg/day یا۰/۴۵mg/m۲/day(تا۰/۵ mg/day) بصورت وریدی که به‌مدت حداکثر ۵ روز یا مقدار ۲/۵ mg/m۲ درمقادیر منقسم در یک دوره ۷ روزه تجویزمی‌شود. نوبت دوم را می‌توان پس از ۴–۶هفته در صورتی که تمام علائم مسمومیت‌از بین رفته باشد بکار برد. مقدار مصرف‌از طریق پرفوزیون ایزوله و همچنین‌حداکثر مقدار مصرف مثل بزرگسالان‌است

اشکال داروئی

Injection: ۰.۵ mg

DAUNORUBICIN HCL

موارد مصرف دانوروبیسین در درمان‌اریترولوسمی لوسمی حاد لنفوبلاستیک لوسمی حاد میلوسیتیک و لوسمی حادمنوسیتیک بکار می رود. همچنین مصرف‌آن در درمان نوروبلاستوما، لنفوم‌های‌غیر هوچکینی سارکوم اوینگ تومورویلمز و لوسمی مزمن میلوسیتیک توصیه‌شده است

مکانیسم اثر: دانوروبیسین در فاز S تقسیم‌سلولی فعال است اما در چرخه سلولی‌بطور اختصاصی عمل نمی‌کند، با اتصال به DNAباعث مهار ساخت DNA و RNAمی‌شود.

فارماکوکینتیک بسرعت در بدن منتشر وبویژه در کلیه‌ها، طحال کبد و قلب‌بصورت تغییر نیافته و متابولیت جایگزین‌می‌شود. از سد خونی ـ مغزی عبورنمی‌کند. متابولیسم سریع کبدی دارد. نیمه‌عمر دفع دانوروبیسین ۱۸/۵ ساعت و دفع‌دارو طولانی است

هشدار: در صورت وجود بیماری قلبی و یاانفیلتراسیون سلول تومور مغز استخوان‌این دارو باید با احتیاط فراوان مصرف‌شود.

عوارض جانبی ازوفاژیت ، استئوماتیت لکوپنی مسمومیت قلبی و نکروز بافتی ازعوارض جانبی مهم و نسبتا شایع داروهستند.

تداخل‌های داروئی با آلوپورینول کلشی‌سین سیکلوفسفامید، دوکسوروبیسین وداروهای هپاتوتوکسیک تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بدلیل نکروز بافتی‌فقط به صورت تزریق وریدی بکار می‌رود(بدلیل بروز ترومبوفلبیت و تحریک وریداز انفوزیون وریدی نیز خودداری شود).

۲ ـ فاصله دوره‌های درمانی آن کمتر از ۲۱روز نباشد تا فعالیت مغز استخوان به‌حالت عادی برگردد.

مقدار مصرف در عیب کار کبد برای‌بیمارانی که غلظت بیلیروبین آنها ۳ـ۱/۲میلی‌گرم درصد میلی لیتر است ۷۵ درصدمقادیر مصرف معمولی و در بیمارانی که‌غلظت بیلیروبین آنها بیش از ۳ میلی گرم‌در صد میلی لیتر است نصف مقدارمعمولی توصیه می‌شود. در عیب کار کلیه‌برای بیمارانی که غلظت کراتینین سرم آنهابیش از ۳ میلی گرم در صد میلی لیتر است‌نصف مقدار معمولی توصیه شده است

بزرگسالان در لوسمی حاد لنفوسیتیک‌بصورت وریدی ۴۵mg/m۲ در روزهای‌اول و دوم و سوم یک دوره ۳۲ روزه درترکیب با وینکریستین پردنیزون وآسپاراژیناز بکار می‌رود. در لوسمی حادغیرلنفوسیتیک بصورت وریدی

۴۵mg/m۲ در روزهای اول و دوم و سوم‌اولین دوره و روزهای اول و دوم دومین‌دوره در ترکیب با وینکریستین بکارمی‌رود. حداکثر مقدار مصرف تا

۵۵۰mg/m۲ در تمام طول عمر و در افرادی‌که سابقه پرتو درمانی در ناحیه سینه‌داشته‌اند برای کاهش خطر مسمومیت‌قلبی ۴۵۰ mg/m۲ در تمام طول عمرمی‌باشد. در افراد مسن ۶۰ سال و بیشتردر لوسمی حاد غیرلنفوسیتیک ۳۰ mg/m۲بصورت وریدی در روزهای اول و دوم وسوم شروع اولین دوره درمان و درروزهای اول و دوم دومین دوره درمان درترکیب با سیتارابین بکار می رود.

کودکان : در لوسمی حاد لنفوسیتیک۲۵ mg/m۲ بصورت وریدی یک بار درهفته همراه با وینکریستین و پردنیزون‌بکار می‌رود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۰ mg

DOXORUBICIN HCl

موارد مصرف دوکسوروبیسین در درمان‌لوسمی لنفوسیتیک حاد، لوسمی‌میلوبلاستیک حاد، کارسینومای‌سلول‌های بینابینی بیضه پستان نوروبلاستوم تخمدان تیروئید، تومورویلمز، ریه (با منشاء نایژه‌ای ، معده سر وگردن کبد، گردن رحم پروستات اندومتر، بیضه

لنفوم‌های هوچکینی سارکوم بافتهای نرم و سارکوم استخوان‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دوکسوروبیسین به‌نظرمی‌رسد که با اتصال به DNA و مهارساخت DNAو RNA از طریق ایجاد اختلال‌در ساختمان مولکولی و ایجاد ممانعت‌فضایی عمل می‌کند.

فارماکوکینتیک دوکسوروبیسین از سدخونی ـ مغزی عبور نمی‌کند. این داروتوسط کبد متابولیزه شده و به متابولیت‌فعال تبدیل می‌گردد دفع آن عمدت ?از طریق‌صفرا است

عوارض جانبی لکوپنی یا عفونت التهاب‌مخاط دهان و التهاب مری از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌دارو با آلوپورینول یا کلشی‌سین تداخل‌دارد. مصرف همزمان آن با دانوروبیسین‌باعث افزایش خطر بروز عوارض قلبی‌می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوکسوروبیسین‌نباید در بیمارانی که قبلاـ مقادیر تجمعی‌کامل دوکسوروبیسین و دانوروبیسین رادریافت کردند، مصرف شود.

۲ ـ با مصرف دوکسوروبیسین در فواصل‌یک هفته‌ای ممکن است خطر عوارض‌جانبی قلبی و خونی کمتر شود.

۳ ـ دوکسوربیسین را باید بصورت تزریق‌وریدی آهسته تجویز کرد. به علت تحریک‌ورید در محل تزریق و احتمال خطر بروزترومبوفلبیت و نشت دارو به بافت‌های‌اطراف رگ انفوزیون وریدی دارو توصیه‌نمی‌شود.

۴ ـ دوکسوروبیسین موجب نکروزموضعی بافتها می شود به همین دلیل‌بصورت عضلانی یا زیر جلدی نبایدتزریق شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان : با مقادیر ۷۵ mg/m۲/day-۶۰که هر ۲۱ روز یکبار تکرار شود یاmg/m۲/day-۲۵-۳۰ در دو یا سه روزمتوالی که هر ۴ـ۳ هفته تکرار می‌شودوریدی تجویز می‌گردد. حداکثر مقدار تام‌دارو یعنی ۵۵۰ mg/m۲-۴۵۰ در موردبیمارانی است که سابقه پرتو درمانی درناحیه سینه یا مصرف داروهای سمی برای‌قلب را داشته‌اند.

کودکان : مقدار ۳۰ mg/m۲/day در سه روزمتوالی ، هر چهار هفته یکبار تزریق وریدی‌می‌شود.

اشکال داروئی

Injection : ۱۰ mg, ۵۰ mg

EPIRUBICIN HCl

موارد مصرف اپی‌روبیسین در درمان‌سرطان سینه مثانه میلوم مولتیپل لنفوم‌ها، لوسمی‌های حاد، سرطان رحم تخمدان پروستات و دستگاه گوارش‌مصرف شده است

مکانیسم اثر: اپی‌روبیسین از دسته‌آنتی‌بیوتیک‌های ضدسرطان است واحتمالا از طریق اتصال به DNA مانع‌ساخت اسیدهای هسته‌ای می‌شود.

فارماکوکینتیک اپی‌روبیسین توسط کبدمتابولیزه شده و عمدت ?از طریق صفرا دفع‌می‌شود. نیمه عمر دارو ۳۰–۴۰ ساعت‌است و از سد خونی ـ مغزی نیز عبورنمی‌کند.

عوارض جانبی لکوپنی یا عفونت التهاب‌مخاط دهان و التهاب ریوی از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های داروئی این دارو با آلوپورینول‌کلشی سین سایر داروهای تضعیف کننده‌مغز استخوان رادیوتراپی و دانوروبیسن‌تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ اپی‌روبیسین نباید دربیمارانی که قبلا مقادیر تجمعی کامل‌اپی‌روبیسین و دانوروبیسین را دریافت‌کرده‌اند،

مصرف شود.

۲ ـ با مصرف اپی‌روبیسین در فواصل یک‌هفته‌ای ممکن است خطر عوارض جانبی‌قلبی و خونی کمتر شود.

۳ ـ اپی روبیسین را باید بصورت تزریق‌وریدی آهسته تجویز کرد. به علت تحریک‌ورید در محل تزریق و احتمال خطر بروزترومبوفلبیت و نشت دارو به بافتهای‌اطراف رگ‌ انفوزیون وریدی دارو توصیه‌نمی‌شود.

۴ ـ اپی‌روبیسین موجب نکروز موضعی‌بافتها می‌شود به همین دلیل بصورت‌عضلانی یا زیرجلدی نباید تزریق شود.

مقدار مصرف اپی‌روبیسین به مقدار۱۳۵mg/m۲ هر ۳ هفته یکبار یا ۴۵mg/m۲برای سه روز متوالی هر ۳ هفته یکبارمصرف می‌شود. مقدار مصرف تام‌اپی‌روبیسین نباید از حدود ۱g/m۲ بیشترشود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg, ۵۰ mg

ESTRAMUSTINE

موارد مصرف استراموستین در درمان‌کارسینومای پروستات مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: استراموستین یک آلکیله‌کننده‌ضعیف بوده و ممکن است در بیماران‌مقاوم به استروژن مؤثر باشد. اثر دیگر آن‌مهار تقسیم میتوز است اثرات استروژنیک‌آن مشابه استرادیول است و از طریق‌تضعیف محور هیپوتالاموس ـ هیپوفیزسبب کاهش غلظت سرمی تستوسترون‌می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی آن ۷۵درصد است متابولیسم آن سریع بوده ودر اثر عبور اولیه کبدی استراموستین به‌استرادیول (به‌مقدار جزئی ، استرون ونیتروژن موستارد هیدرولیز می‌شود. نیمه‌عمر آن در فاز نهایی ۲۰ ساعت است و دفع‌آن از طریق صفرا و مدفوع است

موارد منع مصرف استراموستین دراختلالات ترومبوآمبولیک فعال انفارکتوس میوکارد، خونریزی مغزی وترومبوفلبیت فعال مگر در مواردی که خودتومور سبب عارضه ترومبوآمبولیک گردد، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ درصورت وجودترومبوفلبیت سابقه درمان با استروژن زیادی کلسیم خون ناشی از بیماری‌متاستاتیک پستان و زخم معده باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ دارو یک ساعت قبل یا دو ساعت بعد ازغذا مصرف شود.

۳ ـ هنگام مصرف دارو از مصرف شیر وسایر فرآورده‌های لبنی و داروهای حاوی‌کلسیم خودداری شود.

عوارض جانبی عارضه شایع‌استراموستین احتباس سدیم و مایعات دربدن (تورم پاها) است

تداخل‌های داروئی استراموستین باداروهایی که سمیت کبدی می‌دهند واستعمال دخانیات تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف یک دوره۳۰-۹۰ روز برای ارزیابی اثربخشی داروکافی است درمان با استراموستین ممکن‌است تا ظهور اثر مطلوب دارو ادامه

یابد.

۲ ـ گاهی اوقات برای رفع تهوع و استفراغ‌از فنوتیازین‌ها استفاده می‌شود ولی ممکن‌است شدت تهوع و استفراغ در بعضی ازبیماران به حدی باشد که قطع درمان‌ضروری باشد.

مقدار مصرف در بزرگسالان در درمان‌کارسینومای پروستات به‌صورت‌خوراکی به میزان ۶۰۰ mg/m۲/day در سه‌مقدار منقسم (یک ساعت قبل یا دو ساعت‌بعد از غذا) یا (۱۶-۱۰ mg/kg/day)

در سه یا چهار مقدار منقسم (یک ساعت‌قبل یا دو ساعت بعد از غذا) تجویزمی‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۱۴۰ mg

ETOPOSIDE

موارد مصرف اتوپوزید در درمان‌کارسینوم ریه و بیضه به‌کار می‌رود.همچنین در درمان کارسینوم مثانه لنفوم‌های هوچکینی و غیرهوچکینی لوسمی حاد میلوسیتیک سارکوم اوینگ وکاپوسی مصرف شده‌است

مکانیسم اثر: اتوپوزید مهارکننده آنزیم‌توپوایزومراز II است و با اثر بر مرحله قبل‌از میتوز تقسیم سلولی ساخت DNAرامهار می‌کند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی فرم‌خوراکی حدود ۵۰٪ است انتشار آن درمایع مغزی ـ نخاعی متغیر و کم است متابولیسم دارو کبدی بوده نیمه عمر داروحدود ۷ ساعت می‌باشد. دارو به‌طور عمده‌از طریق کلیه دفع می‌شود.

هشدار: قبل از هر بار مصرف دارو، دهان‌از نظر وجود زخم بررسی شود.

عوارض جانبی کم‌خونی کاهش گلبول‌های‌سفید یا پلاکت‌های خون آنافیلاکسی استئوماتیت کاهش اشتها، تهوع و استفراغ‌از عوارض جانبی مهم و نسبت ?شایع دارومی‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در مورد شکل‌تزریقی برای جلوگیری از افت فشار خون‌به‌صورت انفوزیون و در مدت بیش از ۳۰-۶۰ دقیقه انجام شود. از راههای دیگرتزریق یا تزریق سریع وریدی خودداری‌شود.

۲ ـ تعداد گرانولوسیت‌ها ۷-۱۴ روز پس ازتجویز و تعداد پلاکتها ۹-۱۶ روز پس ازتجویز به حداقل می‌رسد و در روز بیستم‌به‌میزان طبیعی برمی‌گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

در درمان کارسینوم سلولهای کوچک‌ریه ۷۰ mg/m۲/day (به‌مدت ۴ روز) تا۱۰۰ mg/m۲/day (به‌مدت ۵ روز) تجویزمی‌شود که هر ۳-۴ هفته تکرار می‌شود.

تزریقی

در کارسینوم بیضه ۵۰-۱۰۰mg/m۲/dayبه‌صورت انفوزیون وریدی در روزهای‌اول و پنجم درمان تا ۱۰۰mg/m۲/day درروزهای اول و سوم و پنجم درمان تجویزمی‌شود که هر ۳-۴ هفته تکرار می‌شود. درکارسینوم ریوی با سلول‌های کوچک۳۵ mg/m۲/day به‌مدت ۴ روز تا۵۰ mg/m۲/day به‌مدت ۵ روز تجویزمی‌شود که هر ۳-۴ هفته تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/۵ml

Capsule: ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

FLUOROURACIL

موارد مصرف فلوئورواوراسیل در درمان‌کارسینوم کولورکتال پستان معده ولوزالمعده به‌کار می‌رود. همچنین دردرمان کارسینوم مثانه پروستات تخمدان دهانه رحم رحم ریه و کبد، سر وگردن ترشحات ناشی از تومور بدخیم درفضای جنب صفاق و پریکارد نیز

مصرف‌شده‌است فلوئورواوراسیل در درمان‌کراتوز چندگانه ناشی از نور خورشید وکارسینوم پوست به‌کار می‌رود. این دارودر درمان التهاب لب ناشی از نورخورشید، لکوپنی مخاطی درماتیت ناشی‌از پرتو درمانی بیماری بوئن واریتروپلازی کوئیرات مصرف شده‌است

مکانیسم اثر: فلوئورواوراسیل آنالوگ‌پیریمیدین است در چرخه سلولی به‌طوراختصاصی در فاز S تقسیم سلولی مؤثراست و با تبدیل به متابولیت فعال دربافت‌ها باعث مهار ساخت DNA و RNAمی‌شود.

فارماکوکینتیک فلوئورواوراسیل از سدخونی ـ مغزی عبور می‌کند. متابولیسم‌دارو کبدی و سریع است نیمه عمر تزریق‌وریدی در فاز آلفا ۱۰–۲۰ دقیقه و در فازبتا ۲۰ ساعت می‌باشد. دفع آن عمدت ?ازطریق ریه‌ها (۶۰–۸۰ درصد) و کلیه‌ها(۷–۲۰ درصد) می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ این دارو بسیار سمی است وبه محض بروز اولین علائم مسمومیت مثل‌اسهال کاهش سلول‌های خون زخم وخونریزی گوارشی ازوفاگوفارنژیت خونریزی در هر عضوی استئوماتیت واستفراغ جهنده مصرف دارو باید قطع گردد. با این وجود می‌توان مصرف دارو رابا مقدار مصرف کمتر بعد از برطرف شدناین علائم مجدد ?از سر گرفت

۲ ـ به‌دلیل امکان بروز سمیت عصبی ازتزریق دارو در داخل غلاف نخاعی‌خودداری شود.

۳ ـ از شکل دارویی کرم در بافتهای با زخم‌خونریزی‌دهنده باتوجه به جذب‌سیستمیک و بروز مسمومیت و نیز درکلوآسما و روزانه با احتیاط مصرف شود.

۴ ـ در صورت بروز واکنش‌های التهابی‌وسیع روی پوست طبیعی بعد از مصرف‌کرم درمان متوقف شود. همچنین‌واکنش‌های التهابی و پاسخ بالینی به داروروی پوست ضایعه دیده شامل قرمزی که‌با تاول همراه است حساس شدن به لمس زخمهای سطحی نکروزه شدن و رشدبافت اپی‌تلیال بر روی ناحیه می‌باشد. درصورتی که این واکنش‌ها به مرحله‌زخمهای سطحی و نکروز رسید، مصرف‌دارو باید قطع شود. کورتیکوستروئیدهای‌موضعی پس از تکمیل درمان با دارومی‌تواند باعث تسریع در بهبود ضایعات‌شود.

عوارض جانبی اسهال ازوفاگوفارنژیت کاهش گلبول‌های سفید یا عفونت استئوماتیت اولسراتیو، درماتیت و زخم‌گوارشی از عوارض جانبی مهم و نسبت?شایع فلوئورواوراسیل می‌باشند.

واکنش‌های التهابی یا حساسیتی سوزش درماتیت تماسی افزایش‌حساسیت پوست به نور، خارش ترشح درد یا حساس شدن موضع به لمس ازعوارض جانبی مهم و نسبت ?شایع بعد ازمصرف شکل دارویی کرم می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بیمار باید در شروع‌درمان در بیمارستان بستری شود.

۲ ـ مقدار مصرف نگهدارنده دارو

براساس نیازهای فردی هر بیمار وبرمبنای پاسخ‌های هماتولوژیک بیمارمتناسب با مقدار مصرف قبلی تنظیم شود.

مقدار مصرف بعدی دارو، تنها پس ازبهبود عوارض سمی مقدار قبلی باید

تجویز شود.

۳ ـ اندازه‌گیری پلاکت هماتوکریت یاهموگلوبین و شمارش لکوسیت و پلاکت‌در ابتدا و طول درمان لازمست

۴ ـ انفوزیون آهسته وریدی دارو (۲–۲۴ساعت از سمیت دارو می‌کاهد، هر چندتزریق سریع داخل وریدی (۱–۲ دقیقه دارو مؤثرتر است

۵ ـ قبل از مصرف کرم فلوئورواوراسیل‌بیوپسی در شروع و طول درمان درصورتی که کراتوز ناشی از نور خورشیدبه درمان پاسخ نداده و یا پس از درمان‌مجدد ?بروز نماید و نیز برای تأیید بهبودکارسینوم سطحی سلولهای قاعده‌ای توصیه می‌شود.

۶ ـ در صورت بروز لکه‌های صورتی ونرم در محل مصرف دارو قطع شود.

۷ ـ احتمال بروز واکنش حساسیت به نورطی درمان با کرم فلوئورواوراسیل و ۱–۲ماه پس از خاتمه درمان وجود دارد، لذا ازقرار

گرفتن در مقابل نور خورشیدخودداری شود.

مقدار مصرف در درمان کارسینومای کولورکتال پستان معده لوزالمعده مثانه پروستات یا تخمدان ابتدا۷-۱۲mg/kg/day به‌مدت ۴ روز تجویزمی‌شود که در صورت عدم بروز علائم‌مسمومیت ۳ روز بعد ۷-۱۰mg/kg هر ۳ یا۴ روز در میان به‌مدت ۲ هفته تزریق‌وریدی می‌شود. برنامه مصرف دارومی‌تواند به‌صورت ۱۲ mg/kg/day به‌مدت۴ روز باشد که در صورت ظاهر نشدن‌علائم مسمومیت ۶mg/kg یک روز در میان‌برای ۴-۵ روز تا مدت ۱۲ روز تکرارمی‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده۷-۱۲mg/kg هر ۷-۱۰ روز یکبار یا۳۰۰-۵۰۰ mg/m۲/day برای ۴ یا ۵ روزاست که هر ماه تکرار می‌شود.

در مورد افراد چاق یا بیمارانی که که‌وزنشان براثر خیز، آسیت یا سایر مواردحتباس غیرعادی مایعات بالا رفته‌است‌توصیه می‌شود از وزن اصلی بدن بیمار(lean body mass) استفاده شود.فلوئورواوراسیل را می‌توان به‌میزان۱۵ mg/kg یا ۶۰۰-۵۰۰ mg/m۲ در هفته‌بدون مقدار مصرف اولیه نیز به‌کار برد.حداکثر مقدار مصرف تا ۸۰۰ mg/day (یا۴۰۰ mg/day در بیماران با شدت بیماری کمتر) می‌باشد.

در درمان کراتوز ناشی از نورخورشید یا اشعه ماورا بنفش ۱-۲ بار درروز به‌میزانی که ضایعه را بپوشاند به‌کارمی‌رود. در کارسینوم سطحی سلولهای‌قاعده‌ای دو بار در روز و به‌میزانی که‌ضایعات را بپوشاند به‌کار می‌رود. درمان‌باید حداقل ۳-۶ هفته و گاه تا ۱۲ هفته ادامه‌یابد.

اشکال دارویی

InJection : ۵۰ mg/ml

Topical Cream: ۵٪

HEXAMETHYLMELAMINE

موارد مصرف این دارو در درمان‌کارسینوم تخمدان به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: از نظر ساختمانی شبیه‌الکیله‌کننده‌ها است ولی در خارج از بدن‌فعالیت الکیله‌کنندگی نشان نمی‌دهد.شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد داروممکن است باعث مهار ساخت DNA و RNAشود.

فارماکوکینتیک جذب دارو سریع و خوب‌است به‌دلیل متابولیسم سریع کبدی حداکثر غلظت پلاسمایی دارو متغیر است متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر دارودر فاز بتا ۴/۷-۱۰/۲ ساعت و زمان‌رسیدن به حداکثر غلظت ۰/۵-۳ ساعت‌بوده دفع دارو کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ سمیت ناشی از دارو وابسته‌به مقدار مصرف و تجمعی است داروباعث مهار فعالیت مغز استخوان و سمیت‌عصبی خفیف تا ملایم می‌شود.

۲ ـ در صورت بروز خونریزی غیرعادی مدفوع قیری و سیاه خون در ادرار یامدفوع و لکه‌های قرمز روی پوست باید به‌پزشک مراجعه شود.

عوارض جانبی کم‌خونی لکوپنی سمیت‌عصبی مثل اثرات CNS و نوروپاتی‌محیطی کاهش پلاکت‌های خون تهوع واستفراغ از عوارض جانبی مهم و نسبت?شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های داروئی هگزامتیل ملامین باداروهای مهارکننده منوآمین‌اکسید از (MAO)تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزعوارضی از قبیل عدم تحمل و عدم

پاسخ دستگاه گوارش به درمان علامتی وجود تهوع و استفراغ شدید)، کاهش‌تعداد سلول‌های خونی و سمیت عصبی‌پیشرونده

مصرف دارو موقت ?قطع شود.حداقل بعد از ۱۴ روز وقفه درمان با مقدار

کمتر دوباره شروع شود. در صورت

ادامه سمیت عصبی حتی بعد از کاهش‌مقدار مصرف باید مصرف دارو قطع‌شود.

۲ـ میزان سمیت عصبی متناسب با مقدارمصرف است سمیت عصبی با قطع‌مصرف دارو برگشت‌پذیر است لازم استدر فواصل درمان آزمایشات نورولژیک‌انجام شود.

۳ـ برای کاهش عوارض گوارشی داروبعد از غذا میل شود.

مقدار مصرف در درمان کارسینوم‌تخمدان ۲۶۰ mg/m۲/day در چهار نوبت‌منقسم بعد از هر نوبت غذا و موقع خواب‌به‌مدت ۱۴–۲۱ روز متوالی از یک دوره ۲۸روزه مصرف شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۱۰۰ mg

HYDROXYUREA

موارد مصرف هیدورکسی اوره در درمان‌کارسینوم تخمدان کنترل موضعی‌کارسینوم سلولهای سنگفرشی سر وگردن به استثناء لبها و کارسینوم پیشرفته‌پروستات در درمان لوسمی میلوسیتیک‌مزمن و ملانوم بدخیم و پلی سیتمی ورامصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ظاهر ?هیدورکسی اوره درمرحله S تقسیم سلولی اثر می‌گذارد و درساخت DNAتداخل می‌نماید بدون آن که‌تأثیری بر ساخت RNA یا پروتئین داشته‌باشد.

فارماکوکینتیک هیدورکسی اوره به خوبی‌از مجرای گوارشی جذب می‌شود.متابولیسم آن کبدی است و از سد خونی ـمغزی عبور می‌کند و دفع آن کلیوی (۵۰درصد به‌صورت تغییر نیافته و ریوی به‌صورت دی اکسید کربن است

عوارض جانبی کم‌خونی غیرطبیعی‌شدن‌اریتروسیت‌ها و لکوپنی از عوارض شایع‌هیدورکسی اوره هستند.

مقدار مصرف مقدار مصرف بزرگسالان‌در کارسینوم سر و گردن یا تخمدان یاملانوم بدخیم مقدار ۶۰–۸۰ mg/kg یا ۲–۳ g/m۲ در یک مقدار مصرف واحد هرسه روز به‌صورت تنها یا همراه باراديوتراپی و یا ۲۰–۳۰ mg/kg/day در یک‌وعده و در لوسمی میلوسیتیک مزمن‌مقاوم روزانه به مقدار ۲۰–۳۰ mg/kgبه‌صورت یک جا و یا در دو وعده منقسم‌تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Capusle: ۵۰۰ mg

IDARUBICIN

موارد مصرف ایداروبیسین به‌همراه سایرداروهای ضد لوسمی برای درمان AMLدر بزرگسالان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ایداروبیسین از طریق واکنش‌با آنزیم توپوایزومراز II مانع ساخت‌اسیدهای هسته‌ای می‌شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دارو حدود ۲۲ساعت است دفع دارو عمدت ?صفراوی وبه‌صورت متابولیت است ایداروبیسین تابیش از صد برابر غلظت پلاسمایی درسلول‌های هسته‌دار خون و مغز استخوان‌تجمع می‌یابد.

هشدارها: ۱ـ اغلب بیمارانی که‌ایداروبیسین را با مقادیر درمانی مصرف‌می‌کنند به تضعیف شدید مغز استخوان‌مبتلا می‌شوند. این عارضه ممکن است‌منجر به مرگ بیمار ناشی از عفونت و یاخونریزی شدید شود.

۲ـ ایداروبیسین ممکن است باعث ایجادعوارض سمی قلبی شود.

عوارض جانبی عفونت تهوع و استفراغ ریزش مو، اسهال و کرامپ‌های شکمی خونریزی و موکوزیت از عوارض شایع‌ایداروبیسین هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ ایداروبیسین بایدآهسته و طی ۱۰–۱۵ دقیقه تزریق شود.

۲ ـ ایداروبیسین هنگام تزریق نباید با سایرداروها مخلوط شود.

مقدار مصرف به‌منظور درمان AMLمقدار۱۲ mg/m۲/day به‌مدت ۳ روز همراه باسیتارابین تزریق آهسته وریدی می‌شود.ممکن است مقدار ۱۰۰ mg/m۲/day به‌مدت۷ روز به‌صورت انفوزیون مداوم و یا۲۵ mg/m۲ به‌صورت تزریق واحد همراه با۲۰۰ mg/m۲/day به‌مدت ۵ روز به‌صورت‌انفوزیون مداوم نیز مصرف شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵ mg, ۱۰ mg

IFOSFAMIDE

موارد مصرف موارد مصرف ایفوسفامیدتا حد زیادی مشابه سیکلوفسفامید است

مکانیسم اثر: این دارو ایزومرسیکلوفسفامید بوده و اثرات آلکیله‌کننده‌آن احتمالا مشابه سیکلوفسفامید است

فارماکوکینتیک این دارو در کبد متابولیزه وفعال می‌گردد و نیمه عمر آن حدود ۳ روزاست

عوارض جانبی عوارض سمی آن بر روی‌مجاری ادراری ممکن است بیشتر ازسیکلوفسفامید باشد. تهوع استفراغ اختلالات سیستم عصبی مرکزی از جمله‌اغتشاش شعور و بی‌حالی از عوارض‌جانبی مهم دارو هستند.

مقدار مصرف مقدار ۱ g/m۲/day به‌مدت ۵روز تزریق وریدی می‌شود که هر ۳ هفته‌یکبار قابل تکرار است

اشکال دارویی

Injection: ۱g

(INTERFERONS (ALPHA

موارد مصرف انترفرون آلفا در درمان‌لوسمی Hairy cell، کوندیلوماتا الکومیناتا،هپاتیت مزمن فعال non A و non B/C،سارکوم کاپوسی همراه با ایدز، کارسینوم‌مثانه کارسینوم کلیه لوسمی میلوسیتیک‌مزمن پاپیلوماتوزیس لارنژیال لنفوم‌های‌غیرهوچکینی ملانوم بدخیم میلوم‌مولتیپل و میکوزفونگوئید مصرف‌می‌شود. این دارو همچنین در درمان‌کارسینوم دهانه رحم نیز مصرف‌شده‌است

مکانیسم اثر: انترفرون‌ها اثر ضدویروس ضدتکثیر و تقویت ایمنی دارند. فعالیت‌ضدویروس و ضدتکثیر آن به‌علت تغییردر ساخت DNA و RNA و پروتئین‌های‌سلولی شامل انکوژن‌هاست انتروفرون‌همچنین باعث کاهش تکثیر سلول و نیزافزایش فعالیت فاگوسیتیک ماکروفاژها واثرات سیتوتوکسیسیته لنفوسیت‌ها برروی سلول‌های هدف می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب عضلانی یا زیرجلدی‌دارو بیش از ۸۰٪ است متابولیسم داروکلیوی است نیمه عمر آلفا ۲a رکامبیننت‌بعد از تزریق عضلانی ۶–۸ ساعت وبه‌صورت انفوزیون وریدی ۳/۷–۸/۵ساعت است نیمه عمر آلفا ۲bرکامبیننت‌بعد از تزریق عضلانی یا زیرجلدی ۲–۳ساعت است با مقدار مصرف روزانه‌به‌صورت تزریق عضلانی ممکن است‌دارو در بدن تجمع یابد. زمان رسیدن به‌حداکثر اثر شکل رکامبیننت آلفا ۲a با یک‌نوبت تجویز عضلانی ۳/۸ ساعت و از راه‌جلدی ۷/۳ ساعت است و برای رکامبیننت‌آلفا ۲bبه‌صورت یک نوبت تجویزعضلانی یا زیرجلدی ۳–۱۲ ساعت است

هشدارها: ۱ ـ در صورت حساس بودن‌بیمار به انترفرون آلفا ممکن است به انواع‌دیگر آن نیز حساسیت نشان دهد. بیماران‌حساس به ایمونوگلبولین موش ممکنست‌به انترفرون رکامبیننت آلفا ۲a‌نیز حساس‌باشند.

۲ ـ به‌دلیل تفاوت در مقدار مصرف‌نمی‌توان انواع انتروفرونهای آلفا را بدون‌دستور پزشک به‌جای هم مصرف نمود.

۳ ـ در صورت وجود بیماری اتوایمون یاسابقه آن بیماری شدید قلبی مثل‌انفارکتوس میوکارد اخیر، دیابت ملیتوس‌مستعد به کتواسیدوز، بیماری ریه آبله‌مرغان زونا، اختلال کار CNS، سایکوزشدید یا سابقه ابتلاء به آن اختلالات‌تشنجی حساسیت به دارو، درمان هپاتیتnon A و non B/C، عیب کار تیروئید وکاهش فعالیت مغز استخوان با احتیاطفراوان مصرف شود.

۴ ـ در صورت بروز خونریزی غیرعادی مدفوع سیاه و قیری خون در ادرار یامدفوع و بروز لکه‌های قرمز رنگ روی‌پوست با پزشک تماس گرفته‌شود.

۵ ـ در صورت بروز عوارض جانبی شدید،کاهش مقدار مصرف تا ۵۰ درصد و یا قطع‌موقتی مصرف دارو پیشنهاد می‌شود.

عوارض جانبی تغییر حس چشایی یااحساس طعم فلزی اسهال سرگیجه خشکی دهان سندرم شبه سرماخوردگی کاهش اشتها، تهوع و استفراغ بثورات‌جلدی خستگی غیرعادی کم خونی لکوپنی ترومبوسیتوپنی مسمومیت کبدی‌و کاهش نسبی میزان مو از عوارض جانبی‌مهم و نسبت ?شایع دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ کاهش اشتها وخستگی غیرعادی با ادامه مصرف بیشترمشخص می‌شود و ممکن است نیاز به‌کاهش مقدار مصرف باشد. کم اشتهایی‌معمولا طی ۴ هفته و خستگی غیرعادی‌هفته‌ها بعد از قطع دارو برطرف می‌شود.همچنین تهوع و استفراغ معمولا ۳-۵ روزبعد از قطع مصرف دارو برطرف می گردد.

۲ ـ تزریق زیرجلدی برای بیمارانی که‌ترومبوسیتوپنی دارند و یا خطر خونریزی‌در آنها وجود دارد، ترجیح داده می‌شود.

۳ ـ کاهش فشار خون طی درمان یا تا ۲روز بعد از درمان دیده می‌شود و نیاز به‌درمان کمکی جانشینی مایعات دارد. لازم‌است بیماران به‌خصوص در شروع درمان‌برای کاهش خطر افت فشار خون و ازدست رفتن مایعات مایعات فراوان‌مصرف کنند. گاهی نیز افزایش فشار خون‌مشاهده می‌شود که خفیف و گذرا می‌باشد.

۴ ـ کاهش تعداد لکوسیت و پلاکت بامصرف انترفرون آلفا ۲b رکامبیننت طی‌۳-۵ روز درمان مشاهده می‌شود و ۳-۵روز بعد از قطع مصرف دارو بهبودمی‌یابد.

۵ ـ سندرم شبه سرماخوردگی در اغلب‌بیماران و به‌طور قطع بیشتر در هفته اول‌درمان مشاهده می‌شود که به‌تدریج به‌علت‌مقاومت طی ۲-۴ هفته و با ادامه درمان‌کاهش می‌یابد. در صورت تکرار تب وسردرد و علائم شبه سرماخوردگی قبل وبعد از مصرف انترفرون ممکن است نیاز به‌استامینوفن باشد. در صورت تداوم‌سردرد کاهش مقدار مصرف دارو پیشنهادشده است

مقدار مصرف

انترفرون آلفا ۲a: در درمان لوسمیHairy cell به‌صورت عضلانی یا زیرجلدی‌ابتدا ۳ میلیون واحد در روز به‌مدت ۱۶ روزتا ۲۴ هفته مصرف می‌شود. برای درمان‌نگهدارنده به‌صورت عضلانی یا زیرجلدی‌۳ میلیون واحد سه بار در هفته به‌کارمی‌رود. در سارکوم کاپوسی همراه با ایدزبه‌صورت عضلانی یا زیر جلدی ابتدا ۳۶میلیون واحد در روز به‌مدت ۱۰-۱۲ هفته‌یا ۳ میلیون واحد در روز در روزهای اول‌تا سوم و ۹ میلیون واحد در روزهای‌چهارم تا ششم و ۱۸ میلیون واحد در روزدر روزهای هفتم تا نهم درمان مصرف‌می‌شود و برای باقیمانده دوره ۱۰-۱۲هفته‌ای روزی ۳۶ میلیون واحد تزریق‌می‌شود. در درمان نگهدارنده به‌صورت‌عضلانی یا زیر جلدی ۳۶ میلیون واحد سه‌بار در هفته تزریق می گردد.

انترفرون آلفا ۲b: در درمان لوسمیHairy cell به‌صورت عضلانی یا زیرجلدی۲ میلیون واحد سه بار در هفته تزریق‌می‌شود. در درمان کوندیلوماتا آکومیناتابه‌صورت تزریق داخل ضایعه ۱ میلیون‌واحد در زگیل (تا ۵ زگیل سه بار در هفته‌یک روز در میان

به‌مدت سه هفته تجویزمی‌شود. در صورتی که پاسخ دلخواه‌حاصل نشد، ۱۲-۱۶ هفته بعد از شروع‌درمان اولیه دوره دوم تجویز می‌شود. درصورتی که تعداد زگیل‌ها ۶-۱۰ عدد باشدمی‌توان ۵ زگیل را در دوره اول و ۵ زگیل رادر دوره دوم درمان نمود و در صورتی که‌بیشتر از ۱۰ زگیل باشد نیاز به دوره‌های‌بعدی می‌باشد. در سارکوم کاپوسی همراه‌با ایدز به‌صورت عضلانی یا وریدی ۳۰میلیون واحد به ازای هر مترمربع سطح‌بدن سه بار در هفته تجویز می‌شود. دردرمان هپاتیت مزمن فعال non A وnonB/C به‌صورت عضلانی یا زیر جلدی۳ میلیون واحد سه بار در هفته تزریق‌می‌گردد و در صورت عود بیماری مقدارمصرف تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Injection

LEUCOVORIN

موارد مصرف لوکوورین پادزهرمسمومیت با آنتاگونیست‌های اسید فولیک‌مانند پیریمتامین متوترکسات یاترمتوپریم می‌باشد. لوکوورین جهت‌جلوگیری از مسمومیت شدید ناشی ازمصرف بیش از اندازه متوترکسات یادرمان با مقادیر زیاد این دارو به‌عنوان‌بخشی از برنامه‌های شیمی درمانی دردرمان چند نوع سرطان مصرف می‌شود.همچنین لوکوورین برای درمان کم‌خونیهای مگالوبلاستیک ناشی از اسپرو،کمبودهای تغذیه‌ای آبستنی وشیرخوارگی که درمان با اسید فولیک‌خوراکی در مورد آن عملی نیست به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: لوکوورین ممکن است ازطریق رقابت با متوترکسات در فرآیندانتقال به داخل سلول مانع اثر متوترکسات‌روی سلول‌های مغز استخوان و مجرای‌گوارش شود اما ظاهر ?بر مسمومیت‌کلیوی ناشی از مصرف متوترکسات‌بی‌تأثیر است

فارماکوکینتیک لوکوورین پس از مصرف‌خوراکی به سرعت جذب شده و مقادیرمتوسطی از آن از سد خونی ـ مغزی عبورمی‌کند و به‌مقدار زیاد در کبد تجمع می‌یابد.طول مدت اثر آن در همه راههای مصرف‌دارو ۳-۶ ساعت است میزان ۸۰-۹۰درصد دارو از طریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود کم‌خونی پرنیسیوز یا کمبود ویتامین B۱۲نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در نقص کار کلیه به‌علت‌اشکال در دفع متوترکسات خطرمسمومیت افزایش خواهد یافت و ممکن‌است منجر به ضعف شدید مغز استخوان والتهاب مخاطها گردد.

۲ ـ لوکوورین ممکن است دفعات بروزحملات صرعی را در کودکان مستعدافزایش دهد.

عوارض جانبی به‌صورت نادر بثورات‌جلدی کهیر، خارش یا خس خس سینه‌ناشی از مصرف دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف مقادیر زیادلوکوورین ممکن است اثر ضد تشنج‌باربیتورات‌ها، هیدانتوئین و پریمیدون راخنثی کند. استفاده همزمان لوکوورین بافلورواوراسیل ممکن است ضمن افزایش‌اثرات درمانی آثار سمی فلورواوراسیل رانیز افزایش دهد. اگر چه این دو دارو ممکن‌است در مواردی با هم مصرف شوند.

نکات قابل توصیه در صورتی که یک نوبت‌مصرف دارو فراموش شد فور ?به پزشک‌مراجعه گردد مصرف مقادیر اضافی‌لوکوورین ممکن است لازم باشد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان و کودکان به‌عنوان پادزهرمتوترکسات ۱۰ mg/m۲ هر ۶ ساعت‌مصرف می‌شود. برای پیریمتامین یاتری‌متوپریم

به‌منظور پیش گیری ازمسمومیت مقدار ۴/۰–۵ میلی گرم‌لوکوورین همراه با هر نوبت مصرف‌داروی آنتاگونیست اسید فولیک مصرف‌می‌شود و به‌منظور درمان مقدار۵–۱۵mg/day لوکوورین مصرف می‌شود.در کم‌خونی مگالوبلاستیک ناشی از کمبودفولات حداکثر تا مقدار ۱ mg/day مصرف‌می‌شود.

تزریقی

به‌عنوان پادزهر آنتاگونیست‌های اسیدفولیک برای متوترکسات ۱۰ mg/m۲ هر ۶ساعت تزریق وریدی یا عضلانی می‌شود.برای پیشگیری از مسمومیت ناشی ازپیریمتامین یا تری‌متوپریم مقدار ۴/۰–۵میلی گرم لوکوورین همراه با هر نوبت‌مصرف داروی آنتاگونیست اسید فولیک‌عضلانی تزریق می‌شود و به‌منظور درمان‌مقدار ۱۵–۵ mg/day لوکوورین تزریق‌عضلانی می گردد. در کم‌خونی‌مگالوبلاستیک ناشی از کمبود فولات‌حداکثر تا مقدار ۱ mg/day تزریق عضلانی‌می‌شود. در درمان کارسینومای کولورکتال‌به‌صورت وریدی ۳۰۰ mg/m۲ در حداقل سه‌دقیقه و به‌دنبال آن ۳۷۰–۴۲۵ mg/m۲فلورواوراسیل وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰mg, ۳mg/ml, ۲۵mg/۵ml

Tablet: ۱۵ mg

LOMUSTINE

موارد مصرف لوموستین در درمان‌تومورهای مغزی دستگاه گوارش ریه لنفوم هوچکینی کلیه پستان میولم‌مولتیپل و ملانومای بدخیم به کار

می‌رود.

مکانیسم اثر: لوموستین از دسته داروهای‌آلکیله‌کننده است و به‌همراه متابولیت‌هایش‌با عمل DNA و RNAتداخل کرده و با مهارواکنش‌های آنزیمی ساخت DNA را نیزمهار می کند.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی لوموستین‌خوب و سریع بوده و از سد مغزی ـ خونی‌نیز عبور می کند. متابولیسم آن کبدی وسریع است و به متابولیت‌های فعال تبدیل‌می‌شود. دفع آن کلیوی است لوموستین‌چرخه روده‌ای ـ کبدی نیز دارد.

عوارض جانبی کاهش ایمنی کاهش‌سلول‌های خونی و عفونت از عوارض‌شایع این دارو است

نکات قابل توصیه ۱ ـ درمان با لوموستین‌را باید تنها در صورت مؤثر بودن ادامه‌داد. اگر پس از ۱–۲ دوره درمان پاسخی‌به‌دست نیامد احتمال مؤثر بودن داروبسیار کم است

۲ ـ گاهی اوقات واکنش‌های مقاومت‌متقاطع بین کارموستین و لوموستین دیده‌شده‌است

۳ ـ تجویز داروهای ضد استفراغ پیش

از مصرف دارو و همچنین مصرف دارودر حالت ناشتا، در بعضی موارد از

شدت و دفعات تهوع و استفراغ کاسته‌است

۴ ـ به‌علت اثرات تجمعی و دیررس کاهش‌فعالیت مغز استخوان ناشی از لوموستین دارو نباید با فواصل کمتر از شش هفته‌تجویز گردد.

مقدار مصرف مقدار ۱۰۰–۱۳۰ mg/m۲به‌صورت مقدار واحد مصرف می‌شود که‌هر شش هفته یکبار می‌توان آن را تکرارنمود. وقتی با سایر داروها به‌صورت‌ترکیبی مصرف می‌شود مقدار مصرف‌کاهش می‌یابد. در بیمارانی که مبتلا به‌کاهش فعالیت مغز

استخوان هستند مقدار ۱۰۰ mg/m۲ به‌صورت مقدار واحدمصرف می‌شود که هر شش هفته یکبارتکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۴۰ mg

MELPHALAN

موارد مصرف ملفالان در درمان‌کارسینومای تخمدان پستان بیضه ومیولم مولتیپل مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ملفالان داروی گروه‌آلکیله‌کننده است و در چرخه سلولی‌به‌طور غیراختصاصی اثر می‌کند. اثر این‌دارو عمدت ?مربوط به ایجاد اتصال بین

دو رشته مولکولی DNA و RNA و مهارساخت پروتئین است همچنین تا حدی‌دارای فعالیت کاهنده ایمنی نیز می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی آن ناقص ومتغییر است در مایعات و بافتهای بدن‌غیرفعال شده ولی در خون به مدت شش‌ساعت فعال باقی می‌ماند. نیمه عمر ان‌تقریب ?۹۰ دقیقه است دفع آن از طریق کلیه‌و مدفوع می‌باشد.

هشدارها: در صورت وجود انفیلتراسیون‌سلولی تومور مغز استخوان و سابقه‌درمان با داروهای سمی برای سلول یاپرتو درمانی طی ۳-۴ هفته قبل از مصرف‌ملفالان دارو با احتیاط فراوان مصرف‌شود.

عوارض جانبی نوتروپنی یا عفونت وکاهش پلاکت‌های خون از عوارض شایع‌این دارو است

نکات قابل توصیه ۱ ـ مقدار مصرف این‌دارو باید براساس نیازهای فردی هر بیمارو مبتنی بر پاسخ‌های بالینی و میزان کاهش‌فعالیت مغز استخوان به‌خصوص به‌علت‌جذب غیرقابل اطمینان ملفالان تنظیم شود.

۲ ـ آشامیدن آب کافی و گاهی تجویزآلوپورینول به‌منظور جلوگیری ازنفروپاتی در بیماران مبتلا به لوسمی ولنفوم توصیه می‌شود. همچنین ممکن است‌قلیایی کردن ادرار نیز لازم شود.

۳ ـ توصیه می‌شود که در صورت بروزلکوپنی کاهش گلبول‌های سفید یا پلاکت‌خون درمان با ملفالان قطع شود. هنگامی‌که نتایج معاینات بالینی و آزمایشگاهی‌رضایتبخش گردید می‌توان درمان را ادامه‌داد.

مقدار مصرف در میولم مولتیپل مقدار۰/۱۵mg/kg/day به مدت هفت روز مصرف‌می‌شود که یک دوره وقفه تجویز حداقل‌سه هفته‌ای به‌دنبال دارد. مقدار مصرف‌نگهدارنده ۰/۰۵ mg/kg/day خواهد بود. درروش دیگر مقدار ۰/۲۵ mg/kg/day برای‌چهار روز مصرف می‌شود که یک دوره‌استراحت ۲-۴ هفته‌ای به‌دنبال دارد. مقدارمصرف نگهدارنده ۲-۴ mg/day است درروش سوم مصرف مقدار ۷ mg/m۲/day یا۰/۲۵ mg/kg/day به مدت ۵ روز می‌باشدکه هر ۵-۶ هفته یکبار تکرار می‌شود. تنظیم‌مقدار مصرف باید طوری باشد که حداقل‌اثر کاهنده گویچه‌های سفید و پلاکت‌هابروز نماید. در درمان کارسینوم تخمدان۰/۲mg/kg/day به مدت ۵ روز مصرف‌می‌شود که هر ۴-۶ هفته در صورت‌بازگشت تعداد سلولهای خونی به‌مقدارطبیعی تکرار می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۲ mg

MERCAPTOPURINE

موارد مصرف مرکاپتوپورین در درمان‌لوسمی‌های لنفوسیتیک حاد،میلومونوسیتیک حاد و میلوسیتیک حاد ودرمان لوسمی

میلوسیتیک مزمن لنفوم‌های غیرهوچکینی پلی‌سیتمی ورا،بیماری التهابی روده و آرتریت ناشی ازپسوریازیس مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مرکاپتوپورین آنتی‌متابولیت‌و آنالوگ پورین است در چرخه تقسیم‌سلولی به‌طور اختصاصی در مرحله Sعمل کرده و با فعال شدن در بافتها باعث‌مهار ساخت DNA و تا حدی RNAمی‌شود.

فارماکوکینتیک جـذب دارو از مجرای‌گوارش متغیر و ناقص (تا ۵۰ درصـد) است از سد خونی ـ مغزی عبور می‌کند اما نه به‌میزانی که برای درمان لوسـمی منتژیال‌کافی باشـد. متابولیسم دارو کبدی است نیمه عمر دارو ۳ مرحله‌ای و به‌ترتیب ۴۵دقیقه ۲/۵ ساعت و ۱۰ ساعت بوده و دفع‌دارو کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ مصـرف دراز مدت‌مرکاپتوپورین در بیماریهای‌غیرنئوپلاسـمی به‌علت اثرات بالقوه‌سـرطان زایی دارو، با احتیاط فراوان انجام‌شود.

۲ ـ چون ممکن است اثرات مرکاپتوپورین‌دیررس باشد، توصیه می‌شود به محض‌مشاهده اولین علائم کاهش گلبولهای سفیـد (به‌خصـوص گرانولوسـیتوپنی یاترومبوسـیتوپنی خـونریزی و یـا یرقـان درمـان بـا دارو فور ?قطع شود. پس ازبـازگشت تعـداد لکوسیتها برای ۲-۳ روز ویا افزایش تعداد آن درمان را می‌توان بانصف مقدار اولیه از سر گرفت

۳ ـ کاهش گلبولهای سفید وترومبوسیتوپنی (معمولا خفیف ممکن‌است ۵-۶ روز پس از شروع درمان ایجاد وبه‌مدت ۷ روز پس از قطع مصرف داروادامه یابد.

عوارض جـانبی کم‌خونی مسـمومیت کبـدی‌یا انسـداد صـفراوی کـاهش ایمنی کاهش‌گلبول‌هـای سـفید یـا عفونت ترومبوسـیتوپنی افزایش اسـید اوریـک‌خون نفروپاتی ناشـی از اسـید اوریک کاهش اشـتها، تهوع و اسـتفراغ زخم‌گوارشـی و استئوماتیت از عوارض جانبی‌مهم و نسبت ?شایع دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در مواردی که بیمـار ۳۰۰-۶۰۰mg/day آلوپورینول (برای‌پیشـگیری از هیپراوریسمی یا کند شدن‌متابولیسم مرکاپتوپورین مصرف می‌کند،میزان مصرف دارو باید به ۱/۴ تا ۱/۳مقدار مصرف کاهش یابد.

۲ ـ در لوسـمی حـاد بـا وجودترومبوسـیتوپنی و خـونریزی درمـان ادامه‌یابـد چـون در بعضـی موارد توقف‌خونریزی و افزایش تعـداد پلاکت‌ها در حین‌درمان دیده شده‌است و در مواردی نیزتجویز پلاکت توصیه شده است

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان لوسمی لنفوسیتیک‌حاد، لوسمی میلوسیتیک حاد و لوسمی‌میلومنوسیتیک حاد، ابتدا ۲/۵mg/kg/day یا ۸۰-۱۰۰mg/m۲/day به‌صورت مقدارواحـد یـا در مقادیر منقسم به‌کار می‌رود.اگر پاسـخ بالینی مناسب و کاهش‌لکوسـیت‌ها ۴ هفته پس از مصـرف این مقداردیـده نشـد، مقـدار مصـرف را می‌توان تا۵mg/kg/day افزایش داد. به‌عنـوان مقدارنگهدارنـده به‌میزان ۱/۵-۲/۵mg/kg/day یا۵۰-۱۰۰mg/m۲/day مصـرف می‌شـود. دردرمـان بیمـاری التهـابی روده۱/۵mg/kg/day مصرف می‌شـود که درصـورت نیـاز تنظیم می‌شـود. اگر پاسـخ‌بالینی منـاسب و کمی گلبولهـای سـفید پس از۲-۳ مـاه حاصل نشـد می‌توان مقدارمصرف را تدریج ?تا ۲/۵mg/kg/dayافزایش داد.

کودکـان در درمان لوسـمی لنفوسـیتیک‌حاد، لوسـمی میلوسـیتیک حاد و لوسمی‌میلومنوسـیتیک حاد، مقـدار ۲/۵ mg/kg/dayیا ۷۵ mg/m۲/day به‌صورت مقدار واحد یادر مقادیر منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

MESNA

موارد مصرف مسنا در پیشگیری ازسیستیت هموراژیک در بیماران تحت‌درمان با ایفوسفامید و سیکلوفسفامیدمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مسنا در کلیه به متابولیت‌های‌سیکلوفسفامید و ایفوسفامید متصل واثرات سمی آنها را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر مسنا ۰/۳۶ ساعت‌و دفع آن کلیوی است

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی اسهال تهوع و استفراغ از عوارض شایع‌مسنا هستند.

مقدار مصرف برای پیشگیری از سیستیت‌هموراژیک ناشی از مصرف ایفوسفامیدمسنا به میزان ۲۰ درصد وزنی مقدارمصرف ایفوسفامید همزمان تزریق‌وریدی می‌شود این مقدار چهار و هشت‌ساعت بعد نیز تکرار می‌شود. مقدارمصرف تام مسنا در روز معادل ۶۰ درصدمقدار مصرف تام ایفوسفامید در روزاست

اشکال دارویی

Injection: ۴۰۰ mg/۴ml

METHOTREXATE

موارد مصرف متوترکسات در درمان‌کارسینوم پستان سر و گردن ریه تومورتروفوبلاستیک لوسمی لنفوسیتیک حاد،لوسمی منتژیال لنفومهای غیر هوچکینی میکوزفونگوئید، استئوسارکوما،پسوریازیس و آرتریت روماتوئید به‌کارمی‌رود. همچنین در درمان کارسینوم‌گردن رحم تخمدان مثانه کلیه پروستات‌و بیضه لوسمی میلوسیتیک حاد، میلوم‌مولتیپل آرتریت ناشی از پسوریازیس ودرماتومیوزیت نیز مصرف شده‌است

مکانیسم اثر: متوترکسات آنتی متابولیت وآنالوگ اسید فولیک است که با اتصال به‌دی‌هیدروفولات ردوکتاز از احیای‌دی‌هیدروفولات به تتراهیدروفولات‌جلوگیری می‌کند و در نتیجه باعث مهارساخت DNA، RNA، تیمیدیلات و پروتئین‌می‌شود. سلولهایی که تکثیر سریع دارندبیش از سایر سلولهای تحت تأثیر این داروقرار می گیرند.

فارماکوکینتیک جذب دارو بسیار متغیراست از سد خونی ـ مغزی به مقدار کم‌عبور می‌کند، در حالی که پس از تزریق ازراه غلاف طناب نخاعی به‌راحتی واردجریان خون مغزی می‌شود. متابولیسم‌دارو کبدی است نیمه عمر نهایی با مقادیرمصرف پایین ۳-۱۰ ساعت و در مقادیربالا ۸-۱۵ ساعت است زمان لازم برای‌رسیدن به حداکثر غلظت سرمی بعد ازمصرف خوراکی ۱-۲ ساعت و بعد ازتزریق عضلانی ۳۰-۶۰ دقیقه می‌باشد.دفع دارو عمدت ?کلیوی است

موارد منع مصرف در نارسایی سیستم‌ایمنی به‌عنوان داروی ضد نئوپلاسم جزدر موارد خاص نباید مصرف شود. درموارد غیرنئوپلاسم نیز در صورت وجودنارسائی ایمنی عیب شدید کار کلیه و کبد وکاهش فعالیت مغز استخوان نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ باتوجه به اثرات سرطان زایی‌بالقوه دارو، مصرف طولانی مدت آن درموارد غیرنئوپلاسم باید با احتیاط فراوان‌صورت گیرد.

۲ ـ در آسیت انسداد مجرای گوارش وجود ترشحات جنب یا صفاق موکوزیت زخم گوارشی و کولیت اولسراتیو باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

۳ ـ در صورت بروز اسهال یا استئوماتیت‌اولسراتیو مصرف دارو قطع شود چون‌احتمال انتریت خونریزی‌دهنده وپرفوراسیون کشنده وجود دارد. همچنین‌در صورت بروز علائم ریوی (به‌خصوص‌سرفه‌های خشک و آزاردهنده مصرف‌دارو قطع شود چون خطر مسمومیت‌ریوی برگشت‌ناپذیر وجود دارد.

۴ ـ درمان با مقادیر زیاد متوترکسات رانباید آغاز کرد، مگر این که لکوورین (برای‌جلوگیری از عوارض خونی و گوارشی دردسترس باشد. همچنین باید لکوورین راپس از مصرف متوترکسات تجویز کرد (نه‌همزمان تا با اثر ضدنئوپلاسم آن تداخل‌نکند.

۵ـ درمان نئوپلاسم با متوتر کسات را

نباید آغاز کرد مگر اینکه کلیرانس

کراتینین و غلظت کراتینین سرم در حدطبیعی باشد.

عوارض جانبی زخم و خونریزی گوارشی اسهال پرفوراسیون گوارشی (ممکنست‌کشنده باشد)، کاهش گلبولهای سفید خون عفونت باکتریایی یا سپتی سمی کاهش‌پلاکت‌های خون استئوماتیت زخم ژنژیویت فارنژیت کاهش اشتها، تهوع واستفراغ از عوارض جانبی مهم و نسبت?شایع متوتر کسات می‌باشند. در درمان‌نئوپلاسم با مقادیر بالا عوارض شایع‌شامل نارسایی کلیه ازتمی هیپراوریسمی نفروپاتی حاد، سمیت حادناشی از مسمومیت با دارو، واسکولیت‌پوستی یا آفتاب سوختگی و افزایش‌اریتروماتوز ناشی از درمان با اشعه UVمی‌باشد.

تداخل‌های داروئی مصرف توأم دارو باآسیکلوویر تزریقی داروهای‌هپاتوتوکسیک داروهای ضد التهاب‌غیراستروئیدی آسپاراژیناز وسالیسیلات‌ها، باعث تشدید عوارض سمی‌متوتر کسات می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ـ احتمال بروز و شدت‌عوارض جانبی به‌خصوص مسمومیت‌کبد به فواصل زمانی و طول مصرف داروبستگی دارد.

۲ـ در تزریق دارو از راه غلاف طناب‌نخاعی مقادیر زیادی متوتر کسات واردجریان خون می‌شود و در بیمارانی که‌به‌طور سیستمیک نیز دارو دریافت می کنندبرای جلوگیری از سمیت تنظیم مجددمقدار مصرف سیستمیک توصیه می‌شود.

۳ـ تعداد لکوسیتها و پلاکت‌ها ۷–۱۰ روزبعد از تجویز دارو به حداقل می‌رسد و ۷روز بعد به میزان طبیعی برمی گردد.

۴ـ در بیماران مبتلا به آسیت انسدادمجرای گوارش وجود ترشحات جنب یاصفاق و عیب کار کلیه ممکن است مقادیربیشتر و یا مدت زمان مصرف طولانی‌ترلکوورین لازم باشد، توصیه می‌شود طول‌مدت مصرف لکوورین براساس غلظت‌پلاسمایی متوتر کسات تعیین گردد.

۵ـ در درمان پسوریازیس زمانی که‌پاسخ بالینی مطلوب به‌دست آمد توصیه‌می‌شود که مقادیر دارو تدریج ?کاهش‌داده شود و زمان استراحت (قطع مصرف‌دارو) را به حداکثر زمانی که پاسخ مناسب‌را ایجاد کند، افزایش یابد. توصیه می‌شودکه هر چه سریعتر از درمانهای موضعی‌معمول در درمان پسوریازیس استفاده‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان کوریو کارسینوما،کوریوادنوم تخریبی و مول هیداتیفرم ازراه عضلانی ۳۰-۱۵ mg/day به‌مدت ۵ روزتزریق می‌شود که ۳–۵ بار به فاصله ۱–۲هفته تکرار می‌شود. در لوسمی حادلنفوسیتیک مقدار اولیه ۳/۳ mg/m۲/dayهمراه با پردنیزون یا سایر داروهای‌ضدسرطان به‌کار می‌رود. مقدار مصرف‌نگهدارنده ۳۰mg/m۲ در هفته می‌باشد.

در لنفوم بورکیت به‌میزان۱۰–۲۵mg/m۲/day به‌مدت ۴–۸ روز به‌کارمی‌رود که هر ۷–۱۰ روز تکرار می‌شود.در لنفوسارکوما میزان۰/۶۲۵–۲/۵mg/kg/day به‌کار می‌رود. درمیکوزفونگوئید ۲/۵–۱۰mg/day برای‌هفته‌ها یا ماهها مصرف می‌شود. درپسوریازیس یا آرتریت روماتوئید یاآرتریت ناشی از پسوریازیس ابتدا ۲/۵–۵میلی گرم هر ۱۲ ساعت برای سه نوبت ۱بار در هفته سپس به میزان حداکثر۲/۵–۲۰ میلی گرم در هفته افزایش می‌یابد.یا ابتدا ۱۰ میلی گرم یکبار در هفته که‌حداکثر تا ۲۵ میلی گرم در هفته برحسب‌نیاز افزایش می‌یابد. به‌دلیل حساسیت به‌دارو و تفاوتهای فردی پیشنهاد شده مقدارمصرف اولیه تست در کمترین میزان داده‌شود.

کودکان به‌عنوان ضد نئوپلاسم مقدار۴۰–۲۰ mg/m۲ یکبار در هفته مصرف‌می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان در لوسمی منتژیال از راه‌غلاف طناب نخاعی ابتدا ۱۲ میلی‌گرم هر۲-۵ روز تا زمانی که شمارش سلولهای‌مایع مغزی ـ نخاعی به حد طبیعی برسد،تزریق می‌شود. به‌عنوان پیشگیری ۱۲میلی‌گرم در فواصلی که از طریق پاسخ‌بالینی به‌دست می‌آید مصرف می‌شود. درکوریوکارسینوما، کوریوادنوم تخریبی یامول هیداتیفرم از راه عضلانی ۳۰-۱۵ mg/day به‌مدت ۵ روز که ۳-۵مرتبه هر ۱-۲ هفته تکرار می‌شود، درلوسمی حاد لنفوسیتیک ابتدا۳/۳ mg/m۲/day از راه عضلانی همراه باپردنیزون یا سایر داروهای به‌کار می‌رود.مقدار مصرف نگهدارنده از راه عضلانی ۳۰ mg/m۲ در هفته یا از راه وریدی۲/۵ mg/kg هر ۱۴ روز می‌باشد.

در میکوزفونگوئید از راه عضلانی ۵۰میلی‌گرم یکبار در هفته یا ۲۵ میلی‌گرم دوبار در هفته به‌کار می‌رود. در پسوریازیس‌یا آرتریت روماتوئید از راه عضلانی یاوریدی ۱۰ میلی‌گرم یکبار در هفته که‌برحسب نیاز تا ۲۵ میلی‌گرم افزایش‌می‌یابد.

کودکان در لوسمی منتژیال در کودکان‌زیر یکسال از طریق تزریق داخل نخاعی ۶میلی‌گرم کودکان یک ساله ۸ میلی‌گرم کودکان دو ساله ۱۰ میلی‌گرم کودکان ۳ساله یا بیشتر ۱۲ میلی‌گرم هر ۲-۵ روزبه‌کار می‌رود تا شمارش سلولی مایع‌مغزی ـ نخاعی به حد طبیعی باز گردد.به‌عنوان ضد نئوپلاسم ۲۰-۴۰ mg/m۲ ازراه عضلانی یکبار در هفته به‌کار می‌رود.

به‌طور کلی توصیه شده اولین تزریق‌لکوورین ۲۴-۴۲ ساعت پس از انفوزیون‌مقادیر زیاد متوترکسات (یا طی یک ساعت پس از مصرف مقادیر بیش از حد آن صورت گیرد. مقدار مصرف لکوورین بایدبه اندازه‌ای باشد که غلظت خونی آن‌مساوی یا بیشتر از مقادیر خونی‌متوترکسات باشد. مدت زمان تجویزلکوورین بسته به مقدار مصرف‌متوترکسات و غلظت‌های پلاسمایی‌حاصل از آن متغیر است

اشکال دارویی

Injection: ۲.۵ mg-۱۰۰ mg

Tablet: ۲.۵ mg

MITOMYCIN

موارد مصرف میتومایسین در درمان‌کارسینومای معده لوزالمعده کلورکتال پستان سر و گردن مجاری صفراوی ریه گردن رحم مثانه و لوسمی‌میلوسیتیک مزمن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: میتومایسین بعد از فعال شدن‌توسط آنزیم‌ها در بافتها به‌عنوان یک‌داروی آلکیله‌کننده با دو یا سه گروه فعال‌عمل می‌کند. میتومایسین موجب اتصال دورشته DNA بهم شده و ساخت DNA و نیزتا حدی ساخت RNA و پروتئین را مهارمی‌کند.

فارماکوکینتیک متابولیسم میتومایسین‌عمدت ?در کبد صورت می‌گیرد. نیمه عمر آن‌در مرحله نهائی حدود ۵۰ دقیقه بوده دفع‌آن کلیوی است

هشدارها: اگر طی تزریق وریدی دارو به‌بافتهای اطراف رگ نشت کرد باید تزریق‌را بلافاصله متوقف و بقیه دارو را از طریق‌یک ورید دیگر تجویز کرد. برداشتن ناحیه‌آسیب‌دیده توسط جراحی ممکن است لازم‌شود.

عوارض جانبی کاهش گلبولهای سفید خون‌یا عفونت ـ و ترومبوسیتوپنی از عوارض‌شایع میتومایسین هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ میتومایسین رامعمولا از طریق یک کاتتر وریدی تزریق‌می‌کنند.

۲ ـ به‌علت ایجاد نکروز موضعی بافتها،نباید میتومایسین را به‌صورت عضلانی یازیرجلدی تزریق کرد.

۳ ـ میتومایسین را برای درمان بعضی ازتومورها به‌صورت تزریق شریانی (مثلادر شریان کبدی تجویز می‌کنند.

۴ ـ دوره درمان بعدی با میتومایسین بایدتنها زمانی که سلولهای خونی به تعداد قابل‌قبول باز گشتند، انجام شود.

۵ ـ اگر بیماران پس از دو دوره درمان‌پاسخ لازم را به میتومایسین ندادند به‌نظرنمی‌رسد که درمان با میتومایسین در آنهانتیجه‌ای داشته‌باشد.

مقدار مصرف به میزان ۱۰-۲۰ mg/m۲به‌صورت مقدار واحد هر ۶-۸ هفته یکبارتزریق وریدی می‌شود. مقدار مصرف درنوبتهای بعدی بر مبنای تعداد پلاکت‌ها ولکوسیت‌ها تعیین می گردد. مصرف مقادیربیش از ۲۰ mg/m۲ اثر درمانی بیشترنداشته و تنها خطر مسمومیت را افزایش‌می‌دهد.

اشکال دارویی

Injection: ۲ mg

MITOTANE

موارد مصرف میتوتان در درمان‌کارسینومای بخش قشری غده فوق کلیوی غیرقابل جراحی و سندرم کوشینگ‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: میتوتان ظاهر ?فعالیت

بخش قشری غده فوق کلیوی را کاهش‌می‌دهد. مکانیسم اثر آن ممکن است درارتباط با کاهش فعالیت غده فوق کلیوی‌باشد.

فارماکوکینتیک تقریب ?۳۵-۴۰ درصد جذب‌خوراکی داشته و در تمام بافتها منتشرمی‌شود. متابولیسم آن کبدی و کلیوی‌است نیمه عمر دارو ۱۸-۱۵۹ روز است کاهش غلظت -۱۷ هیدروکسی کورتیکوستروئید طی ۲-۳ روز پس ازشروع درمان حاصل شده و پاسخ توموربه درمان ممکن است شش هفته طول‌بکشد. غلظت‌های پلاسمایی قابل‌اندازه‌گیری این دارو حتی ۶-۹ هفته پس ازخاتمه درمان نیز باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت وجودعفونت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد ابتلا به بیماریهای‌کبدی کاهش مقدار مصرف دارو ممکن‌است لازم باشد.

۲ ـ اگر جراحت عفونت یا سایر بیماریهاعارض شوند، به‌علت احتمال بروزنارسایی غده فوق‌کلیوی ممکن است به‌تجویز داروهای استروئیدی نیاز باشد.

عوارض جانبی نارسایی بخش قشری غده‌فوق‌کلیوی تیره شدن پوست اسهال سرگیجه خواب‌آلودگی کاهش اشتها،افسردگی روانی تهوع و استفراغ بثورات‌جلدی خستگی از عوارض شایع میتوتان‌هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌میتوتان با داروهای مضعف دستگاه‌عصبی مرکزی ممکن است باعث تشدیداثرات دارو شود. گلوکوکورتیکوئیدها،مینرالوکورتیکوئیدها و کورتیکوتروپین ACTH) با اثرات میتوتان تضاد دارند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ درمان اولیه تا زمانی‌که مقدار مصرف تثبیت شود، باید دربیمارستان صورت گیرد.

۲ ـ مقدار مصرف دارو باید باتوجه به‌میزان حداکثر قابل تحمل برای هر بیمار ومبتنی بر وجود عوارض جانبی و بهبودپاسخهای بالینی تنظیم شود.

۳ ـ معمولاـ در بیماران تحت درمان بامیتوتان درمان با گلوکوکورتیکوئیدهالازم می‌شود. درمان با مینرالو-کورتیکوئیدها نیز به‌خصوص در درمان‌طولانی مدت ممکن است لازم شود. پس ازخاتمه درمان با میتوتان تا زمانی که‌عملکرد بخش قشری غده فوق‌کلیوی‌به‌حالت عادی برنگشته است درمان بااستروئیدها را باید ادامه داد.

۴ ـ به‌نظر می‌رسد که درمان مداوم باحداکثر میزان قابل تحمل میتوتان مؤثرتراز درمان متناوب است

۵ ـ مدت درمان نیز به پاسخ‌های بالینی‌بستگی دارد. تنها ۱۵ درصد بیمارانی که باحداکثر مقدار قابل تحمل به مدت سه ماه‌درمان

شده ولی به درمان پاسخ نداده‌اند،با ادامه درمان پاسخ بالینی نشان می‌دهند.

۶ ـ توصیه می‌شود که در صورت بروزشوک یا ضربه شدید فور ?و به‌طور موقت‌درمان با میتوتان قطع شود و استروئیدتجویز گردد زیرا ممکن است کاهش فعالیت‌غده فوق‌کلیوی پاسخ طبیعی به این‌استرس را مختل نماید.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای درمان کارسینومای‌بخش قشری غده فوق کلیوی مقدار مصرف‌اولیه ۸-۱۰g/day است که در سه یا چهارمقدار منقسم مصرف می‌شود. این مقدار رامی‌توان تا بروز عوارض جانبی افزایش داد.باید توجه داشت که حداکثر مقدار قابل‌تحمل‌دارو بین ۲-۱۶ g/day متغیر است برای‌درمان سندرم کوشینگ مقدار شروع۳-۶g/day در سه یا چهار مقدار منقسم است‌و مقدار نگهدارنده ۰/۵ گرم دو بار در هفته تا۲ g/day متغیر می‌باشد.

کودکان به‌عنوان درمان کارسینومای‌بخش قشری غده فوق‌کلیوی مقدار

۰/۱-۰/۵ mg/kg و یا ۱-۲ g/day در مقادیرمنقسم مصرف می‌شود که به‌تدریج به۵-۷ g/day افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

MITOXANTRONE

موارد مصرف میتوکسانترون در درمان‌لوسمی‌های حاد میلوسیتیک پرومیلوسیتیک منوسیتیک و لوسمی حاداریتروئید، سرطان پستان کبد و لنفوم‌های‌غیرهوچکینی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد این دارو بااتصال به DNA سبب مهار ساخت DNA و RNAمی‌شود.

فارماکوکینتیک میتوکسانترون به‌سرعت وبه‌طور وسیع در بافتهایی چون تیروئید،کبد، قلب و گلبول‌های قرمز خون منتشرمی‌شود. متابولیسم آن کبدی بوده و نیمه‌عمر آن حدود ۶ روز می‌باشد. دفع آن ازطریق صفرا و مدفوع تا ۲۵ درصد طی ۵روز پس از مصرف است

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلا به‌اختلال فعالیت قلب باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی سرفه تنفس کوتاه خونریزی دستگاه گوارش کاهش گلبولهای سفید یا عفونت معده درد، التهاب‌دهان و مخاط آن از عوارض جانبی شایع‌میتوکسانترون است

نکات قابل توصیه ۱ ـ میتوکسانترون نبایدبه داخل غلاف نخاعی تزریق گردد.

۲ ـ مقدار مصرف تکمیلی دارو پس از رفع‌اثرات سمی هماتولوژیکی آن قابل تجویزاست

مقدار مصرف در درمان لوسمی‌های حادمیلوسیتیک و پرومیلوسیتیک و اریتروئیدمقدار اولیه ۱۲ mg/m۲/day یک تا سه روز حداقل طی ۳ دقیقه انفوزیون

وریدی می‌شود. میتوکسانترون به‌صورت‌ترکیبی با ۱۰۰ mg/m۲ سیتارابین‌به‌صورت انفوزیون وریدی طی ۲۴ ساعت‌برای ۱-۷ روز هم تجویز می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده ۱۲ mg/m۲/day است که‌برای ۱-۲ روز انفوزیون وریدی می‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده به‌صورت ترکیبی‌با سیتارابین ۱۰۰ mg/m۲/day است که

طی ۲۴ ساعت برای ۱-۵ روز انفوزیون‌وریدی می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده‌به فاصله ۶ هفته پس از مقدار مصرف

اولیه و در صورت مصرف ترکیبی ۴ هفته‌پس از مصرف اولیه تجویز می‌شود. دردرمان سرطان پیشرفته پستان ولنفوم‌های غیر هوچکینی به میزان۱۴ mg/m۲ انفوزیون وریدی می‌شود که درفواصل ۲۱ روز تکرار می‌گردد. دربیمارانی که دچار ضعف

فعالیت مغزاستخوان هستند مقدار مصرف اولیه۱۲ mg/m۲ خواهد بود.

اشکال دارویی

Injection: ۲ mg/ml

OCTREOTIDE

موارد مصرف اوکترئوتاید در درمان‌تومورهای کارسینوئید، ترشح‌کننده‌گلوکاگن ترشح‌کننده VIP (VasoactiveIntestinal Peptide) و آکرومگالی مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این ترکیب مشتق صناعی‌هورمون سوماتوستاتین است که ۴۵ بار ازسوماتوستاتین قویتر است این دارو، آزادشدن هورمون رشد و هورمون‌های‌لوزالمعده را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک از راه تزریق زیر جلدی‌به‌طور کامل جذب می‌شود. نیمه عمر داروحدود ۱/۵ ساعت می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو در صورت‌وجود تومور ترشح‌کننده انسولین ممکن‌است موجب افزایش شدت و طول مدت‌پایین ماندن میزان قند خون گردد. باافزایش تعداد دفعات مصرف ممکن است‌نوسانات قند خون کاهش یابد.

۲ ـ مصرف این دارو در بیماران مبتلا به‌دیابت ممکن است باعث کاهش نیاز به‌انسولین یا داروی پایین‌آورنده قند خون‌گردد.

۳ ـ این دارو، حرکات کیسه صفرا و جریان‌ترشح صفراوی را مهار می‌کند.

عوارض جانبی عوارض شایع این داروعبارتند از: اختلال گوارشی (شامل‌بی‌اشتهایی تهوع استفراغ درد شکم ونفخ اسهال دفع چربی در مدفوع ، درد وتحریک در ناحیه تزریق و اختلال درافزایش قند خون بعد از مصرف غذا.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌اوکترئوتاید با انسولین و داروهای‌پایین‌آورنده قند خون در بیماران دیابتی‌موجب کاهش نیاز به این داروها می‌شود.اوکترئوتاید با کاهش جذب سیکلوسپورین‌غلظت پلاسمایی آن را کاهش می‌دهد. این‌دارو احتمالا جذب سایمتیدین را نیز به‌تعویق می‌اندازد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌طولانی مدت این دارو، عملکرد تیروئید بایدتحت کنترل باشد.

۲ ـ قبل از مصرف و در فواصل هر ۶–۱۲ماه درمان با این دارو، وضعیت کیسه‌صفرا ارزیابی شود.

۳ ـ قطع ناگهانی دارو ممکن است موجب‌انقباض کیسه صفرا و متعاقب ?بروز کولیک‌صفراوی و التهاب لوزالمعده گردد.

۴ ـ برای جلوگیری از ایجاد تحریک و درددر محل تزریق ناحیه تزریق باید دائم?عوض شود.

۵ ـ در صورتی که این دارو در فاصله بین دووعده غذایی یا موقع خواب تزریق شود،ممکن است عوارض گوارشی آن کاهش یابد.

مقدار مصرف در تومورهای کارسینوئید،ترشح‌کننده گلوکاگن و ترشح‌کننده VIP، ازراه تزریق زیرجلدی ابتدا ۵۰ میکروگرم ۱تا ۲ بار در روز مصرف می‌شود که‌براساس پاسخ ایجاد شده به‌تدریج تا ۲۰۰میکروگرم ۳ بار در روز افزایش می‌یابد(ندرت ?مقادیر بیش از این ممکن است لازم‌باشد). در تومورکارسینوئید، در صورت‌عدم تأثیر دارو بعد از یک هفته بایدمصرف دارو قطع شود. در صورتی که‌پاسخ سریع مورد نیاز باشد، محلول باغلظت ۱۰–۵۰ درصد دارو حاوی مقدارمصرف اولیه دارو از طریق تزریق داخل‌وریدی همره با ثبت ECG تجویز می‌گردد.

در آکرومگالی جهت درمان کوتاه مدت قبل‌از جراحی هیپوفیز یا جهت درمان طولانی‌مدت در بیمارانی که به سایر روش‌های‌درمانی پاسخ کافی نداده‌اند یا تا زمانی که‌درمان با اشعه کاملا اثر خود را اعمال کند،از راه تزریق زیر جلدی ۱۰۰–۲۰۰میکروگرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود،در صورتی که با این مقادیر تا ۳ ماه‌هیچگونه بهبودی حاصل نشد، مصرف‌دارو باید قطع شود.

اشکال دارویی

Injection

PACLITAXEL

موارد مصرف پاکلیتکسل در درمان کارسینومای تخمدان در صورت عدم‌پاسخدهی به سایر درمان‌های استاندارد،مصرف می‌شود. این دارو همچنین دردرمان کارسینومای متاستاز یافته پستانو سلول non-small ریه مصرف شده‌است

مکانیسم اثر: پاکلیتکسل یک داروی‌ضدمیکروتوبول است که با جلوگیری ازدپلیمریزه شدن باعث ثابت شدن‌میکروتوبول‌ها می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی استو نیمه عمر آن بین ۵/۳-۱۷/۴ ساعت است مقدار قابل توجهی از پاکلیتکسل ومتابولیت‌های آن از طریق صفرا دفع‌می‌شوند.

هشدارها: در صورت وجود ضعف فعالیت‌مغز استخوان یا اختلالات قلبی تجویز دارو‌باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

عوارض جانبی کم‌خونی واکنش‌های‌حساسیتی کاهش گلبول‌های سفید یانوتروپنی کاهش پلاکت‌های خون اختلالات قلبی (شامل برادی کاردی ،کاهش فشار خون و الکتروکاردیوگرام‌غیرعادی و افزایش سطح سرمی‌آنزیم‌های کبدی از عوارض شایع‌پاکلیتکسل هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به‌خاطر احتمال بروزواکنش‌های حساسیتی بیمارانی که‌پاکلیتکسل را دریافت می‌کنند باید حداقل‌طی نیم ساعت اول انفوزیون دارو تحت‌کنترل باشند. با این وجود در صورت بروزعلائم خفیف واکنش‌های حساسیتی نبایدمصرف دارو را قطع کرد.

۲ ـ پاکلیتکسل قبل از تزریق وریدی حتم?باید رقیق شود.

۳ ـ در صورت وجود نوروپاتی محیطی ویا نوتروپنی مقدار مصرف بعدی می‌باید ۲۰ درصد کاهش یابد.

مقدار مصرف در درمان کارسینومای‌تخمدان مقدار ۱۳۵ mg/m۲ طی ۲۴ ساعت‌انفوزیون وریدی می‌شود که این مقدار هر ۲۱ روز تکرار می‌شود. برای جلوگیری ازبروز واکنش‌های حساسیتی همه بیماران‌باید قبلاـ کورتیکوستروئید، دیفن هیدرامین‌و سایمتیدین دریافت کنند.

اشکال دارویی

Injection: ۶ mg/ml

PREDNIMUSTINE

موارد مصرف پردنیموستین در درمان‌لوسمی لنفوسیتیک مزمن و لنفوم‌های‌غیرهوچکینی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو علاوه بر خاصیت‌الکیله‌کنندگی باعث مهار انتقال گلوکزسلولی و مهار ساخت DNA و RNAمی‌شود.

فارماکوکینتیک پس از جذب غلظت خونی‌آن به‌علت جایگزینی در بافتهای خاص مثل‌عضلات پروستات ریه طحال و مایع‌سمینال کم می‌شود. دفع دارو از کلیه ومدفوع است

هشدارها: ۱ ـ علیرغم اثر ضعیف‌میلوسیتیک دارو، شمارش و کنترل‌سلول‌های خون قبل از هر دوره درمان‌لازم است

۲ ـ از تماس دارو با مخاط خودداری شودچون محرک است

عوارض جانبی لکوپنی کاهش گلبول‌های‌سفید و پلاکت خون تهوع و استفراغ اسهال واکنش‌های حساسیتی و بهم‌خوردن میزان قند

خون از عوارض جانبی‌مهم و نسبت ?شایع دارو می‌باشند.

مقدار مصرف مقدار ۲۰۰ mg/day به‌مدت۳-۵ روز متوالی به‌کار می‌رود. مصرف‌دارو هر ۱۵ روز یکبار برای ۳ دوره تکرارمی‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg, ۵۰ mg

PROCARBAZINE

موارد مصرف پروکاربازین در درمان‌بیماری هوچکین و لنفوم‌های غیرهوچکینی‌و تومورهای مغزی و کارسینوم‌های بامنشاء نایژه‌ای ملانوم بدخیم میلوم‌مولتیپل و پلی‌سیتمی ورا نیز مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو در چرخه سلولی‌به‌طور اختصاصی و در فاز S تقسیم‌سلولی عمل می‌کند و به‌نظر می‌رسد که‌ساخت DNA، RNA و پروتئین را مهارمی‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو تقریب ?به‌طور کامل‌از مجرای گوارشی جذب می‌شود از سدخونی ـ مغزی عبور می‌کند. متابولیسم آن‌کبدی است و به متابولیت‌های فعال تبدیل‌می‌شود. دفع این دارو از راه کلیه (به میزان ۷۰ درصد) و ریه صورت می‌گیرد.

موارد منع مصرف پروکاربازین در عیب‌شدید کار کبد، فئوکروموسیتوم عیب‌شدید کار کلیه بیماریهای قلبی ـ عروقی یابی‌کفایتی عروق کرونر و آریتمی قلبی یابیماریهای پیشرفته عروقی مغز نبایدمصرف شود.

عوارض جانبی کم‌خونی تحریک CNS،تضعیف سیستم ایمنی عفونت کاهش‌پلاکت‌های خون کم‌خونی همولیتیک وقفه‌در قاعدگی و پنومونی از عوارض جانبی‌شایع پروکاربازین هستند.

تداخل‌های داروئی پروکاربازین باداروهای زیر ایجاد تداخل می‌کند:داروهای آنتی‌کلینرژیک آنتی‌هیستامین‌ها،ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای داروهای‌ضددیابت خوراکی یا انسولین کافئین کاربامازپین مهارکننده‌های MAO،داروهای مضعف CNS، دکسترومتورفان دوکساپرام فلوکستین گوانتیدین لوودوپا، میریدین و ترکیبات مشابه متیل‌دوپا و متیل فنیدات

مقدار مصرف

بزرگسالان در لنفومای هوچکینی ابتدا۱-۲ mg/kg در روز به‌صورت خوراکی‌تجویز می‌شود که به‌صورت مقدارمصرف واحد یا منقسم برای هفته اول سپس ۴-۶ mg/kg در روز تا ایجاد حداکثرپاسخ یا بروز لوکوپنی و ترومبوسیتوپنی‌مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگه‌دارنده۱-۲ mg/kg/day است

کودکان در لنفومای هوچکینی ابتدا

۵۰mg/day به صورت خوراکی برای هفته‌اول سپس ۱۰۰ mg/m۲ در روز تا ایجادحداکثر پاسخ یا بروز لکوپنی وترومبوسیتوپنی مصرف می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده ۵۰ mg/kg است

اشکال دارویی

Capsule: ۵۰ mg

STREPTOZOCIN

موارد مصرف استرپتوزوسین در درمان‌کارسینومای لوزالمعده و همچنین‌تومورهای کارسینوئید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که‌استرپتوزوسین از طریق ایجاد یون‌های‌متیل کاربونیوم به اجزاء داخل سلولی و ازجمله اسیدهای

هسته‌ای متصل می‌شود.اثرات سمی آن از طریق اتصال به‌رشته‌های DNA که در نهایت به مهارساخت DNAمنجر می گردد، اعمال‌می‌شود. اثرات دیابتوژنیک این داروبه‌خاطر جذب آن توسط سلولهای جزایربتا لوزالمعده و اثرات سمی آن بر روی این‌سلولها است

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی استو نیمه عمر نهائی آن حدود ۳۵ دقیقه برای‌دارو و ۴۰ ساعت برای متابولیت‌های آن‌است دفع دارو عمدت ?کلیوی و همچنین ازدستگاه تنفس است

عوارض جانبی سمیت و نارسائی کلیوی وکاهش قند خون از عوارض نسبت ?شایع‌استرپتوزوسین هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌استرپتوزوسین با داروهای سمی برای‌کلیه و فنی‌توئین باعث تشدید عوارض‌سمی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ استرپتوزوسین رامی‌توان به‌صورت تزریق سریع داخل‌وریدی و یا انفوزیون کوتاه مدت (۱۰-۱۵دقیقه و یا طولانی (طی ۶ ساعت تجویزکرد.

۲ ـ در صورت نشت دارو هنگام تزریق امکان زخم شدن و نکروز شدید بافت‌وجود دارد.

۳ ـ به‌خاطر احتمال بروز عوارض کلیوی تزریق داخل شریانی دارو توصیه‌نمی‌شود.

۴ ـ به‌خاطر احتمال بروز کاهش قند خون‌هنگام تزریق محلول دکستروز تزریقی‌باید در دسترس باشد.

۵ ـ بین دوره‌های درمان استرپتوزوسین‌باید ۴-۶ هفته فاصله باشد تا در صورت‌بروز سمیت کلیوی امکان کنترل آن باشد.در صورت بروز سمیت کلیوی مصرف‌دارو باید قطع شود و یا مقدار مصرف‌کاهش یابد. تجویز مقادیر کافی مایعات درهنگام تجویز دارو به کاهش عوارض‌کلیوی کمک می کند.

مقدار مصرف در درمان کارسینومای‌لوزالمعده ۵۰۰ mg/m۲/day به مدت پنج‌روز متوالی تزریق وریدی می‌شود که این‌مقدار مصرف هر ۴-۶ هفته تکرار می‌شودو یا ۱ g/m۲ هفته‌ای یکبار به مدت دو هفته‌تزریق وریدی می‌شود که این مقدار درصورت نیاز حداکثر تا ۱/۵ g/m۲ افزایش‌می‌یابد.

اشکال دارویی

For Injection: ۱ g

TAMOXIFEN

موارد مصرف تاموکسی‌فن برای درمان‌سرطان پستان و نازایی وابسته به‌اولیگومنوره یا آمنوره ثانویه مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: تاموکسی‌فن آنتی‌استروژن‌غیراستروئیدی می‌باشد که اثرات ضعیف‌استروژنی نیز دارد. تاموکسی‌فن گیرنده‌های استرادیول را مهار می کند. القاءتخمک‌گذاری با اشغال گیرنده‌های‌استروژن و حذف اثر مهاری هورمون ودر نتیجه تحریک ترشح هورمون‌آزادکننده گناد و تروپین از هیپوتالاموس‌انجام می گیرد.

فارماکوکینتیک متابولیسم تاموکسی‌فن‌کبدی است و دارای چرخه روده‌ای ـ کبدی‌می‌باشد، حذف دارو دو مرحله‌ای بوده که‌مرحله اول ۴-۷ ساعت پس از تجویز ومرحله دوم ۷-۱۴ روز طول می‌کشد. اثردرمانی مطلوب ۴-۱۰ هفته پس از شروع‌درمان حاصل می‌شود. اثرات‌آنتاگونیستی دارو ممکن است چند هفته‌پس از یک نوبت مصرف آن ادامه‌داشته‌باشد. دارو اغلب به‌صورت متابولیت‌از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ با مصرف این دارو احتمال‌ایجاد کیست‌های تخمدان در زنان قبل ازدوران یائسگی وجود دارد.

۲ ـ احتمال افزایش کلسیم خون در صورت‌وجود متاستاز استخوان را باید در نظرگرفت

۳ ـ با مصرف تاموکسی‌فن تغییرات‌آندومتر شامل هیپرپلازی پولیپ وسرطان گزارش شده‌است خونریزی‌غیرطبیعی واژن و علائمی

مانند درد

یا فشار لگن باید مورد توجه قرار

گیرد.

۴ ـ در صورت وجود تاری دید، آب‌مروارید، کاهش تعداد پلاکتها و گلبول‌های‌سفید و نیز بالابودن چربی‌های خون بایدبا احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی گر گرفتگی خونریزی‌واژن توقف قاعدگی خارش فرج اختلالات گوارشی التهاب تومور، کاهش‌تعداد پلاکتها، احتباس مایعات طاسی فیبروم رحم اختلالات بینایی (تغییرات‌قرنیه آب مروارید و رتینوپاتی کاهش‌پلاکت‌ها یا گلبول‌های سفید خون به‌ندرت‌کاهش نوتروفیل‌ها و تغییرات آنزیم‌های‌کبدی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های داروئی استروژنها ممکن است‌با اثرات درمانی تاموکسی‌فن تداخل نمایند.ترکیباتی مثل سایمتیدین فاموتیدین رانیتیدین و سایر آنتی‌اسیدها با افزایش pH معده موجب حلالیت زودرس دارو ودر نتیجه باز شدن نابجای قرص‌های‌روکش‌دار روده‌ای شوند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ روشهای‌غیرهورمونی جلوگیری از بارداری طی‌درمان و به مدت ۲ ماه پس از درمان بایدمورد استفاده قرار گیرد. در صورت‌مشکوک بودن به بارداری فور ?به پزشک‌مراجعه شود.

۲ ـ در صورت بروز اختلالات گوارشی‌مصرف دارو ادامه یابد و در صورت بروزاستفراغ زودرس پس از مصرف دارو به‌پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف در سرطان‌پستان ۲۰ mg/day است در نازایی

۲۰ mg/day در روزهای دوم سوم چهارم وپنجم قاعدگی مصرف می‌شود. در صورت‌لزوم در دوره‌های بعدی درمان مقدارمصرف روزانه را می‌توان به ۴۰ و سپس به ۸۰ میلی‌گرم افزایش داد. در صورت نامنظم‌بودن قاعدگی دوره اول درمان را در هرروز می‌توان شروع کرد و دوره بعدی ۴۵روز بعد و یا در صورت شروع قاعدگی درروز دوم آن آغاز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

THIOGUANINE

موارد مصرف تیوگوانین در درمان‌لوسمی‌های میلوسیتیک و لنفوسیتیک

حاد و لوسمی میلوسیتیک مزمن به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: تیوگوانین در چرخه

سلولی به‌طور اختصاصی و در فاز Sتقسیم سلولی عمل می‌کند و ساخت

DNA و به میزان کمتری RNA را مهارمی‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارشی به‌طور ناقص و متغیر جذب‌می‌شود. متابولیسم آن کبدی و دفع آن‌کلیوی است

عوارض جانبی ضعف سیستم ایمنی کاهش گلبولهای سفید خون عفونت وکاهش پلاکت‌های خون از عوارض شایع‌تیوگوانین است

مقدار مصرف مقدار مصرف تیوگوانین درابتدا ۲ mg/kg/day یا ۱۰۰-۷۵ mg/m۲/day به‌صورت مقدارمصرف واحد می‌باشد.اگر پیشرفت کلینیکی و یا کاهش لکوسیت‌حاصل نشد بعد از ۴ هفته یک افزایش مقدارمصرف تا ۳ mg/kg لازم

می‌باشد. مقدارمصرف نگهدارنده ۳-۲ mg/m۲/day و یا۳ mg/kg/day لازم می‌باشد. مقدار مصرف‌نگهدارنده ۳-۲ mg/m۲/day و یا۱۰۰mg/kg/day می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۴۰ mg

VINBLASTINE SULFATE

موارد مصرف وین بلاستین در درمان‌کارسینوم پستان تومورهای‌تروفوبلاستیک کارسینوم بیضه ریه مثانه و کلیه نوروبلاستوم لنفوم‌های‌هوچکینی و غیرهوچکینی سارکوم‌کاپوسی بیماری Letterer-siwe،میکوزفونگوئید و درمان لوسمی‌میلوسیتیک مزمن و تومورهای تخمدان‌به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: وین بلاستین تقسیم میوز رادر مرحله متافاز متوقف می‌کند.

فارماکوکینتیک عبور وین بلاستین از سدخونی ـ مغزی قابل توجه نیست متابولیسم‌آن کبدی است و دفع آن عمدت ?از طریق‌صفرا و راه ثانویه دفع این دارو کلیوی‌است

هشدارها: وین بلاستین ممکن است بر عمل‌اسپرم‌سازی در انسان نیز اثر بگذارد.

عوارض جانبی کاهش گلبولهای سفید خون‌از عوارض شایع وین بلاستین است

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا مقدار ۰/۱ mg/kg یا۳/۷ mg/m۲ در هفته به‌صورت وریدی‌تزریق می‌شود و مقدار مصرف به‌طورهفتگی ۰/۰۵ mg/kg یا ۱/۹-۱/۸ mg/m۲افزایش می‌یابد. حداکثر مقدار مصرف۰/۵ mg/kg یا ۱۸/۵ mg/m۲ است مقدارنگهدارنده حدود ۱۰ میلی‌گرم یک یا دو باردر ماه است

کودکان در شروع ۲/۵ mg/m۲ در هفته‌است که به‌صورت وریدی تزریق می‌شود.این مقدار هر هفته ۱/۲۵ mg/m۲ افزایش‌می‌یابد. حداکثر مقدار مصرف ۷/۵ mg/m۲است مقدار مصرف نگهدارنده حدود۱/۲۵ mg/m۲ کمتر از حداکثر مقدارمصرف اولیه است که هر ۷-۱۴ روز یکبارتزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

For Injection: ۱۰ mg

VINCRISTINE SULFATE

موارد مصرف وین کریستین در درمان‌لوسمی لنفوبلاستیک حاد و لنفوستیک‌مزمن و میلوسیتیک مزمن نوروبلاستوم تومور ویلمز، کارسینوم پستان ریه تخمدان و کولورکتال لنفوم هوچکینی وغیر هوچکینی و لنفوسارکوم و سارکوم‌رتیکولوم سارکوم رشته‌های عضلات‌مخلط و سارکوم اوینگ و سارکوم‌استئوژنیک ملانومای بدخیم میلوم‌مولتیپل و تومورهای سلول تخمدان میکوزفونگوئید و ترومبوسیتوپنی‌پورپورای ایدیوپاتیک مقاوم به درمان‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو میتوز سلول‌ها را درمرحله متافاز مهار می‌کند و ممکن است درمتابولیسم اسیدهای آمینه نیز دخالت‌نماید.

فارماکوکینتیک وین کریستین به مقدار قابل‌توجهی از سد خونی ـ مغزی عبور نمی‌نماید.متابولیسم آن کبدی است و راه عمدی دفع‌آن صفرا (حدود ۶۷ درصد) است

هشدارها: ۱ ـ وین کریستین ممکن است‌موجب افزایش خطر ایجاد کارسینوم‌های‌ثانویه در انسان شود.

۲ـ در موارد عیب کار کبد، عفونت کمبودگلبولهای سفید خون یا بیماری‌های عصبی‌ـ عضلانی با احتیاط فراوان تجویز شود.

عوارض جانبی یبوست و کرامپ‌های‌معدی افزایش اسید اوریک در خون ونفروپاتی ناشی از آن سمیت عصبی شامل‌دوبینی و اشکال در راه رفتن از عوارض‌شایع وین کریستین است

تداخل‌های داروئی در صورت مصرف‌همزمان با آلوپورینول و کلشی سین تنظیم‌مقدار مصرف داروهای ضد نقرس‌ضروری است مصرف همزمان باآسپارژیناز ممکن است منجر به افزایش‌خطر مسمومیت عصبی شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در لوسمی لنفوسیتیک حاد یانوروبلاستوما یا تومور ویلمز، کارسینومای پستان ریه تخمدان کولورکتال لنفومای هوچکینی و غیر هوچکینی رابدومیوسارکوما، سارکومای اوینگ استئوسارکوما، ملانومای بدخیم میکوزفونگوئید و ترومبوسیتوپنی‌پورپورای ایدیوپاتیک ۰/۰۳mg/kg ـ ۰/۰۱یا ۱/۴ mg/m۲ ـ ۰/۴ تزریق وریدی‌می‌شود.

کودکان مقدار ۲ mg/m۲ ـ ۱/۵ تزریق‌وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg/ml

VINDESIN SULFATE

موارد مصرف ویندزین در درمان‌لوسمی‌های حاد، لنفوم‌ها و بعضی ازتومورهای جامد از جمله پستان و ریه‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ویندزین متافاز میتوز رامتوقف می‌کند. ویندزین با اتصال به‌میکروتوبول‌ها مانع فعالیت آنها شده و درنهایت باعث مرگ سلول می‌شود.

فارماکوکینتیک ویندزین نیمه عمر سه‌مرحله‌ای دارد که نیمه عمر نهائی آن حدود ۲۰ ساعت است دفع دارو کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ این دارو در صورت وجودضعف شدید حرکتی نباید مصرف شود.

۲ ـ ویندزین نباید داخل جمجمه تزریق‌شود.

عوارض جانبی نفروپاتی تضعیف فعالیت‌مغز استخوان کم‌خونی و ترومبوسیتوپنی و نوروتوکسیسیتی از عوارض جانبی مهم‌ویندزین است

مقدار مصرف ویندزین با مقدار

۳-۴/۵ mg/m۲ به‌صورت تزریق وریدی‌هر ۱-۲ هفته و یا ۱-۲ mg/m۲/day برای۲-۱۰ روز هر ۲-۳ هفته در درمان انواع‌سرطان مصرف شده‌است

اشکال دارویی

For Injection: ۵ mg

ALBENDAZOLE

موارد مصرف آلبندازول یک داروی‌ضدکرم وسیع‌الطیف است و از نظرساختمان و اثر مشابه مبندازول می‌باشد.این ترکیب به‌عنوان داروی کمکی همراه باجراحی کیست هیداتید ناشی ازاکینوکوکوس گرانولوزوس یااکینوکوکوس مولتی لوکولاریس به‌منظورپیشگیری از عود بیماری مصرف می‌شودیا به‌عنوان درمان اولیه در صورتی که‌جراحی امکان‌پذیر نباشد، به‌کار می‌رود.این دارو همچنین در درمان آلودگی‌به‌استرونژیلوئید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آلبندازول موجب تغییرات‌تخریبی در سلولهای جدار روده کرم و درنتیجه کاهش تولید انرژی در انگل و مرگ‌آن می‌شود. این دارو همچنین مهارکننده‌آنزیم فومارات ردوکتاز (آنزیم اختصاصی کرم‌ها) می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه‌خوراکی کم و نامنظم است که در صورت‌مصرف همزمان دارو با غذاهای چرب‌افزایش می‌یابد. این دارو پس از جذب درمایع مغزی ـ نخاعی صفرا و در مایع‌کیست هیداتید منتشر می‌شود. آلبندازول‌در کبد سرعت و به‌طور گسترده‌به‌متابولیت‌های فعال متابولیزه می‌شود.اوج غلظت سرمی دارو ۴ـ۲ ساعت پس ازمصرف خوراکی به‌دست می‌آید. نیمه عمرآن پس از مصرف یک مقدار واحد ۱۵ـ۸ساعت است دفع دارو پس از جذب عمدت?کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ این دارو در بیماران مبتلابه‌عیب کار کبد باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ انجام آزمونهای کار کبد و شمارش‌سلولهای خون قبل از شروع درمان ودوبار در طول هر دوره درمان ضروری‌است

عوارض جانبی اختلالات گوارشی سردرد، سرگیجه تغییر در آنزیم‌های‌کبدی بندرت آلوپسی برگشت‌ناپذیر، تب بثورات جلدی و اختلالات خونی (شامل‌کاهش گلبولهای سفید و پان سیتوپنی بامصرف این دارو گزارش شده‌اند. درصورت نشت مایع در کیست هیداتیداحتمال بروز شوک آلرژیک وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو را بایدهمراه با غذاهای چرب مصرف کرد.

۲ ـ دوره درمان بااین دارو باید کامل شود.در آلودگیهای شدید دوره درمان ممکن‌است ۳ـ۲ هفته طول بکشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو دردرمان آلودگی به‌انواع کرمها ۴۰۰ میلی‌گرم‌در یک نوبت می‌باشد که در صورت نیازپس از سه هفته درمان مجدد ?تکرارمی‌شود. در درمان آلودگی‌به‌استرونژیلوئید ۴۰۰ میلی‌گرم یکبار درروز برای ۳ روز مصرف می‌شود. درصورت لزوم دوره درمان ۳ هفته بعدتکرار می‌گردد. در درمان کیست هیداتید(بدون جراحی برای بزرگسالان با وزن ۶۰ کیلوگرم یا بیشتر ۸۰۰ mg/day در مقادیرمنقسم برای ۲۸ روز مصرف می‌شود وپس از آن ۱۴ روز بدون مصرف داروسپری می‌گردد و مجدد ?این دوره درمان‌برای ۳ بار دیگر تکرار می‌شود. به‌عنوان‌داروی کمکی در درمان کیست هیداتید دربیماران با وزن ۶۰ کیلوگرم یا بیشتر، پیش‌از انجام جراحی مقدار ۸۰۰ mg/day درمقادیر منقسم مصرف می‌شود و پس از آن۱۴ روز بدون مصرف دارو سپری‌می گردد. این دوره درمان یکبار دیگر نیزپیش از جراحی تکرار می‌شود. پس ازجراحی برای پیشگیری از عود بیماری دودوره درمان تکرار می‌شود. مقدار مصرف‌این دارو در بزرگسالان با وزن کمتر از ۶۰کیلوگرم ۱۲ mg/kg می‌باشد.

کودکان برای درمان آلودگی به‌انواع‌کرمها در کودکان باسن ۲ سال یا بیشتر،مقدار مصرف مانند بزرگسالان و برای‌کودکان با سن کمتر از ۲ سال مقدارمصرف نصف مقدار بزرگسالان است

اشکال دارویی

Suspension: ۴۰۰ mg/۱۰ml

Tablet: ۲۰۰ mg, ۴۰۰ mg

CHLOROQUINE

موارد مصرف این دارو به‌تنهایی برای‌درمان مالاریای خفیف که اغلب ناشی ازپلاسمودیوم ویواکس و در مواردی ناشی‌از پلاسمودیوم اوال و پلاسمودیوم‌مالاریه می‌باشد و نیز برای پیشگیری ازابتلای به این بیماری در مناطقی که‌پلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به کلروکین‌گزارش شده است مصرف می‌شود.مصرف این دارو برای درمان مالاریای‌ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم به‌دلیل‌گستردگی مقاومت انگل به‌دارو توصیه‌نمی‌شود. کلروکین همچنین در درمان‌آرتریت روماتوئید و لوپوس اریتماتوزمصرف

می‌شود.

مکـانیسم اثر: مکـانیسم اثر دقیق این داروشـناخته نشـده است امـا به‌توانـایی داروبرای پیونـد یافتن به DNA ارتبـاط داده‌می‌شود. اثر ضدروماتوئیدی دارو نیزبه‌فعالیت خفیف کاهش‌دهندگی ایمنی‌نسبت داده می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی کاملا جـذب می‌شود، اما سـرعت جـذب آن‌متغیر است پس از جذب در اغلب بافتهای‌بدن توزیع می‌یابـد. غلظت سرمی دارو ۳/۵ساعت پس از مصرف خـوراکی به‌اوج خودمی‌رسـد. نیمه‌عمر دارو ۲ـ۱ مـاه است دفع‌دارو عمدت ?کلیوی و خیلی آهسته است به‌طوری که تا ماهها بعد از قطع مصـرف‌دارو، همچنان در ادرار بیمار قابل ردیابی‌است اسیدی کردن ادرار سرعت دفع دارورا افزایش می‌دهد.

هشدارها: ۱ ـ کلروکین در موارد زیر بایدبااحتیاط فراوان مصرف شود:

عیب کـار کبـد، عیب کار کلیه پسوریازیس اختلالات نورولوژیک میاسـتنی گراو،اختلالات حاد معـدی ـ روده‌ای کمبودG6PD و اختلالات شدید خونی

۲ ـ معاینـان پزشـکی و عصبی ـ عضـلانی وهمچنین انجـام آزمون شـمارش تام خون‌در طول درمان با این دارو ممکن است‌ضـروری باشد.

عوارض جـانبی اختلالات معـدی ـ روده‌ای سـردرد، تشـنج اختلالات بینـایی بیرنگ‌شـدن مو یـا ریزش آن و واکنش‌هـای پوستی‌با مصرف این دارو گزارش شده است

تـداخل‌های داروئی داروهـای آنتی‌اسـیدجذب کلروکیـن را کـاهش می‌دهنـد. کلروکیـن‌اثر داروهـای ضدصـرع را کـاهش می‌دهد.کلروکین احتمالا موجب افزایش غلظت‌پلاسـمایی دیگوکسین می‌شوند. کلروکین‌غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین و درنتیجه احتمـال بروز مسـمومیت بااین دارورا افزایش می‌دهـد. کلروکین ممکن است‌علائم میاسـتنی گراو را تشدیـد کننـد و درنتیجه اثرات داروهای نئوستیگمین وپیریـدوستیگمین را کاهش دهنـد. سایمتیدین‌متابولیسم کلروکین را کاهش و غلظت‌پلاسـمایی آن را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان کلروکین با واکسن هاری ممکن‌است بر پاسخ بدن نسبت به‌واکسن موثرباشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای پیشگیری ازابتلا به مالاریا بهتر است از یک هفته قبل ازسفر به‌مناطق آلوده مصرف کلروکین راآغاز کرد و حداقل تا ۴ هفته پس از بـازگشت‌از آن منـاطق ادامه داد. در صورتی که فردیک سال پس از بازگشت از مناطق آلوده به‌ویژه طی ۳ ماه اول دچار هرنوع‌کسالت شود، باید به‌پزشک مراجعه کند،زیرا خطر ابتلای به‌مالاریا وجود دارد.

۲ ـ به منظور کاهش تحریک احتمالی گوارشی بهتر است دارو با غذا یا شیرمصرف شود.

۳ ـ بیش از مقدار تجویز شده نبایدمصرف شود.

۴ ـ دوره درمان با این دارو باید کامل‌شود.

۵ ـ مراجعه منظم به پزشک برای بررسی‌مشکلات خونی ضعف عضلانی و معاینات‌چشم پزشکی ضروری است

۶ ـ در صورت بروز تاری دید یا هر اختلال‌دیگر، باید احتیاط نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقـدار مصـرف کلروکین دردرمان مالاریا یک مقـدار اولیه ۶۰۰میلی‌گرم است که ۸ـ۶ ساعت بعـد با ۳۰۰میلی‌گرم در یک نوبت ادامه می‌یابد و پس‌از آن نیز به‌مقدار ۳۰۰ mg/day برای ۲ روزمصرف می‌شود. مقدار مصرف کلروکین‌برای پیشگیری از ابتلای به‌مالاریا ۳۰۰میلی‌گرم یکبـار در هفته است مقدارمصـرف کلروکین برای درمـان آرتریت‌روماتوئیـد و لوپـوس اریتمـاتوز ۱۵۰ mg/dayتا حداکثر ۲/۵ mg/kg/day است

کودکـان در درمان مالاریا، یک مقـدار اولیه۱۰ mg/kg مصـرف می‌شود که ۸ـ۶ ساعت‌بعد بامصـرف ۵ mg/kg در یـک نوبت

ادامه‌می‌یابـد و پس از آن به‌مقـدار ۵ mg/kg/day برای۲ روز مصـرف می‌شـود. مقـدار مصـرف‌کلروکین برای پیشـگیری از ابتلای‌به‌مالاریا، ۳۰۰ میلی‌گرم یکبار در هفته‌است در درمان آرتریت روماتوئید، مقدارمصرف ۳ mg/kg/day می‌باشد.

اشکال دارویی

(Coated Tablet : ۱۵۰ mg (as Phosphate

(Syrup : ۵۰ mg/ml (as Sulfate

CROTAMITON

موارد مصرف کروتامیتون برای درمان‌جرب ناشی از سارکوپتس اسکابی ودرمان علامتی خارش پوست به‌کارمی‌رود.

هشدارها: ۱ ـ دارو فقط برای استفاده‌موضعی است و از مصرف آن در اطراف‌چشم‌ها و یا بر پوست ترک خورده بایداجتناب شود.

۲ ـ در صورت بروز حساسیت آلرژی یاواکنش تحریکی اولیه پس از مصـرف‌کروتامیتون یا در صورت وجود پوست‌شدید ?ملتهب مجروح و مبتلا به‌درماتوزاگزوداتیو حاد، باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش آلرژیک (بثورات‌جلدی یا تحریک پوست ممکن است بامصرف دارو بروز نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزتحریک یا واکنش حساسیتی مصرف دارو‌باید قطع و به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ از تماس دارو با چشم‌ها، دهان یانواحی ملتهب پوست جد ?اجتناب شود.

۳ ـ قبل از استعمال دارو، پوست بایدبه‌خوبی خشک گردد.

۴ ـ بیش از مقدار تجویز شده نبایدمصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضدجرب دارو درتمام سطح بدن از چانه به‌پائین به‌ویژه درنقاط چین‌دار پوست مالیده می‌شود. صبح‌روز بعد از مصـرف دارو، ملحفـه و لبـاس‌زیر بایـد تعـویض شـود. مصـرف دارو رامی‌تـوان پس از ۲۴ سـاعت تکرار کرد و ۴۸ساعت پس از آخرین‌بار مصـرف دارو، بایـدحمام نمود. به‌عنوان ضـدخارش دارو بایدبه‌آرامی در محل مالیده شود تا کاملا جذب‌گردد. این عمل در صورت نیاز، قابل تکرار‌است

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱۰٪

DEHYDROEMETINE HCl

موارد مصرف دهیدروامتین در درمان‌آمیبیاز و به‌عنوان ضدکرم در درمان‌آلودگی به‌فاسیولا مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو یک مشتق

صناعی امتین با اثرکشنده آمیبیاز دربافتها است که اثرات آن مشابه امتین‌می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود بیماریهای قلبی کلیوی و

اختلالهای عصبی ـ عضلانی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: در طول مصرف این داروو‌ضعیت بیمار از نظر علائم مسمومیت‌قلبی باید پیگیری شود.

عوارض جانبی عوارض این دارو شبیه‌امتین است با این تفاوت که احتمالا سمیت‌این دارو کمتر از امتین می‌باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار این دارو در درمان‌آمیبیاز از راه تزریق عمیق زیرجلدی یاعضلانی ۱/۵ mg/kg/day-۱ (تا حداکثر mg/day ۹۰) به‌مدت ۵ روز می‌باشد که این‌مقدار برای بیماران سالخورده در مواردشدید بیماری ۰/۵ mg/kg/day است

کودکان مقدار مصرف این دارو درکودکان مانند بزرگسالان است با این‌تفاوت که دارو در ۲ مقدار منقسم در طول‌روز باید مصرف شود.

اشکال دارویی

Injection: ۶۰ mg/۲ml

DIETHYLCARBAMAZINE CITRATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌فیلاریازیس لوایازیی اونکوسرسیازس

و ائوزینوفیلی مناطق حاره مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو سبب مرگ‌میکروفیلاریا و ماکروفیلاریا می‌شود.همچنین به‌نظر می‌رسد این دارو با کاهش‌سرعت امبریوژنز در رحم کرم‌اونکوسرسیا ولوولوس باعث مرگ‌میکروفیلاریا می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به‌خوبی از راه‌گوارش جذب می‌شود و پس از جذب‌به‌طور گسترده در بدن منتشر می‌شود(به‌جز در بافت چربی . اوج غلظت سرمی‌دی‌اتیل کاربامازین ۲-۱ ساعت بعد ازمصرف خوراکی حاصل می‌شود. نیمه‌عمر این دارو ۸ ساعت است دفع این داروعمدت ?کلیوی است و درصد کمی نیز از راه‌مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ آزمونهای چشم پزشکی قبل‌از شروع درمان و به‌طورمتناوب در طول‌درمان با دارو باید انجام شود.

۲ ـ هر ۱۲ ـ ۶ ماه پس از درمان با این دارو،تعداد میکروفیلاریای داخل جلدی بااستفاده از آزمون پوست باید ارزیابی گردد.

عوارض جانبی خارش تورم صورت به‌ویژه چشمها)، درد مفاصل سردرد،بیحالی و نیز به‌ندرت تب آسیب غددلنفاوی بثورات جلدی سرگیجه تهوع يااستفراغ با مصرف این دارو گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزسرگیجه تاری دید یا شب‌کوری بایداحتیاط کرد.

۲ ـ این دارو باید بلافاصله بعد از غذامصرف شود.

۳ ـ در صورت بروز واکنش‌های آلرژیک‌ناشی از مرگ میکروفیلاریا، ممکن است‌مصرف کورتیکواستروئیدهای سیستمیک‌ضروری باشد.

۴ ـ دوره درمان با این دارو باید کامل‌باشد. در بعضی از بیماران یک دوره‌درمان دیگر نیز ممکن است ضروری باشد.

۵ ـ در صورت فراموش شدن یک نوبت‌مصرف دارو، به محض به یاد آوردن آن‌نوبت باید مصرف گردد، ولی اگر زمان‌مصرف نوبت بعدی فرا رسیده باشد، ازمصرف آن خودداری نموده و مقدارمصرف بعدی نباید دو برابر گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان دی‌اتیل کاربامازین به‌مقدار۳ mg/kg-۲ (تا حداکثر ۹ mg/kg/day) سه‌باردر روز مصرف می‌شود.

کودکان مقادیر ۲۵۰mg/kg ـ ۵۰ بر اساس‌سن بیمار، در کودکان با سن یک ماه تا ۱۵سال مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵۰ mg

DILOXANIDE FUROATE

موارد مصـرف دیلوکسانیـد به‌تنهایی دردرمان آمیبیاز روده‌ای در ناقلین بـدون‌علامت کیست آمیب در مدفوع و به‌همراه‌مترونیدازول در درمان آمیبیاز حادمصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک پس از مصرف خوراکی دیلوکسانید هیدرولیز و سپس به‌راحتی‌جذب می‌شود. دفع این دارو عمدت ?کلیوی‌است و مقداری از دارو از راه مدفوع دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در کودکان باسن کمتر از ۲ سال نباید مصرف شود.

عوارض جانبی نفخ شکم شایعترین عارضه‌این دارو است همچنین تهوع و استفراغ خارش و کهیر نیز ممکن است بروز کند.

مقدار مصرف

بزرگسالان دیلوکسانید به‌مقدار ۵۰۰میلی‌گرم سه بار در روز برای ۱۰ روزمصرف می‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو درکودکان با سن بیشتر از ۲ سال ۲۰ mg/kg/day در مقادیر منقسم برای ۱۰روز می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

IODOQUINOL

موارد مصـرف یـدوکینول به تنهـایی دردرمـان آمیبیـاز روده‌ای و همراه بامترونیـدازول (همزمـان یـا متوالی دردرمـان آمیبیـاز خارج روده‌ای مصرف‌می‌شود. این دارو همچنین به عنوان‌انتخاب دوم در درمان بالانتیدیاز مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیـک این دارو خیلی کم از راه‌گوارش جـذب می‌شود و اثر خود را درروده اعمال می‌کنـد. دفع این دارو عمـدت ?ازراه مدفوع است و فقط ۱۰ درصد آن از راه‌ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: این دارو در صورت ابتلای بیماربه بیماری کبدی یا کلیوی باید با احتیاطفراوان مصرف شود.

عوارض جانبی شایعترین عوارض‌یدوکینول اختلالات گوارشـی (شامل‌اسـهال تهوع یا استفراغ و درد معده است در صورت مصرف دراز مـدت آتروفی‌عصب بینـایی (همراه بـا تـاری دیـد یـا هر گونه‌اختلال در بینـایی ، نوریت اپتیـک نوروپـاتی‌محیطی و نوروپاتی میلوپتیک تحت حادممکن است بروز کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش تحریک‌گوارشی دارو را باید بعد از غذا مصرف‌کرد.

۲ ـ در صورت بروز تاری دید یا هر گونه‌اختلال بینایی باید احتیاط کرد.

۳ ـ در طول مصرف یدوکینول و تا ۶ ماه‌بعد از درمان با این دارو، ممکن است درپاسخ آزمونهای تیروئید اختلال دیده‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به مقدار ۶۵۰ ـ ۶۳۰ میلی گرم‌سه بار در زو (تا حداکثر ۲g/day) برای ۲۰روز مصرف می‌شود.

کودکان به مقدار ۱۳/۳mg/kg ـ ۱۰ سه باردر روز برای ۲۰ روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۱۰ mg

LEVAMISOLE

موارد مصـرف لوامیزول در درمان آلودگی‌به کرمهای گرد، به‌ویژه آسـکاریس و نیزآلودگی به‌کرمهای قلابدار مصرف‌می‌شود. این دارو به‌عنوان محرک سیستم‌ایمنی بدن در بیماریهای عفونی باکتریای یاویروسـی آرتریت روماتوئید و نیزبه‌عنوان داروی کمکی در

درمان‌بیماریهای بدخیم مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: لوامیزول بافلج
ساختن عضلات کرم موجب دفع آن‌می‌شود. به‌عنوان محرک سیستم ایمنی
از طریق تعدیل پاسخهای ایمنی
سلولی موجب بهبود کار سلولهای Tمی‌شود.
فارماکوکینتیک لوامیزول به‌سرعت
از مجرای گوارش جذب می‌شود. غلظت‌پلاسمایی دارو ۲ ـ ۱/۵ ساعت پس
از مصرف دارو به‌اوج خود می‌رسد.
نیمه عمر دارو ۴ـ۳ ساعت است و
بطور گسترده در کبد متابولیزه
شده و عمدت ?از طریق کلیه‌ها دفع
می گردد.
موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به‌عیب شدید کار کبد یا اختلالهای‌خونی نباید مصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ در صورت ابتلای بیمار به‌ضعف مغز استخوان عفونت و حساسیت‌به لوامیزول این دارو باید با احتیاطفراوان مصرف شود.
۲ ـ قبل از شروع درمان شمارش
کامل گلبولهای خون و پلاکتها توصیه‌می‌شود.
عوارض جانبی مصرف دارو در درمان‌آلودگی به‌کرمهای روده معمولا به‌خوبی‌تحمل می‌شود و عوارض جانبی دارومحدود به‌تهوع استفراغ دردشکم سرگیجه و سردرد می‌شود.
تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌دارو با فرآورده‌های حاوی الکل ممکن‌است موجب بروز واکنش‌های شبه‌دی‌سولفیرام شود.
مصرف همزمان‌لوامیزول با فنی‌توئین و وارفارین ممکن‌است موجب افزایش غلظت پلاسمایی‌فنی‌توئین و افزایش فعالیت ضد انعقادی‌وارفارین شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان مقدار مصرف این دارو دردرمان آسکاریاز ۱۵۰ میلی‌گرم به‌صورت‌مقدار واحد می‌باشد. در درمان آلودگی‌به‌کرمهای قلابدار یا آلودگی‌های توام ۳۰۰میلی‌گرم طی یک یا دو روز مصرف‌می‌شود.
به‌عنوان محرک سیستم ایمنی دربیماریهای بدخیم (معمولا همراه بافلوئوروواوراسیل ۵۰ میلی‌گرم هر ۸ ساعت برای ۳ روز مصرف می‌شود که‌این دوره ۳۰ـ۷ روز پس از اعمال جراحی‌آغاز و هر ۱۴ روز تکرار می‌شود(فلوئوروواوراسیل پس از ۳۴ـ۲۱ روز بعداز جراحی مصرف می‌شود). مقدارمصرف این دارو در درمان آرتریت‌روماتوئید ۲/۵ mg/kg است
کودکان در درمان آسکاریاز مقدار۳ mg/kg و در درمان آلودگی به‌کرمهای‌قلابدار ۲/۵ mg/kg به‌صورت مقدار واحدمصرف می‌شود که در صورت شدیدبودن آلودگی این مقدار مصرف ۷ روز بعددوباره تکرار می‌شود.
اشکال دارویی
(Scored Tablet: ۵۰ mg (as HCl
(Syrup: ۴۰ mg/۵ml (as HCl

LINDANE

موارد مصرف شامپوی لیندن برای درمان‌آلودگی ناشی از شپش انسانی گونه‌کاپیتیس (شپش سر) و فتیروس پوبیس شپش زهار) و تخم آنها مصرف می‌شود.لوسیون لیندن برای درمان آلودگی ناشی‌از سارکوپتس اسکابیه (جرب مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌دنبال جذب پوستی دارو ازپوسته کیتینی بندپایان سیستم عصبی‌تحریک شده و منجر به‌تشنج و مرگ آنهامی‌شود.

فارماکوکینتیک لیندن به‌میزان قابل توجهی‌از طریق پوست جذب می‌شود. متابولیسم‌دارو کبدی است و از طریق ادرار و مدفوع‌دفع می‌شود. لیندن در بافت جربی بدن‌ذخیره می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود اختلالات‌تشنجی حساسیت به‌دارو و بثورات‌پوستی یا پوست مجروح یا ملتهب باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ مصرف لیندن در شیرخواران وکودکان باید بااحتیاط صورت گیرد، زیراخطر بروز اثرات سمی با مصرف موضعی‌دارو در کودکان بیشتر از بزرگسالان‌است

۳ ـ جذب لیندن در افراد سالخورده به‌دلیل‌افزایش نفوذپذیری پوست آنها ممکن است‌افزایش یابد. به‌علاوه افراد سالخورده‌به‌ویژه با سابقه حملات تشنجی ممکن‌است نسبت به‌اثرات سمی CNS داروحساستر باشند.

عوارض جانبی عوارضی همچون التهاب‌پوست که قبل از درمان وجود نداشته‌است بثورات پوستی و علائم مسمومیتCNS بامصرف این دارو گزارش شده‌است تداوم خارش پوست بعد از قطع‌مصرف دارو نیز ممکن است مشاهده‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سایرفرآورده‌های پوستی مانند کرم‌ها،لوسیون‌ها، پمادها یا روغن‌ها ممکن

است جذب پوستی لیندن را افزایش

دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به‌علت سمی بودن‌دارو از تماس آن با دهان و چشم‌ها بایدخودداری گردد.

۲ ـ برای به‌حداقل رساندن جذب‌سیستمیک دارو، از مصرف آن روی‌زخمهای باز مانند خراشیدگی‌ها،بریدگی‌ها یا زخمهای پوست یا پوست‌سرباید اجتناب گردد.

۳ ـ برای جلوگیری از آلودگی مجدد، ازلباسهایی که به‌تازگی با آب خیلی داغ‌شسته یا خشک‌شویی شده‌اند، بایداستفاده گردد.

۴ ـ برای خارج کردن اجساد شپشها و تخم‌آلوده آنها، موها پس از خشک‌شدن با یک شانه دندانه ریز باید شانه شوند.

۵ ـ از مصرف شامپو لیندن به‌طور معمول‌باید اجتناب گردد.

۶ ـ در صورت تماس نزدیک باافراد دیگر ازجمله اعضای خانواده درمان همزمان آنهانیز ضروری است

۷ ـ این دارو نباید بیش از مقدار تجویزشده مصرف شود.

مقدار مصرف

در بزرگسالان و کودکان به‌عنوان‌ضدجرب مقدار کافی از لوسیون از گردن‌به‌پائین (در نوزادان احتمال آلودگی سرنیز وجود دارد) یک بار روی پوست خشک‌مالیده می‌شود و پس از ۱۲ـ۸ ساعت با آب‌شسته می‌شود. به‌عنوان شپش‌کش مقدارکافی از شامپو (۶۰ـ۱۵ میلی‌لیتر با توجه‌به‌کوتاه یا بلندبودن موها) یکبار به‌مو وپوست یا مناطق آلوده سر و اطراف مناطق‌مودار مالیده می‌شود و پس از ۴ دقیقه باآب کافی شستشو می‌گردد. در صورت‌نیاز یک هفته بعد مصرف شامپو تکرارمی‌شود.

اشکال دارویی

Lotion: ٪۱

Shampoo: ٪۱

MEBENDAZOLE

موارد مصرف مبندازول در درمان آلودگی‌به کرمهای نخی گرد، شلاقی و قلابدارمصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: مبندازول موجب تخریب‌میکروتوبول‌های سیتوپلاسمی انگل و درنتیجه مهار برداشت گلوگز توسط کرم بالغو در نهایت مرگ انگل می‌شود.
فارماکوکینتیک این دارو خیلی کم از راه‌دستگاه گوارش جذب می‌شود. با این‌وجود جذب خوراکی دارو ممکن است درحضور غذا، به‌ویژه غذاهای چرب افزایش‌یابد. دفع این دارو عمدت ?کلیوی است
هشدارها: ۱ ـ در صورت ابتلای بیمار به‌عیب کار کبد، این دارو باید با احتیاطفراوان مصرف شود.
۲ ـ در درمان کرمک قبل از شروع درمان ویک هفته پس از آن باید ناحیه اطراف مقعدبه منظور یافتن تخم کرم بویژه دربیمارانی که علائم عفونت در آنها پایداراست بررسی شود.
۳ ـ آزمون مدفوع در درمان آلودگی به‌کرمهای گرد، شلاقی و کاپیلاریاز، قبل و
۳ ـ ۱ هفته پس از درمان به منظور تعیین‌کارایی درمان ممکن است ضروری باشد.
۴ ـ شمارش تام گلبولهای خون در ماه اول‌درمان با این دارو ممکن است ضروری‌باشد.
عوارض جانبی به‌ندرت درد شکم اسهال وواکنش‌های حساسیت مفرط (شامل‌گزانتوم بثورات جلدی کهیر و آنژیوادم ،با مصرف این دارو گزارش شده‌است
نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌این دارو برای درمان کرمک بهتر است‌تمام افراد خانواده به‌طور همزمان درمان‌شوند. همچنین شستن لباسهای خواب ورختخواب بعد از درمان با دارو ضروری‌است تا آلودگی دوباره عود نکند.
۲ ـ در درمان آلودگیهای داخل بافت‌ها(مانند کیست‌ها)، این دارو در مقادیر زیادهمراه با غذا، به‌ویژه غذاهای چرب بایدمصرف شود تا مقدار بیشتری از داروجذب شود.
۳ ـ بیماران مبتلا به آلودگی کرمهای‌قلابدار و شلاقی باید به‌صورت مکمل‌مقادیری آهن دریافت دارند.
مقدار مصرف
بزرگسالان و کودکان مبندازول دردرمان آلودگی به کرمهای نخی (مانندکرمک در بزرگسالان و کودکان با سن‌بیشتر از ۲ سال به مقدار ۱۰۰ میلی‌گرم دریک نوبت مصرف می‌شود. در صورت‌بروز مجدد عفونت ممکن است یک مقدارمصرف ثانویه ۲-۳ هفته بعد ضروری‌باشد. مصرف این دارو در کودکان با سن‌کمتر از ۲ سال توصیه نمی‌شود. مقدارمصرف دارو در درمان آلودگی به کرمهای‌شلاقی کرمهای گرد (مانند آسکاریس وکرمهای قلابدار در بزرگسالان و کودکان‌با سن بیشتر از ۲ سال ۱۰۰ میلی‌گرم دوبار در روز برای ۳ روز می‌باشد.
اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۱۰۰ mg

MEGLUMINE ANTIMONATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌لیشمانیوز احشایی (کالا آزار) و لیشمانیوزجلدی (سالک مصرف می‌شود.
فارماکوکینتیک این دارو به سرعت و طی‌۲۴ ساعت پس از تزریق از طریق ادرار دفع‌خواهد شد، گرچه دفع کامل دارو از بدن تا۴۸

ساعت طول خواهد کشید.

موارد منع مصرف مگلومین آنتیمونات درموارد سل ریوی نارسایی شدید کبدی یاکلیوی و بیماریهای شدید قلبی نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مقدار مصرف دارو را بایدبه‌تدریج افزایش داد. در صورت بروزعلائم عدم تحمل آنتیموان یا مسمومیت با آن باید مقدار مصرف دارو را کاهش داد یامصرف آن را قطع کرد.

۲ ـ پیگیری وضعیت بیمار از طریق‌اندازه‌گیری کلیرانس کرآتینین و وجودپروتئین در ادرار و نیز بررسی‌الکتروکاردیوگرام در طول درمان با این‌دارو توصیه می‌شود.

عوارض جانبی عوارض ناشی از عدم

تحمل آنتیموان به‌ویژه در ابتدای

درمان شامل تب سرفه‌های سخت دردعضلانی استفراغ و گاه واکنش‌های‌موضعی (در درمان سالک می‌باشد.عوارض ناشی از مسمومیت با آنتیموان‌مشابه علائم عدم تحمل دارو، ولی با شدت‌بیشتر هستند. همچنین آسیب کبدی وکلیوی میوکاردیت و پلی‌نوریت نیز ممکن‌است بروز کنند.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان مقدار مصرف این‌دارو در کودکان و بزرگسالان از طریق‌تزریق عضلانی ۶۰ mg/kg/day است که درروز اول یک چهارم این مقدار، در روز

دوم نصف و در روز سوم سه چهارم این‌مقدار تزریق می‌شود و از روز چهارم

به بعد مقدار کامل مصرف می‌شود. دوره‌درمان با این دارو ۱۰-۱۵ روز است که درصورت نیاز ۴-۶ هفته بعد دوباره تکرارمی‌شود.

همچنین در درمان لیشمانیوزجلدی (سالک ، می‌توان دارو را به‌صورت‌انفیلتراسیون موضعی تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۱.۵ g/۵ ml

NICLOSAMIDE

موارد مصرف این دارو در درمان آلودگی‌به کرمهای پهن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: نیکلورامید فسفریلاسیون‌اکسیداتیو را در میتوکندری کرمهای پهن‌مهار می‌کند و موجب مرگ کرم می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به مقدار خیلی‌ناچیز از راه خوراکی جذب می‌شود. دفع‌آن از طریق مدفوع است

هشدارها: انجام آزمون مدفوع تقریب ?یک وسه ماه بعد از درمان با این دارو برای‌تعیین اثر بخشی دارو ممکن است ضروری‌باشد.

عوارض جانبی تهوع استفراغ درد شکم سرگیجه و خارش با مصرف این داروگزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ قرصهای جویدنی این‌دارو را باید کاملا جوید و همراه با آب‌مصرف نمود.

۲ ـ بهتر است این دارو را با معده خالی یابعد از یک غذای سبک (مثلا صبحانه مصرف کرد.

۳ ـ توصیه می‌شود که ۲ ساعت بعد ازمصرف دارو یک مسهل نمکی مانندسولفات منیزیم مصرف شود.

۴ ـ دوره درمان با این دارو باید کامل شود.تکرار دوره ممکن است ضروری باشد.

۵ ـ در صورت فراموش شدن یک نوبت‌مصرف دارو، به محض بیادآوردن آن‌نوبت باید مصرف شود ولی اگر تقریب?زمان مصرف نوبت بعدی رسیده باشد، ازمصرف آن خودداری کرده و مقدارمصرف بعدی نباید دو برابر گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو دردرمان آلودگی به تیاسولیوم دربزرگسالان ۲ گرم در یک نوبت بعد ازصبحانه سبک می‌باشد که ۲ ساعت بعد ازآن یک مسهل مصرف می‌شود. نیکلوزامیددر درمان آلودگی به تنیا ساژیناتا ودیفیلوبوتریوم لاتوم با مقدار ذکر شده درمورد آلودگی با تنیاسولیوم مصرف‌می‌شود، اما می‌توان نیمی از مقدار مصرف‌دارو را بعد از صبحانه و بقیه را یک ساعت‌بعد مصرف نمود و ۲ ساعت بعد مسهل‌نمکی را مصرف نمود. مقدار مصرف‌نیکلوزامید در درمان آلودگی به‌همینولیپس‌نانا در بزرگسالان ۲ گرم دریک نوبت در روز اول و سپس ۱ g/dayبرای ۶ روز می‌باشد.

کودکان در کودکان با سن بیش از ۶ سال‌مقدار مصرف مانند بزرگسالان است درکودکان ۶ ـ ۲ سال در درمان آلودگی به‌تنیاسولیوم دیفیلوبوتریوم لاتوم وتنیاساژیناتا، یک گرم و در درمان آلودگی‌به همینولیپس نانا ۱g/day و ۵۰۰mg/dayبرای ۶ روز بعد، مصرف می‌شود.

در کودکان با سن کمتر از ۲ سال دردرمان آلودگی به تنیاسیولیوم دیفیلوبوتریوم لاتوم و تنیاساژیناتا ۵۰۰میلی گرم و در درمان آلودگی به‌همینولیپس نانا ۵۰۰ mg/day در روز اول و۲۵۰mg/day برای ۶ روز بعد مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۵۰۰ mg

PIPERAZINE

موارد مصرف پی‌پرازین در درمان آلودگی‌به کرمهای نخی و گرد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار پاسخ عضله‌کرم به پیامهای عصبی موجب فلج انگل ودفع آن می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به سرعت از راه‌خوراکی جذب می‌شود. غلظت سرمی دارو۲-۴ ساعت پس از مصرف به اوج خودمی‌رسد. نیمه عمر دارو متغیر است دفع‌این دارو عمدت ?کلیوی است

موارد منع مصرف در صورت ابتلای بیماربه عیب شدید کار کلیه این دارو نبایدمصرف شود.

هشدارها: این دارو در صورت وجود عیب‌کار کلیه بیماری کبدی بیماری‌نورولوژیک و صرع باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ قولنج اسهال واکنش‌های آلرژیک (شامل کهیر،اسپاسم برونش و موارد نادری از سندرم‌استیونس ـ جانسون و آنژیوادم ازعوارض این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌این دارو برای درمان کرمک بهتر است‌تمام افراد خانواده به‌طور همزمان درمان‌شوند. همچنین شستن لباسهای خواب ورختخواب بعد از درمان با دارو ضروری‌است تا آلودگی دوباره عود نکند.

۲ ـ بیش از مقدار تجویز شده نباید دارومصرف شود.

۳ ـ دوره درمان باید کامل گردد. درعفونتهای شدید یا در صورت عود مجددعفونت درمان ۲ ـ ۱ هفته بعد ممکن است‌تکرار شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف پی‌پرازین دردرمان آلودگی به کرمهای گرد(آسکاریس تا ۳/۵ g/day برای ۲ روزمتوالی است که در صورت نیاز، به‌ویژه درآلودگیهای شدید، یک هفته بعد نیز تکرارمی‌شود.

پی‌پرازین در درمان کرمک به مقدار۶۵ mg/kg/day برای ۷ روز متوالی مصرف‌می‌شود که در صورت نیاز، به‌ویژه درآلودگیهای شدید، یک هفته بعد نیز تکرارمی‌شود.

کودکان مقدار مصرف این دارو درکودکان در درمان آسکاریس مقدار۷۵mg/kg/day برای ۲ روز متوالی و دردرمان کرمک مانند بزرگسالان است

اشکال دارویی

(Tablet : ۵۰۰ mg (as Citrate or Phosphate

(Syrup : ۵۸۳.۳ mg/۵ ml (As Citrate orPhosphate

PRAZIQUANTEL

موارد مصرف پرازی کوانتل در درمان‌آلودگی به کرمهای پهن و شیستوزوما(شیستوزومیاز) مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد اثر ضد کرم‌دارو مربوط به اثر سینرژیک آن با سیستم‌ایمنی هومورال میزبان باشد. همچنین‌پرازی کوانتل موجب افزایش نفوذپذیری‌غشاء سلول‌های انگل افزایش انقباضات فلج و در نهایت مرگ کرم می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب این دارو، حتی درحضور غذا، سریع است اما بخش عمده‌ای‌از دارو در عبور اولیه از کبد متابولیزه‌می‌شود. نیمه عمر پرازی کوانتل ۰/۸–۱/۵ساعت است دفع دارو عمدت ?کلیوی وسریع است این دارو به‌سرعت توسطشیستوزوما و سایر کرمهای فلوک وکرمهای پهن بالغ جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو، به‌جز درشرایط خیلی ویژه نباید در درمان‌سیستی سرکوز چشمی مصرف شود،زیرا تخریب انگل ممکن است موجب‌ضایعات غیرقابل ترمیم چشم شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود حساسیت‌مفرط به آن و بیماری متوسط تا شدیدکبدی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ انجام آزمون مدفوع هنگام مصرف‌دارو در درمان کرمهای پهن فلوک‌ها وسایر گونه‌های شیستوزوما، یک سه ودوزاده ماه پس از درمان به منظور تعیین‌کارایی دارو ممکن است ضروری باشد.

۳ ـ در درمان شیستوزوما هماتوبیوم انجام آزمون ادرار، پس از یک سه وشش‌ماه از درمان به منظور تعیین کارایی داروممکن است ضروری باشد.

عوارض جانبی عوارض CNS (شامل‌سرگیجه خواب‌آلودگی سردرد وبیحالی ، تب عوارض گوارشی (شامل‌کرامپ یا درد شکمی کاهش اشتها، تهوع یااستفراغ و اسهال خونی و افزایش تعریق با مصرف این دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های داروئی کاربامازپین وفنی‌توئین ممکن است متابولیسم این دارورا تسریع کنند. دگزامتازون نیز در صورت‌مصرف همزمان با پرازی‌کوانتل ممکن‌است غلظت پلاسمایی این دارو را کاهش‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قرص پرازی‌کوانتل‌باید با مقدار کمی مایعات همراه با غذابه‌طور کامل بلعیده شود تا طعم تلخ آن‌موجب تهوع یا استفراغ نگردد.

۲ ـ در صورت بروز سرگیجه یاخواب‌آلودگی باید احتیاط کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان باسن ۴ سال و بیشتر در درمان‌شیستوزومیاز به مقدار ۲۰ mg/kg دو یاسه بار در روز در فواصل ۴–۶ ساعت‌برای یک روز مصرف می‌شود. همچنین‌می‌توان ۴۰–۶۰ mg/kg از دارو رابه‌صورت مقدار مصرف واحد تجویز کرد.مقدار مصرف این دارو در درمان آلودگی‌به کرمهای پهن ۱۰–۲۵ mg/kg در یک نوبت‌می‌باشد ک در صورت نیاز، درمان ۱۰ روزبعد تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۶۰۰ mg

PRIMAQUINE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی کمکی در درمان مالاریا ناشی ازپلاسمودیوم ویواکس و پلاسمودیوم اوال‌بعد از درمان با کلروکین به منظورریشه‌کنی مراحل کبدی بیماری مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب نابودی انگل‌در کبد می‌شود و به این ترتیب مانع‌بازگشت بیماری می گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌به‌خوبی جذب می‌شود. غلظت سرمی دارو۳ ـ ۲ ساعت پس از مصرف به اوج خودمی‌رسد و نیمه عمر این دارو، به‌طورمتوسط ۵/۸ ساعت می‌باشد. کمتر از ۲٪دارو طی ۲۴ ساعت از طریق ادرار دفع‌می‌شود.

هشدارها: این دارو در موارد کمبود G۶PD،بیماریهای سیستمیک همراه با کاهش گرانولوسیت‌های خون (مانند آرتریت‌روماتوئید و لوپوس اریتماتوز)، باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ درد شکم به‌ندرت متهموگلوبینمی کم خونی‌همولیتیک به‌ویژه در بیماران مبتلا به‌کمبود G۶PD با مصرف این دارو گزارش‌شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزتحریک گوارشی می‌توان دارو را همراه

با غذا یا داروهای آنتی اسید مصرف

نمود.

۲ ـ قبل از تجویز پریماکین بهتر است‌وضعیت بیمار از نظر کمبود G۶PDبررسی و مقدار مصرف دارو تنظیم شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای ریشه‌کنی مالاریای‌ناشی از پلاسمودیوم ویواکس وپلاسمودیوم اوال پس از درمان باکلروکین پریماکین به مقدار ۱۵mg/dayبرای ۱۴-۲۱ روز مصرف می‌شود و ممکن‌است یک دوره ۲۱ روزه دیگر نیز

برای گونه‌های مقاوم از این دو نوع‌پلاسمودیوم به آن اضافه شود. مقدارمصرف دارو در بیماران مبتلاـ به کمبودG۶PD برای بزرگسالان ۳۰ میلی گرم یکباردر هفته است و کمترین عارضه را در بردارد.

کودکان برای ریشه‌کنی مالاریای ناشی ازپلاسمودیوم ویواکس و پلاسمودیوم اوال‌دوره درمان مانند بزرگسالان است ولی‌مقدار مصرف ۰/۲۵ mg/kg/day می‌باشد.در کودکان مبتلا به کمبود G۶PD مقدارمصرف ۰/۵-۰/۷۵ میلی گرم یکبار در هفته‌برای ۸ هفته است و کمترین عارضه را دربردارد.

اشکال دارویی

(Tablet: mg, ۱۵ mg (as phosphate

PYRIMETHAMINE

موارد مصرف این دارو همراه باسولفادوکسین و کینین در درمان مالاریای‌مقاوم به کلروکین مصرف می‌شود. این‌دارو همراه با سولفونامیدها در درمان‌توکسوپلاسموز نیز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پیریمتامین آنزیم دی‌هیدروفولات ردوکتاز را به‌طوربرگشت‌پذیر مهار می کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی به‌خوبی جذب می‌شود و به‌طور گسترده دربدن انتشار می‌یابد. غلظت سرمی‌پیریمتامین ۲-۶ ساعت بعد از مصرف به‌اوج خود می‌رسد. نیمه عمر این دارو ۸۰-۱۲۰ ساعت است دفع این دارو عمدت?کلیوی و آهسته است و ممکن است ۳۰ روزیا بیشتر طول بکشد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف پیریمتامین درصورت وجود عیب کار کلیه یا کبد، ضعف‌مغز استخوان کم خونی و سابقه اختلالات‌صرعی باید با احتیاط فراوان صورت گیرد.

۲ ـ انجام آزمون شمارش تام خون در طول‌درمان دراز مدت با این دارو توصیه‌می‌شود.

عوارض جانبی تضعیف روند خون‌سازی‌در صورت مصرف مقادیر زیاد دارو،بثورات جلدی و بیخوابی با مصرف این‌دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان پیریمتامین با کوتریموکسازول فنی‌توئین یا متوترکسات اثر آنتی‌فولات‌این دارو تشدید می‌شود. مصرف همزمان‌این دارو با داروهای مضعف مغزاستخوان ممکن است سبب افزایش اثرات‌کاهنده گلبولهای سفید و پلاکتها شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش تحریک‌گوارشی دارو را می‌توان با غذا مصرف‌کرد.

۲ ـ مصرف همزمان اسید فولیک در طول‌درمان با این دارو ممکن است ضروری‌باشد.

۳ ـ در درمان توکسوپلاسموز، بویژه بامقادیر زیاد، مراجعه منظم به پزشک به‌منظور انجام آزمون شمارش تام خون‌ضروری است

۴ ـ دوره درمان با دارو باید کامل شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان مالاریای ناشی ازپلاسموديوم فالسيپارم مقاوم به کلروکین ۷۵ میلی گرم پیریمتامین همراه با

۱/۵ گرم سولفادوکسین در یک نوبت درروز سوم پس از درمان با کینین مصرف‌می‌شود.

در درمان توکسوپلاسموز، ابتدا

۲۰۰ ـ ۵۰ mg/day همراه با ۱ ـ ۰/۲۵ گرم‌سولفونامید هر ۶ ساعت به مدت ۲ ـ ۱ روزو سپس ۵۰mg/day ـ ۲۵ همراه با ۵۰۰ ـ ۱۲۵ میلی گرم سولفونامید هر ۶ساعت برای ۶ ـ ۲ هفته مصرف می‌شود.پیریمتامین به مقدار ۱۲/۵ میلی‌گرم همراه‌با داپسون به مقدار ۱۰۰ میلی‌گرم یکبار درهفته از یک هفته قبل از عزیمت به مناطق‌آلوده به مالاریای ناشی از پلاسموديوم‌فالسيپارم تا ۴ هفته پس از بازگشت از آن‌مناطق به‌منظور پیشگیری از ابتلای به‌بیماری مصرف می‌شود. پیریمتامین‌همراه با سولفادیازین یا کلیندامایسین در درمان توکسوپلاسموز به مقدار۵۰–۱۰۰mg/kg به مدت ۳ روز و سپس به‌مقدار ۲۰ mg/day به مدت ۴–۶ هفته‌مصرف می‌شود.

کودکان در درمان مالاریای ناشی ازپلاسموديوم فالسيپارم مقاوم به

کلروکین ۱/۲۵mg/kg پیریمتامین همراه با۲۵mg/kg سولفادوکسین به‌صورت مقدارواحد، در روز سوم پس از درمان با کینین مصرف می‌شود. برای پیشگیری از مالاریامقدار مصرف دارو (پیریمتامین وداپسون برای کودکان ۱–۵ سال (یا۱۰–۱۹ کیلوگرم وزن بدن معادل ۱/۴،برای کودکان ۶–۱۱ سال (یا با وزن۲۰–۳۹ کیلوگرم معادل ۱/۲ و برای سایرکودکان معادل مقدار مصرف بزرگسالان‌است مقدار مصرف پیریمتامین در درمان‌توکسوپلاسموز در کودکان ۱ mg/kg یک‌بار در روز به مدت ۳ ـ ۱ روز و سپس

۰/۵ mg/kg دو بار در روز برای ۴–۶ هفته‌همراه با یک سولفونامید می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵ mg

PYRVINIUM

موارد مصرف این دارو در درمان آلودگی‌به کرم سنجاقی (انترو‌بیاز یا کرمک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد این دارو مانع‌استفاده انگل از کربوهیدرات‌های اگزوژن‌می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه دستگاه‌گوارش جذب می‌شود. دفع آن از طریق‌مدفوع است

هشدارها: در صورت ابتلای بیمار به‌بیماری التهابی روده باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

عوارض جانبی عوارض این دارو که‌به‌ندرت گزارش شده‌اند، عبارتند ازحساسیت مفرط به پیروینیوم اختلالات‌گوارشی (شامل اسهال تهوع و استفراغ کرامپ معدی ، حساسیت پوست بیمار به‌نور، تغییر رنگ مدفوع و استفراغ بیمار به‌قرمز روشن

نکات قابل توصیه ۱ ـ بهتر است تمام‌اعضای خانواده بیمار به‌طور همزمان‌درمان شوند. تکرار درمان ۲-۳ هفته بعدنیز توصیه می‌شود.

۲ ـ توصیه می‌شود، بیمار از قرار گرفتن درمعرض نور شدید آفتاب خودداری کند.

۳ ـ شستن لباسهای خواب و رختخوابهابرای جلوگیری از عود مجدد بیماری‌توصیه می‌شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان این دارو به مقدار ۵ mg/kg (حداکثر ۳۵۰میلی‌گرم در یک نوبت مصرف می‌شود واین مقدار ۲-۳ هفته بعد نیز مجدد ?مصرف‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Coated Tablet : ۵۰ mg (as Citrate orPhosphate)

Suspension : ۵۰ mg/۵ml (as Pamoate)

QUININE

موارد مصرف کینین در درمان مالاریای‌ناشی از پلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به‌کلروکین یا در صورتی که ارگانیسم عامل نامشخص باشد یا آنکه گونه‌های مختلف‌پلاسموديوم در بروز بیماری دخالت‌داشته‌باشند، مصرف می‌شود. این داروهمچنین در پیشگیری یا درمان گرفتگی‌شبانه عضلات پا (ناشی از آرتریت دیابت واریس ترومبوفلبیت و آترواسکلروز)مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد این دارو دروزیکول‌های اسید انگل مالاریا تجمع می‌یابدو با تغییر pH داخل سلولی موجب مرگ‌تک‌یاخته می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از راه‌خوراکی سریع و نسبت ?کامل است بیش از ۸۰ درصد دارو در کبد متابولیزه می‌شود.غلظت سرمی دارو ۳/۲-۵/۹ ساعت پس ازمصرف به اوج خود می‌رسد. نیمه عمردارو حدود ۱۱-۱۸ ساعت است دفع داروعمدت ?کلیوی است و با اسیدی کردن ادراردفع آن نیز افزایش می‌یابد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌ابتلای بیمار به هموگلوبینوری و نوریت‌چشمی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف دارو در موارد زیرباید با احتیاط فراوان صورت گیرد:

فیبریلاسیون دهلیزی اختلال‌های هدایتی‌قلب بلوک قلبی کمبود G6PD، میاستنی گراو، سابقه پورپورای همراه با کاهش‌پلاکت‌های خون کاهش قند خون

۲ ـ در طول درمان با این دارو از راه‌تزریقی گلوکز خون باید به‌طور منظم‌اندازه‌گیری شود.

عوارض جانبی علائم سینکونیسم شامل‌وزوز گوش سردرد، پوست داغ وبرافروخته تهوع درد شکم بثورات‌جلدی اختلالات بینایی (از جمله کوری‌موقت و اغتشاش شعور با مصرف این‌دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های داروئی خطر بروز آریتمی‌بطنی در صورت مصرف همزمان‌ترفنادین با این دارو افزایش می‌یابد. غلظت‌پلاسمایی دیگوکسین توسط کینین افزایش‌می‌یابد. سایمتیدین متابولیسم کینین رامهار می کند و غلظت پلاسمایی دارو راافزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش تحریک گوارشی ناشی از دارو بهتر است آن را باغذا یا بعد از آن مصرف کرد.

۲ ـ این دارو بیش از مقدار تجویز شده نبایدمصرف شود.

۳ ـ دوره درمان با این دارو باید کامل شود.

۴ ـ در صورت بروز تاری دید یا هر گونه‌اختلال بینایی باید احتیاط شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار مصرف این دارو از راه‌خوراکی در درمان مالاریای ناشی ازپلاسمودیوم فالسیپارم مقاوم به کلروکین ۶۵۰ ـ ۶۰۰ میلی‌گرم هر ۸ ساعت برای ۷روز است که با مصرف تتراسیکلین به‌مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۶ ساعت برای ۷روز ادامه می‌یابد.

این دارو را می‌توان همراه با ۱۰۰ میلی‌گرم‌دوکسی سیکلین هر ۱۲ ساعت به مدت ۷روز، ۱/۵ گرم سولفادوکسین و ۷۵میلی‌گرم پیریمتامین به‌صورت مقدار واحدیا ۹۰۰ میلی گرم کلیندامایسین ۳ بار درروز به مدت ۳ روز مصرف نمود.

مقدار مصرف کینین در درمان گرفتگی‌شبانه عضلات ۲۰۰–۳۰۰ میلی‌گرم درموقع خواب می‌باشد. در صورت عدم‌مشاهده بهبودی پس از ۴ هفته مصرف‌کینین مصرف دارو باید قطع شود. درصورت بهبودی علائم بیماری درمان‌به‌صورت دراز مدت ادامه خواهد داشت اما در فواصل ۳ ماه مصرف دارو قطع‌می‌شود تا ضرورت ادامه درمان ارزیابی‌شود.

کودکان مقدار مصرف کینین از راه‌خوراکی در کودکان ۱۰ mg/kg هر ۸ ساعت‌برای ۷ روز همراه با ۵mg/kg تتراسیکلین‌هر ۶ ساعت به مدت ۷ روز در کودکان باسن بیش از ۸ سال یا ۱۳/۳mg/kg ـ ۶/۷ کلیندامایسین ۳ بار در روز به مدت ۳ روزیا ۱/۲۵mg/kg پیریمتامین و ۲۵mg/kgسولفادوکسین به‌صورت مقدار واحدمی‌باشد.

تزریقی

بزرگسالان در صورتی که بیمار خیلی‌بدحال باشد، کینین را می‌توان به‌صورت‌انفوزیون وریدی تجویز کرد که در

این حالت یک مقدار حمله‌ای ۲۰ mg/kg

(تا حداکثر ۱/۴ گرم طی ۴ ساعت انفوزیون‌می‌شود و پس از ۸–۱۲ ساعت مقدارنگهدارنده ۱۰ mg/kg (تا حداکثر ۷۰۰میلی‌گرم

طی ۴ ساعت انفوزیون می‌شودکه این مقدار هر ۸–۱۲ ساعت تکرارمی‌شود تا زمانی که بیمار قادر به بلع

دارو باشد. این دوره درمان تا ۷ روز

ادامه می‌یابد و پس از آن با مصرف‌تتراسیکلین به شرح فوق ادامه داده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/ml

Tablet (as HCl): ۱۰۰ mg, ۲۵۰ mg

STIBOGLUCONATE SODIUM

موارد مصرف این دارو در درمان‌لیشمانیوز احشایی (کالاآزار) و لیشمانیوزجلدی (سالک مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک دفع این دارو در دو مرحله‌سریع و آهسته صورت می گیرد که مرحله‌آهسته آن احتمالا به‌دلیل احیا شدن به‌آنتیموان سه ظرفیتی است

موارد منع مصرف این دارو در عیب شدیدکار کلیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در بیمارانی که اخیر?سایر ترکیبات آنتیموان را دریافت داشته ونیز در بیمارانی که الکتروکاردیوگرام

آنهاغیرطبیعی است باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ـ تزریق وریدی این دارو باید به آهستگی‌صورت گیرد و در صورت بروز علائم‌عدم تحمل آنتیموان یا مسمومیت با آن مصرف دارو را باید قطع کرد.

۳ـ از آنجا که هنگام تزریق‌استیبوگلوکونات سدیم احتمال بروزشوک آنافیلاکتیک وجود دارد، بایدتمهیدات لازم برای مقابله با این عارضه‌آماده باشد.

عوارض جانبی ترکیبات آنتیموان ممکن‌است موجب بروز عوارض قلبی یا کبدی‌شوند. عوارضی که به‌ویژه با تزریق‌وریدی سریع دارو همراه هستند، عبارتنداز سرفه درد قفسه سینه درد در بازوان استفراغ درد شکم از حال رفتن و کلاپس نشت دارو به بافتهای اطراف هنگام تزریق‌بسیار دردناک خواهد بود. واکنش‌های‌حساسیتی پس از چند بار تزریق دارو‌ممکن است بروز کند که شامل بثورات‌جلدی و کهیر، تغییر صدا و کلاپس خواهدبود.

نکات قابل توصیه ۱ـ تزریق عضلانی این‌دارو بسیار دردناک خواهد بود و تزریق‌وریدی آن نیز با ترومبوفلبیت همراه است از اینرو دارو باید با کمک یک سوزن نازک‌در ورید تزریق شود.

۲ـ در صورت بروز سرفه استفراغ یا

درد در ناحیه جناغ سینه هنگام تزریق‌وریدی مصرف دارو را باید بلافاصله قطع کرد.

۳ـ در صورتی که دوره درمان کامل‌نشود، احتمال بازگشت بیماری وجودخواهد داشت

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان لیشمانیوز احشایی‌ابتدا ۲۰ mg/kg/day (تا حداکثر ۸۵۰ mg/day) برای حداقل ۲۰ روز مصرف‌می‌شود و تا دو هفته بعد از بهبود بیماری‌از نظر انگل‌شناسی ادامه خواهد یافت طول دوره درمان متغیر است و به‌وضعیت بیمار بستگی دارد). در مراحل‌اولیه لیشمانیوز جلدی (بدون واکنش‌التهابی مقدار ۱-۳ میلی‌لیتر (معادل ۱۰۰-۳۰۰ میلی‌گرم آنتیموان به‌صورت‌تزریق داخل ضایعه یا انفیلتراسیون‌مصرف می‌شود که در صورت نیاز، این‌مقدار یک یا دو بار دیگر با فواصل ۱-۲روز تکرار می‌شود. در صورت نیاز به‌درمان سیستمیک (زخمهای شدید)۲۰-۱۰ mg/kg/day به‌صورت تزریقی‌مصرف می‌شود که تا چند روز بعد ازبهبود بیماری از نظر بالینی و انگل‌شناسی‌ادامه خواهد یافت در درمان لیشمانیوزجلدی ـ مخاطی ۲۰ mg/kg/day در یک نوبت‌برای حداقل ۴ هفته تزریق خواهد شد که درصورت بروز علائم مسمومیت یا عدم‌پاسخگویی کافی بیماری می‌توان این مقداررا به ۱۰-۱۵ mg/kg هر ۱۲ ساعت تغییرداد.

کودکان مقدار مصرف مانند بزرگسالان‌است اما حداکثر مقدار مصرف کودکان تا۶۰۰ mg/day می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: (Equivalent to ۱۰۰ mgPentavalent Antimony)/ml

THIABENDAZOLE

موارد مصرف تیابندازول در درمان‌آلودگی با لارو مهاجر پوستی کرم‌های‌انکیلوستوما برازیلینس وانکیلوستوماکانینوم لارو مهاجر احشایی‌کرمهای توکسوکاراکانیس وتوکسوکاراکاتی استرونژیلوئیدس‌استرکورالیس و تریشینلا اسپیرالیس‌به‌کار می‌رود. این دارو در درمان آلودگی‌با کرمهای کاپیلاریافیلیپیننسیس دراکونکولوس مدیننسیس وتریکواسترونژیلوئیدس نیز مصرف‌شده‌است

مکانیسم اثر: دارو با مهار آنزیم فومارات‌ردوکتاز که اختصاصی کرم است باعث‌کشته‌شدن آن می‌شود. دارو ممکن است‌تخم و لارو کرم را نیز از بین ببرد، اما روی‌لارو تریشین موجود در کیست در عضله‌اثر ندارد.

فارماکوکینتیک تیابندازول به‌خوبی وسریع از مجرای گوارش جذب می‌شود.متابولیسم دارو کبدی و سریع است نیمه‌عمر آن در بیمار با کلیه سالم ۱/۲ ساعت وزمان رسیدن به حداکثر اثر ۱-۲ ساعت‌می‌باشد. طی ۴۸ ساعت بیش از ۹۰ درصدآن از کلیه دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در درمان آلودگی با کرمک اسکاریس کرم شلاقی کرم قلابدار وآلودگی مرکب بیشتر از مبندازول و پیرانتل‌به‌دلیل سمیت کمتر و اثر بیشتر، استفاده‌می‌شود. تیابندازول در پیشگیری ازآلودگی به کرم به‌کار نمی‌رود.

۲ ـ در عیب کار کبد و کلیه و در صورت‌بروز سرگیجه خواب‌آلودگی تاری دید یازردشدن چشم باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود. در عیب کار کبد مقدارمصرف باید تقلیل یابد.

۳ ـ در آلودگی شدید به کرم دارو بایدبه‌صورت طولانی مدت مصرف شود.

۴ ـ انجام آزمون خلط در درمان‌استرونژیلوئیدیاز در صورت وجود علائم‌یا نشانه‌های ریوی احتمال وجود سندرم‌آلودگی مکرر و کاهش ایمنی بیمار ممکن‌است ضروری باشد. همچنین انجام آزمون‌مدفوع پیش از درمان با دارو یا تقریب ?۳ ـ ۲هفته پس از آن برای تعیین اثر بخشی آن‌ممکن است مورد نیاز باشد.

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغ سرگیجه اسهال سردرد، خارش خواب‌آلودگی واکنشهای حساسیت مفرط ازجمله تب و لرز، آنژیوادم بثورات جلدی‌اریتم مولتی فرم و سندرم استیونس‌جانسون و به بندرت وزوزگوش و آسیب‌پارانشیم کبد و اختلالات بینایی با مصرف‌این دارو گزارش شده است

تداخل‌های داروئی تیابندازول باعث‌کاهش دفع تئوفیلین می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در بعضی از بیماران‌دارو ممکن است باعث تغییر بوی ادرارشود که به‌دلیل متابولیت داروست و ازنظر بالینی اهمیت ندارد.

۲ ـ قبل از بلعیدن دارو باید خوب جویده‌شود. بیمار باید دوره درمان را کامل کند.تکرار درمان در بعضی آلودگی‌هاضروری است

۳ ـ برای کاهش عوارض جانبی بهتر است‌دارو بعد از غذا (صبح و شب میل شود.

۴ ـ برای کاهش واکنش‌های التهابی لاروتریشین مصرف توام کورتیکوستروئیدسیستمیک به‌خصوص در بیمارانی که‌علائم شدید دارند، توصیه می‌شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان‌بیشتر از ۱۴ کیلوگرم در درمان لارومهاجر پوستی به‌میزان ۲۵ mg/kg دو باردر روز به مدت دو روز مصرف می‌شود.در صورت وجود ضایعه فعال مصرف‌دارو دو روز بعد از پایان درمان تکرارمی‌شود. در درمان لارو مهاجر احشایی۲۵ mg/kg دوبار در روز به‌مدت ۵-۷ روزمصرف و در صورت لزوم ۴ هفته بعدتکرار می‌شود. در آلودگی معمولی بااسترونژیلوئیدس ۲۵ mg/kg دو بار درروز به‌مدت ۲ روز به‌کار می‌رود و درسندرم آلودگی مکرر ۲۵ mg/kg دو بار درروز به‌مدت ۵-۷ روز مصرف می‌شود ودر صورت لزوم تکرار می‌شود. در درمان‌تریشین ۲۵mg/kg دو بار در روز به‌مدت۲-۴ روز براساس پاسخ بیمار به‌کارمی‌رود. در درمان کاپیلاریاز ۲۵ mg/kgیکبار در روز به‌مدت سی روز به‌کارمی‌رود. در درمان دراکونکولیاز

۲۵ mg/kg دو بار در روز به‌مدت

دو روز به‌کار می‌رود. در درمان‌تریکواسترونژیلیاز در بیماران تا ۶۸کیلوگرم ۲۵ mg/kg دو بار در روز به‌مدت‌دو روز به‌کار می‌رود. در بیماران بالاتر از۶۸ کیلوگرم به‌میزان ۱/۵ g دو بار در روزمصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف‌مجاز روزانه تا ۳ گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۵۰۰ mg

CARBAMIDE PEROXIDE

موارد مصرف کاربامید پراکسید برای‌تسکین التهاب خفیف لثه و سایر سطوح‌مخاطی دهان و لبها، تسکین درد و التهاب‌ناشی از دندانهای مصنوعی و اعمال‌دندانپزشکی کمک به حفظ بهداشت دهان‌در شرایط خاص و ضدعفونی و تمیزکردن‌ضایعات دهان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به‌دنبال تماس بابافتهای دهان موجب آزاد شدن اکسیژن‌می‌شود و بدین ترتیب با ضدعفونی کردن‌دهان موجب کاهش التهاب تسکین درد ومهار تولید باکتریهای مولد بوی بد دهان‌می‌شود.

هشدارها: در صورت ادامه تحریک حفره‌دهان یا وخامت آن یا بروز التهاب

و حالات غیرمنتظره مصرف دارو بایدقطع و به پزشک یا دندانپزشک مراجعه‌شود.

عوارض جانبی قرمزی موضعی و عفونت‌ثانویه با مصرف دارو گزارش شده

است

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف دارو بیشتراز هفت روز یا در کودکان با سن کمتر ازسه سال (مگر با تجویز پزشک یادندانپزشک توصیه نمی‌شود.

۲ ـ از رقیق کردن محلول دارو باید اجتناب‌شود.

۳ ـ این دارو در تماس با آب دهان

کف می‌کند. بنابراین برای مدت ۴-۵

دقیقه پس از مصرف دارو، از نوشیدن‌مایعات یا شستشوی دهان اجتناب

شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان باسن بیشتر از سه سال چند قطره از داروچهار بار در روز پس از غذا و به‌هنگام‌خواب در محل عفونت ریخته می‌شود وپس از ۱-۳ دقیقه خارج می‌گردد، یا اینکه‌ده قطره از دارو روی زبان ریخته می‌شودو پس از اختلاط با آب دهان برای چنددقیقه غرغره گردیده و سپس آب دهان‌خارج می‌گردد.

مصرف این دارو در کودکان با سن‌کمتر از سه سال توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Liquid for Topical - Oral: ۱۰٪ w/v

CETYLPYRIDINIUM CHLORIDE

موارد مصرف محلول دهان شویه ستیل‌پیریدینیوم کلراید برای درمان عفونت‌های‌سطحی دهان و گلو، خوشبو و تازه‌کردن‌طعم دهان پس از اعمال دندانپزشکی و پس‌از استفراغ استفاده از داروهای استنشاقی‌و لوله‌گذاری به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: ستیل پیریدینیوم کلرایدهمچون سایر سورفکتانت‌های کاتیونی درمحلول آبی به یک کاتیون نسبت ?بزرگ‌فعال و یک یون کوچک غیرفعال یونیزه‌می‌شود. ترکیبات کاتیونی علاوه براثرهای امولسیون‌کننده و پاک‌کننده دارای‌فعالیت باکتری‌کش علیه باکتری‌های گرم‌مثبت و گرم منفی می‌باشند.

هشدارها: ستیل پیریدینیوم کلراید باصابونها و سایر سورفکتانت‌های آنیونی‌ناسازگاری دارد.

عوارض جانبی خوردن سورفکتانت‌های کاتیونی سبب تهوع و استفراغ می‌شود ومحلولهای غلیظ آنها ممکن است سبب‌آسیب و نکروز مری شوند. علایم‌مسمومیت با ترکیبات آمونیوم چهارتایی‌تنگی نفس و سیانوز است تضعیف CNS،کمی فشار خون و اغما نیز ممکن است‌بروز نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از خوردن دارو بایدبه‌شدت اجتناب شود.

۲ ـ پس از مسواک کردن دهان به‌خوبی بامحلول شسته شود.

مقدار مصرف یک میلی‌لیتر از محلول باصد میلی‌لیتر آب (نصف لیوان رقیق و هر۲-۳ ساعت یا طبق دستور پزشک غرغره‌می‌شود.

اشکال دارویی

Mouthwash: ۰.۰۵٪

CHLORHEXIDINE GLUCONATE

موارد مصرف کلرهگزیدین گلوکونات برای‌حفظ بهداشت دهان و ممانعت از تشکیل‌پلاک دهان به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دارو با نفوذ به‌داخل دیواره‌سلولی میکروارگانیسم باعث خروج‌محتویات سلولی می‌شود. به‌دلیل بارمثبت به‌هنگام شستشوی دهان بر سطوح‌دندان پلاکها و مخاط که دارای بار منفی‌هستند، جذب شده و با گذشت زمان‌به‌تدریج از آنها آزاد شده و اثرباکتریوسیدی خویش را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک در حدود ۳۰ درصد از دارومتعاقب شستشوی دهان با کلرهگزیدین‌گلوکانات در حفره دهان باقی مانده وبه‌تدریج در مایعات دهان آزاد می‌شود.

هشدارها: از تماس دارو با چشم‌ها،

گوش میانی و حفرات بدن باید اجتناب‌شود.

عوارض جانبی با مصرف کلرهگزیدین ممکن است تحریک درماتیت یا حساسیت‌به نور مشاهده شود.

تداخل‌های داروئی کلرهگزیدین باصابونها و پاک‌کننده‌های آنیونی ناسازگاراست

نکات قابل توصیه ۱ ـ از خوردن دارو بایدخودداری گردد.

۲ ـ در صورت ایجاد تحریک درماتیت یاحساسیت به نور، مصرف دارو باید قطع‌شود.

مقدار مصرف ده میلی‌لیتر از محلول دو باردر روز به مدت یک دقیقه غرغره می‌شود.

اشکال دارویی

Mouthwash: ۰.۲٪

CHLOROXYLENOL

موارد مصرف کلروکسی‌لنول برای درمان‌موضعی عفونت زخم‌ها و پوست به‌کارمی‌رود.

عوارض جانبی حساسیت پوستی بامصرف دارو مشاهده شده‌است

تداخل‌های داروئی کلروکسی‌لنول باسورفکتانتهای غیریونی و متیل‌سلولزناسازگار است

نکات قابل توصیه از خوردن محلول‌کلروکسی‌لنول باید جد ?خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار کافی از محلول‌برحسب نیاز برای تمیز و ضدعفونی کردن‌زخم یا پوست مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Solution: ۵٪

(GLUTARAL (GLUTARALDEHYDE

موارد مصرف گلوتارال برای ضدعفونی واستریل کردن وسایل دندانپزشکی جراحی آندوسکوپی حرارت‌سنج‌ها ووسایل پلاستیکی و لاستیکی مورد استفاده‌در راههای تنفسی و بیهوشی به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: گلوتارال‌یک‌دی‌آلدئید اسیدی‌است قلیایی‌کردن pH = ۷/۵-۸/۵بابیکربنات سدیم یا نمک‌هائی پتاسیم منجربه تبدیل آن به یک عامل ضد میکرب قوی بااثر میکرب‌کشی ضدتوبرکولوئید،قارچ‌کشی اسپورکشی و فعالیت‌ضدویروسی می‌شود. توانایی ترکیب حتی‌در حضور مواد آلی (خون بافت مخاط)نیز به میزان زیاد باقی می‌ماند.

هشدارها: ۱ ـ بخارات حاصل از محلول‌ممکن است باعث تحریک دستگاه تنفسی‌شود.

۲ ـ تماس محلول با پوست و مخاط ممکن‌است باعث بروز حساسیت گردد.

نکات قابل توصیه از تماس محلول باچشم‌ها، پوست و غشاهای مخاطی بایداجتناب شود. در صورت تماس اتفاقی موضع باید سریع ?با آب شسته شود و درخصوص چشم‌ها به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف برای ضدعفونی و استریل‌کردن وسایل ابتدا باید دبریدهای موجودبر آنها توسط برس و یک محلول پاک‌کننده‌ملایم پاک گردد. سپس وسایل یادستگاههای تمیز و خشک شده باید در یک سینی گذاشته شده و به‌مدت ۱۵-۲۰ دقیقه‌برای ضدعفونی شدن و به مدت حداقل ۱۰ساعت برای استریل شدن (از بین رفتن‌اسپورهای بیماری‌زا) در ظرف حاوی‌محلول قلیایی گلوتارال غوطه‌ور گردند.برای به‌حداقل رسانیدن بو و جلوگیری ازتبخیر، در ظرف بسته نگهداشته شود.

اشکال دارویی

Disinfectant Solution: ۲٪

PARAFORMALDEHYDE

موارد مصرف پارافرمالدئید یک‌ضدعفونی‌کننده و آنتی‌سپتیک می‌باشد وبه‌عنوان یک منبع فرمالدئید عمل می‌کند.فرمالدئید حاصل به‌عنوان یک ضدباکتری قارچ و بسیاری از ویروسها عمل می‌کند،در حالی که اثر این ماده بر علیه اسپورباکتری کمتر می‌باشد. این دارو برای‌درمان زگیل کف دست و پا و شستشوی‌حفره کیست هیداتیک جراحی شده‌به‌منظور از بین بردن اسکولکس‌ها نیزمصرف می‌شود.

عوارض جانبی محلولهای غلیظ این دارو،در صورت تماس با پوست سبب سفیدشدن و سخت شدن پوست می‌شوند.درماتیت تماسی و واکنش‌های حساسیتی‌پس از مصرف غلظتهای معمولی بروزنموده‌است بخار فرمالدئید سبب تحریک‌چشم بینی و دستگاه تنفسی فوقانی‌می‌شود و ممکن است باعث سرفه اختلال‌بلع اسپاسم حنجره و خیز، التهاب نایژه وپنومونی گردد.

مقدار مصرف برای ضدعفونی‌کردن‌اتاقها، پارافرمالدئید باید به‌وسیله حرارت‌به بخار تبدیل شود.

اشکال دارویی

Tablet

POVIDONE IODINE

موارد مصرف محلول موضعی پوویدون‌آیودین برای شستشو و ضدعفونی کردن‌پوست قبل و پس از اعمال جراحی کوچک‌و

بزرگ و تمیز کردن دست جراحان قبل ازعمل مصرف می‌شود. محلول دهان شویه‌آن برای درمان بیماریهای التهابی عفونی‌دهان و حلق ناشی از باکتری‌ها و کاندیدا ونیز در جراحی دندان مصرف می‌شود.پماد موضعی دارو برای درمان یاپیشگیری عفونت در بریدگیها وخراشیدگیها، اعمال جراحی کوچک وسوختگیها و درمان عفونت‌های پوستی‌باکتریهایی یا قارچی زخم بستر، زخم‌ناشی از توقف جریان خون و هرگونه‌بیماری عفونی پوست مصرف می‌شود.دوش و ژل واژینال آن برای درمان التهاب‌واژن ناشی از کاندیدا، تریکوموناس التهاب غیراختصاصی یا عفونتهای مخلوطواژن و نیز برای شستشوی واژن قبل ازجراحی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو ترکیبی از ید وپلی‌مرها به‌عنوان حامل است و از طریق‌آزادسازی تدریجی ید معدنی در تماس باپوست و غشاهای مخاطی اثرضدعفونی‌کننده خود را اعمال می‌کند.پوویدون آیودین روی باکتریهای گرم‌مثبت و منفی دارای اثر باکتریسیدی است وعلیه قارچها، ویروس‌ها، انگل‌ها، کیست‌ها،پروتوزوآ، مخمرها واسپورها نیز مؤثراست قدرت اثر دارو و سمیت آن کمتر ازفرآورده‌های حاوی ید آزاد می‌باشد.

فارماکوکینتیک از طریق اسکار پوست‌سوخته و نواحی سوخته و زخمی پوست‌جذب می‌شود که باعث زیادی غلظت ید درپلاسما می‌شود و ممکن است منجر به‌مسمومیت گردد. جذب پوستی این دارو درنوزادان ممکن است باعث کم‌کاری تیروئیدشود. طول اثر مفید پوویدون آیودین برای‌مقاصد جراحی یک ساعت است و تعدادباکتری‌های پوست پس از ۶-۸ ساعت‌مجدد ?به میزان اولیه باز می‌گردد.

موارد منع مصرف دارو در مناطق وسیع‌پوست آسیب‌دیده به‌دلیل خطر جذب‌مقادیر زیاد ید و در بیماران مبتلا به گواترکلوئیدی گره‌ای غیرسمی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: این دارو در بیماران دارای سابقه‌حساسیت مفرط به ید باید با احتیاطفراوان مصرف شود.

عوارض جانبی تحریک موضعی قرمزی تورم یا اسیدوز متابولیک زیادی سدیم‌خون و عیب کار کلیه در نتیجه جذب یدبه‌دنبال مصرف دارو در سوختگی‌های‌شدید و یا در مناطق بدون پوست ممکن‌است مشاهده شود.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌پوویدون آیودین و تنتور بنزوئن ممکن‌است منجر به بروز واکنشهای پوستی مانند سوختگیهای نوع دوم و سوم و درنتیجه کاهش pH شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزتحریک موضعی مصرف دارو باید قطع‌شود.

۲ ـ ژل و دوش واژینال دارای اثراسپرم‌کشی هستند. از این‌رو در صورت‌تمایل به بارداری از آنها استفاده نشود.

۳ ـ پوویدون آیودین ممکن است‌پارچه‌های بافته شده از الیاف مصنوعی رالک نماید که در اینصورت باید با آمونیاک‌رقیق شسته شوند.

۴ ـ محلول دارو قبل از مصرف تکان‌داده‌شود.

مقدار مصرف به‌عنوان محلول‌ضدعفونی‌کننده در جراحی به‌مقدار لازم‌برای تمیز و ضدعفونی‌کردن ناحیه عمل ویا دست جراح مصرف می‌شود.

محلول دهان شویه این دارو،به‌صورت رقیق نشده یا رقیق شده با حجم‌مساوی از آب گرم به‌مدت ۳۰ ثانیه هر ۲-۴ساعت تا زمان لازم غرغره می‌شود.

مقدار کافی از پماد این دارو، پس ازتمیز کردن موضع هر ۸ ساعت یکبار دردرمان سوختگیها و یک بار در روز درسایر موارد به آرامی بر روی پوست‌مالیده شده و در صورت لزوم موضع‌پانسمان می‌شود.

در مورد ژل و دوش واژینال یک‌اپلیکاتور پر از ژل یا محلول دوش هر شب‌برای ۲-۴ هفته و حتی طی دوران عادت‌ماهیانه مصرف می‌شود. در صورت لزوم‌مصرف همزمان ژل و دوش صبحها ازدوش استفاده گردد. محلول غلیظ دوش به‌داخل اپلیکاتور ریخته

می‌شود و طبق‌دستور رقیق می گردد و متعاقب ?مهبل‌شسته می‌شود.

اشکال دارویی

Mouthwash:۱٪

Topical Ointment: ۱۰٪

Topical Solution: ۱۰٪

Vaginal Gel: ۱۰٪

Surgical Scrub: ۷.۵٪

DOPAMINE HCI

موارد مصرف دوپامین برای درمان شوک‌کاردیوژنیک ناشی از سکته یا جراحی قلب‌استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو باتحریک گیرنده‌های‌بتا ـ یک آدرنرژیک در عضله قلب

موجب افزایش قدرت انقباضی قلب‌می‌شود. مقادیر کم دارو موجب گشادی‌عروق و افزایش جریان خون کلیوی و درمقادیر بیشتر باعث انقباض عروق‌می‌شود.

فارماکوکینتیک دوپامین بعد از تجویزوریدی دفع سریعی داشته و نیمه عمرحذف آن ۹ـ۶ دقیقه است تغییرات فردی درکلیرانس دوپامین وجود دارد که تاحدی‌ناشی از غیرطبیعی بودن عملکرد اعضایی‌مثل کبد یا کلیه (که باعث کاهش کلیرانس‌دوپامین می گردد) می‌باشد.

موارد منع مصرف در موارد تاکی آریتمی‌و فئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ قبل از تجویز دوپامین‌به‌بیمارانی که دچار شوک شده‌اند و یا درانفارکتوس میوکارد، باید کمی حجم خون‌آنان تصحیح گردد.

۲ ـ برای بیمارانی که داروی مهارکننده‌آنزیم مونوآمینواکسیداز دریافت می کنند،نباید دوپامین تجویز کرد. در صورت‌ضرورت باید باکمترین میزان ممکن دارورا تجویز نمود.

۳ ـ در شوک ناشی از سکته قلبی باید ازمقادیر کم (کمتر از ۵ میکروگرم در دقیقه دوپامین استفاده نمود چون مقادیر بیشتربا انقباض عروق باعث بدترشدن نارسایی‌قلب می‌شود.

۴ ـ در موقع انفوزیون وریدی دوپامین درصورت نشت مقادیر زیاد دوپامین‌به‌بافت‌های اطراف نکروز ایجاد می گردد.

عوارض جانبی بروز عوارضی مثل تهوع استفراغ تنگی عروق محیطی کاهش فشارخون افزایش فشارخون افزایش ضربان‌قلب درد آنژینی و آریتمی بااین داروگزارش شده‌اند.

تداخل‌های داروئی تجویز همزمان این‌دارو با داروهای ضدافسردگی مهارکننده‌آنزیم مونوآمینواکسیداز ممکن است‌موجب افزایش شدید فشارخون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ نشت دوپامین‌به‌بافت‌های اطراف رگ باتزریق موضعی‌فنتولامین تا حداکثر ۱۲ ساعت پس از نشت‌به‌طور موفقیت‌آمیزی قابل درمان است

۲ ـ در صورت بروز عوارض جانبی‌دوپامین به‌دلیل کوتاه بودن نیمه عمر این‌دارو، باکم کردن سرعت انفوزیون یا قطع‌آن این عوارض سریع ?برطرف می‌شوند.

مقدار مصرف از طریق انفوزیون وریدی

۵ mcg/kg/min ـ ۲ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰ mg/۵ml

EPHEDRINE

موارد مصرف افدرین برای درمان علامتی آسم نایژه‌ای و انسداد برگشت‌پذیرراههای تنفسی رفع احتقان بینی یا محرک‌سیستم عصبی مرکزی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: افدرین یک مقلد سمپاتیک‌است که به‌طور مستقیم و غیرمستقیم‌برگیرنده‌های آلفا و بتا آدرنرژیک اثرمی‌کند. این دارو باتحریک گیرنده‌های بتادو آدرنرژیک عضلات صاف نایژه را شل‌می‌کند و با برطرف نمودن اسپاسم‌خفیف‌نایژه ظرفیت حیاتی را افزایش‌می‌دهد و عمل تهویه را بهبود می‌بخشد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی استو پس از تزریق عضلانی یا زیرجلدی‌به‌سرعت جذب می‌شود. دفع دارو کلیوی‌است اثر دارو ۲۰ـ۱۰ دقیقه پس از تزریق‌داخل عضلانی شروع و ۶۰ـ۳۰ دقیقه پس‌از تجویز ۵۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم باقی می‌ماند.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بیماریهای‌قلبی ـ عروقی شامل آنژین صدری آریتمی‌قلبی نارسایی عروق کرونر، پرکاری‌تیروئید، دیابت بیماری ایسکمی قلبی افزایش فشارخون نقص عملکرد کلیوی‌باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ این دارو در مقایسه با به محرکهای گیرنده بتادوآدرنرژیک عوارض جانبی‌بیشتری دارد و به‌دلیل بروز آریتمی وسایر عوارض جانبی کمتر مناسب است از این رو، حتی‌الامکان باید از مصرف این‌دارو خودداری گردد.

۳ ـ در صورت وجود هیپرتروفی‌پروستات مصرف دارو ممکن است باعث‌احتباس حاد ادرار شود.

۴ ـ تداخل دارو با مهارکننده‌های منوآمین‌اکسید از نظر بالینی اهمیت فراوان دارد.

عوارض جانبی تاکی کاردی اضطراب آریتمی زبان خشک شده بیقراری وبی‌خوابی از عوارض شایع افدرین‌می‌باشند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌کلروفرم یا هالوتان با افدرین ممکن استخطر آریتمی شدید بطنی را به‌ویژه دربیماران دارای سابقه بیماری قلبی افزایش‌دهد. مصرف همزمان این دارو بامسددهای بتاممکن است بااثرگشادکنندگی برونش افدرین مقابله نماید.مصرف همزمان افدرین با مسددهای بتاممکن است باخطر افزایش فشارخون وبرادیکاری شدید بااحتمال ایست قلب‌همراه باشد. مصرف همزمان افدرین بامهار کننده‌های منوآمینواکسیداز ممکن‌است اثرات تحریک قلبی ـ عروقی افدرین رادر نتیجه آزادشدن کاتکولامین‌ها طولانی وتشدید نماید. مصرف همزمان این دارو باگلیکوزیدهای دیژیتال ممکن است خطرآریتمی قلبی را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به‌حداقل‌رسانیدن احتمال بی‌خوابی دارو چندین‌ساعت قبل از خواب مصرف شود.

۲ ـ در صورت سابقه حساسیت نسبت‌به‌مقلدهای سمپاتیک یا وجود بیماریهای‌قلبی ـ عروقی این دارو بااحتیاط مصرف‌شود.

۳ ـ مصرف همزمان دارو با مسدددهای‌بتاآدرنرژیک کدئین گلیکوزیدهای‌دیژیتال مهارکننده‌های منوآمینواکسیدازو داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای بایدبا احتیاط صورت پذیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲۵ ـ ۱۲/۵ میلی‌گرم ازدارو به‌صورت داخل عضلانی داخل‌وریدی یا زیرجلدی تزریق می‌شود ومقادیر بعدی برحسب پاسخ بیمار تنظیم‌می‌شود. حداکثر مقدار مصرف دارو ۱۵۰میلی‌گرم در هر ۲۴ ساعت می‌باشد.

کودکان ۳ mg/kg یا ۱۰۰ mg/m۲ سطح بدن‌به‌صورت داخل وریدی یا زیرجلدی درروز، در ۶ـ۴ مقدار منقسم تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/ml

EPINEPHRINE

موارد مصرف این دارو برای درمان‌اضطراری آنافیلاکسی حاد، آنژیوادم واحیای قلبی ـ عروقی مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: اپی‌نفرین یـک داروی مقلدسـمپاتیک است که به‌طور مسـتقیم بر روی گیرنـده‌های آلفا و بتا ـ آدرنرژیک اثرمی‌کنـد. اپی‌نفرین عضـلات صاف نایژه را بااثر بر روی گیرنـده‌های بتا ـ دو آدرنرژیک‌شل می‌کنـد و از طریق گیرنـده‌های آلفا ـآدرنرژیک شریانچه‌های نایژه را منقبض‌می‌نماید. در نتیجه موجب از بین رفتن‌اسپاسم نایژه احتقان و خیز می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو از راه عضـلانی یازیرجلدی جذب می‌شود. اپی‌نفرین درانتهای اعصاب سـمپاتیک کبد و سایربافتهای بدن متـابولیزه می‌شـود. شـروع اثرایـن دارو از راه عضـلانی متغیر می‌باشـد. درحـالیکه اثر آن از راه تزریـق زیرجلـدی ۱۵ـ۶دقیقـه پس از مصرف شروع می‌شود، طول‌مدت اثر دارو از راه زیرجلدی یا عضلانی کمتر از ۴ ـ ۱ ساعت است دفع این دارو ازراه کلیه است

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر بایدبااحتیاط مصرف شود:

پرکاری تیروئید، دیابت بیماری قلبی ـعروقی و شوک کاردیوژنیک تروماتیک یاخونریزی

۲ ـ از تزریق اپی‌نفرین به‌داخل عضلات‌سرینی باید اجتناب نمود، زیرا ممکن است‌موجب بروز گانگرن شود.

۳ ـ لازم است همزمان با تزریق اپی‌نفرین حجم مایعات از دست رفته نیز جبران‌شود.

۴ ـ تزریق اپی‌نفرین به‌داخل شریان به‌علت‌انقباض شدید عروق و احتمال بروزگانگرن توصیه نمی‌شود.

عوارض جـانبی اضـطراب لرزش تاکی‌کـاردی آریتمی احسـاس سـرما در انتهاها،زیادی فشارخون و خیز ریوی تهوع اسـتفراغ تعریق ضعف و سرگیجه‌بامصرف این دارو گزارش شده است

تـداخل‌های داروئی مصـرف همزمان‌هالوتـان بـا اپی‌نفریـن ممکـن اسـت خطر بروزآریتمی شدیـد بطنی را افزایش دهـد. انفلـوران‌یا ایزوفلـوران نیز ممکــن اســت عضــله قلـب رابـه‌اثرات مقلــد ســمپاتیک اپی‌نفریـن حساس‌نمایــد. مصــرف همزمــان اپی‌نفریـن با داروهای‌ضدافسـردگی سه حلقه‌ای ممکن است اثرات‌قلبی ـ عروقی اپی‌نفرین را تشدیـد کنـد که‌احتمالاـ منجر به‌بروز آریتمی تاکی کاردی یازیادی شدیـد فشارخون و دمای بـدن‌می‌شود. مصـرف همزمان داروهای‌مسدودکننـده گیرنـده بتا ـ آدرنرژیک بااپی‌نفرین ممکن است به‌مهار اثرات درمانی‌هر دو دارو منجر شود. مصرف همزمان‌دیگوکسین با اپی‌نفرین ممکن است خطربروز آریتمی قلبی را افزایش دهـد. مصـرف‌همزمان ارگوتامین با اپی‌نفرین ممکن است‌منجر به‌افزایش اثر تنگ‌کننده عروق شود.همچنین ممکن اسـت باعث ایجاد ایسکمی‌عروق محیطی و گانگرن شده و اثر بالابرنده‌فشار خون اپی‌نفرین را نیز تشدید نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو در مواردِاضطراری برای درمان واکنش‌های‌آلرژیک باید بلافاصله مصرف شود.

۲ ـ محلول تزریقی اپی‌نفرین بـاغلظت۱ mg/ml، قبل از تزریق داخل قلبی یا وریدی‌بایـد رقیق شود. برای این منظور ۰/۵میلی‌لیتر از محلول اپی‌نفرین باید با محلول‌تزریقی کلرور سدیم به‌حجم ۱۰ میلی‌لیتررسانده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان گشادکننده نایژه ابتدا ۰/۵ ـ ۰/۲ میلی‌گرم تزریق

زیرجلدی می‌شود که این مقدار هر ۲۰دقیقه تا ۴ ساعت برحسب نیاز بیمار

تکرار می‌شود. در آنافیلاکسـی ابتدا مقدار۰/۵ ـ ۰/۲ میلی‌گرم تزریق عضـلانی یازیرجلـدی می‌شود که این مقدار هر ۱۵ ـ ۱۰دقیقه برحسب نیـاز بیمـار تکرار می‌شـود.به‌عنوان تنگ‌کننـده عروق در شوک‌آنافیلاکتیـک ابتـدا مقـدار ۰/۵ میلی‌گرم‌تزریـق عضـلانی یا

زیرجلـدی می‌شود و پس‌از آن ۰/۰۵ ـ ۰/۰۲۵ میلی گرم هر ۱۵ ـ ۵دقیقه برحسب نیـاز بیمار تزریق وریـدی‌می‌شود. به‌عنوان محرک قلبی نیز مقدار

۱ ـ ۰/۱ میلی گرم داخل قلب یا ورید تزریق‌می گردد که این مقدار در صورت نیاز، هر

۵ دقیقه تکرار می‌شود. برای احیاء قلبی

۱ میلی گرم به‌صورت قطره قطره تجویزمی گردد.

کودکان به‌عنوان گشادکننده نایژه دردرمان آنافیلاکسی مقدار ۰/۰۱ mg/kg

تا حداکثر ۰/۵ میلی گرم برای هر نوبت‌تزریق زیرجلدی می گردد که این مقداربرحسب نیاز هر ۱۵ دقیقه برای دو نوبت

و سپس هر ۴ ساعت تکرار می‌شود.به‌عنوان تنگ کننـده عروق در شوک آنافیلاکتیک ابتـدا مقـدار ۰/۳ میلی گرم‌تزریق عضـلانی یا وریدی می گردد که این‌مقدار در صورت نیاز هر ۱۵ دقیقه برای

۳ یا ۴ نوبت تکرار می‌شود. به‌عنوان

محرک قلبی نیز ۰/۰۱ mg/kg ـ ۰/۰۰۵

داخل عضله قلب یا به‌صورت وریدی‌تزریق می گردد.

اشکال دارویی

Injection (As Acid Tartrate): ۱ mg/ml

ISOPROTERENOL HCI

مـوارد مصـرف ایزوپروترنـول در درمان‌علامتی آسـم برنشـیال اسـپاسم نایژه‌ای‌برگشت‌پـذیر همراه التهـاب نایژه‌هـا، امفیزم‌ریـوی برونشیکتازی و سایر بیماری‌های‌انسدادی ریوی به‌کار برده می‌شود.

مکـانیسم اثر: این دارو یک ترکیب‌آدرنرژیک است که باتحریک گیرنـده‌های‌بتا آدرنرژیک اثرات خود را اعمال می کنـد.تحریک گیرنده بتا دو در شش‌ها موجب‌شل‌شدن عضله صاف نایژه و تخفیف‌اسپاسم نایژه‌ای افزایش ظرفیت حیاتی کاهش حجم ذخیره‌ای و کـاهش مقاومت‌راههـای هوایی می گردد. ایزوپروترنول موجب مهـار آزادشـدن هیسـتامین ناشـی ازتحریک آنتی‌ژن و ماده کنـد اثر (SRS) درهنگام آنافیلاکسی می گردد. این دارو باتحریک گیرنده بتا یک آدرنرژیک موجب‌افزایش لیپولیز می گردد.

فارماکوکینتیک علاوه بر کبد در شش‌ها وبافتهای دیگر نیز متابولیزه می‌شود. شروع‌اثر دارو باتجویز از طریق داخل وریدی بلافاصله و سریع بوده و مدت اثر داروکمتر از یک ساعت است دفع دارو، کلیوی‌است

موارد منع مصـرف ایزوپروترنول درمبتلایان به‌بیماریهای قلبی ـ عروقی از قبیل‌آنژین قفسه صدری بیماری‌های شـریان‌کرونر، آریتمی قلبی همراه با تاکیکاردی نارسایی کرونر، بیماری‌های دژنراتیوقلبی زیادی فشارخون عیب کار بافت‌قلب تاکیکاردی همراه با سـمیت ناشی ازدیژیتال دیابت پرکاری تیروئید،فئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

عوارض جـانبی درد یـا نـاراحتی قفسه سـینه احسـاس سـرما، تب تشـنج اغشتاش‌شـعور، افزایش حاد فشار خون ضـربانات‌نامنظم قلب تغییرات خلق و خو،گرفتگی‌هـای عضـلانی تهوع و اسـتفراغ اشـکال در تنفس آهسـته‌شدن ضـربانات‌قلب رعشه اضـطراب غیرعـادی عصـبانیت‌یا بیقراری بزرگ‌شـدن غیرطبیعی مردمک‌چشم تـاری دیـد، سـرد و رنـگ پریده‌شـدن‌پوست ضـعف برافروختگی یا قرمزی‌صورت یا پوست از عوارض جانبی مهم‌دارو هستند.

تـداخل‌های داروئی مصـرف همزمان‌ترکیبـات هیـدروکربنه هوشبر اسـتنشاقی باایزوپروتونول موجب افزایش خطر بروزآریتمی بطنی شدیـد می‌شـود. تجویزهمزمـان ضدافسـردگی‌های سه حلقه‌ای‌باتقویت اثرات قلبـی ـ عروقی‌ایزوپروترونـول مـوجب بروز آریتمی

تاکیکاردی زیادی فشار خون و یا افزایش‌درجه حرارت بدن می گردد. تجویزترکیبات مسدد گیرنده بتا آدرنرژیک و ازجمله فرآورده‌های چشمی همزمان بااین‌دارو، موجب مهار متقابل اثرات درمانی دودارو می گردد. در ضمن اثر گشادکنندگی‌نایژه با تحریک گیرنده بتا دو توسطایزوپروترنول را عوارض ناخواسته مثل‌تحریک‌پذیری بیخوابی تشنج و یا آریتمی‌قلبی را به‌دنبال خواهد داشت تجویز همان‌گلیکوزیدهای قلبی و یا لوودوپا با دارو،موجب افزایش خطر آریتمی قلبی می‌شود.ایزوپروترنول هم چنین اثرات ضد آنژین‌نیتراتها را کاهش می‌دهد. مصرف توام‌ریتودرین و این دارو، موجب تشدید اثرات‌درمانی و عوارض جانبی دو دارومی‌شود. تجویز توام با هورمونهای‌تیروئیدی نیز اثرات درمانی هر دو گروه‌دارویی را تشدید می کند. تجویز داروبه‌همراه ترکیبات گزانتین مانند آمینوفیلین علاوه بر افزایش تحریک CNS، آثار سمی‌اضافی تولید می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزاشکال در تنفس و تداوم یا بدترشدن آن بلافاصله به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ در صورت استفاده مکرر از مقادیر زیاددارو، احتمال بروز اسپاسم نایژه‌ای خلاف‌انتظار وجود دارد.

مقدار مصرف به‌منظور گشاد کردن نایژه در هنگام اسپاسم نایژه حین بیهوشی ،به‌صورت تزریق داخل وریدی و به‌میزان mcg ۱۰ـ۲۰ تجویز شده و بسته به‌نیازبیمار تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۲ mg/ml, ۱ mg/ml

METAPROTERENOL SULFATE

موارد مصرف متاپروترنول در درمان‌علامتی آسم‌برونشیال اسپاسم نایژه‌ای‌برگشت‌پذیر همراه با التهاب نایژه‌ها و نیزآمفیزم ریوی برونشیکتازی و سایربیماری‌های انسدادی ریوی استفاده‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق

تحریک گیرنده‌های بتا دو آدرنرژیک درشش‌ها، موجب شل‌شدن عضله صاف‌نایژه و در نتیجه کاهش اسپاسم نایژه افزایش ظرفیت حیاتی کاهش حجم ذخیره‌تنفسی و کاهش مقاومت راههای تنفسی‌می‌شوند. متاپروترنول همچنین آزادشدن‌هیستامین ناشی از تحریک آنتی‌ژن را مهارمی کند.

فارماکوکینتیک حدود ۴۰٪ مقدار مصرفی‌به‌صورت خوراکی از دستگاه گوارش‌جذب می گردد. شروع اثر دارو به‌دنبال‌تجویز خوراکی حدود یک ساعت و دوام‌اثر دارو بیش از ۴ ساعت است متابولیسم‌دارو کبدی است

موارد منع مصرف این دارو در افراد مبتلابه آریتمی قلبی و یا تاکی کاردی نارسایی‌احتقانی قلب بیماری عروق کرونر، زیادی‌فشارخون اختلالات تشنجی دیابت پرکاری تیروئید، فئوکروموسیتوم نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در مبتلایان به‌اختلالات‌تشنجی باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ مصرف مقادیر بیش از حد دارو،به‌ویژه در افرادی که زمینه اختلالات ریتم‌قلب دارند و یا از مدرها و گلیکوزیدهای‌دیژیتالی استفاده می‌نمایند، ممکن است‌موجب کاهش پتاسیم خون گردد.

عوارض جانبی احساس ناراحتی یا درد درقفسه‌سینه احساس سرما و یا تب تشنج اغتشاش شعور، ضربانات سریع قلب سردرد، افزایش فشارخون تهوع واستفراغ اشکال در تنفس ضربانات‌آهسته قلب رعشه اضطراب غیرمعمول عصبانیت بیقراری بزرگ شدن‌غیرطبیعی مردمک چشم تاری‌دید، سرد ورنگ پریده شدن غیرعادی پوست ضعف‌ضربانات نامنظم قلب گرفتگی‌های‌عضلانی تغییرات خلق و خو و نیزاحساس طعم ناخوشایند در دهان ازعوارض جانبی مهم دارو هستند.

تداخل‌های داروئی چنانچه متاپروترنول بامقادیر بالا، قبل و یا در مدت کوتاهی پس ازبیهوشی با کلروفرم یا هالوتان تجویزگردد،

خطر بروز آریتمی شدید بطنی را بالامی‌برد. انفلوران ایزوفلوران و متوکسی‌فلوران نیز چنین اثری دارند. ترکیبات‌ضدافسردگی سه حلقه‌ای اثرات‌متاپروترنول را بر سیستم عروقی تقویت‌می‌کنند. تجویز همزمان مسددهای گیرنده‌بتاآدنرژیک علاوه بر مهار متقابل اثرات‌درمانی دو گروه دارویی موجب خنثی‌کردن اثر گشادکنندگی نایژه‌ای‌متاپروترنول نیز می‌شود. تجویز توام‌دارو با محرک‌های CNS موجب تحریک‌اضافی CNS و افزایش اثرات جانبی این‌داروها می‌گردد. استفاده همزمان ازگلیکوزیدهای قلبی و لوودوپا نیز خطرآریتمی قلبی را افزایش می‌دهد.متاپروترنول اثرات ضدآنژین نیترات‌ها راکم می‌کند. تجویز توام ریتودرین و سایرمقلدهای سمپاتیک بااین دارو، اثرات‌درمانی و عوارض جانبی هر دو گروه رازیاد می‌کند. هورمونهای تیروئیدی نیز اثرتداخلی متقابل با متاپروترنول دارند.گزانتین‌ها در حضور این دارو، اثراتشان‌بر CNS تشدید می‌شود و آثار سمی اضافی‌بروز می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزاشکال در تنفس و تداوم یا بدترشدن آن‌فور ?به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ در صورت نیاز به‌استفاده همزمان ازآئروسل‌های کورتیکوستروئیدی و یاایپراتروپیوم بهتر است متاپروترنول مدتی‌قبل از داروی دیگر استفاده شود.

۳ ـ ممکن است طعم ناخوشایند مصرف‌دارو در دهان احساس شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای گشادکردن نایژه‌ها،

۲۰ میلی‌گرم ۴ـ۳ بار در روز تجویزمی‌شود.

کودکان بین ۹ـ۶ سال و بالاتر و یا درکودکانی با وزن کمتر از ۲۷ کیلوگرم ۱۰میلی‌گرم و ۴ـ۳ بار در روز و در کودکان ۹سال به‌بالا با وزن ۲۷ کیلوگرم و بیشتر،مشابه افراد بالغ تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال ابتدا۰/۵ میلی‌گرم به‌صورت داخل عضلانی‌تزریق می‌شود و در صورت نیاز، پس ازنیم ساعت این مقدار تکرار می‌شود.

کودکان در کودکان با سن کمتر از ۶ سال ۰/۲۵ میلی‌گرم به‌صورت داخل عضلانی‌تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۰ mg

Injection: ۰.۵ mg/ml

NEOSTIGMINE METHYLSULFATE

موارد مصرف نئوستیگمین در درمان‌ضعف عضلانی ناشی از بیماری‌میاستنی‌گراو، احتباس غیر انسدادی ادراربعد از عمل جراحی و به‌عنوان پادزهرداروهای مسدد عصبی ـ عضلانی‌غیردپولاریزان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو هیدرولیز شدن‌استیل کولین به‌وسیله استیل کولین استرازجلوگیری می‌کند و در نتیجه انتقال‌تکانه‌های عصبی از محل اتصال عصب ـعضله را تسهیل می‌نماید. این دارو همچنین‌با افزایش تحریک و تنوس عضلات معده کاهش انقباض معده بعد از عمل جراحی رابرطرف می‌کند.

فارماکوکینتیک نئوستیگمین پس از تزریق‌عضلانی سریع ?جذب می‌شود. در پلاسماو کبد متابولیزه می‌شود و دفع آن کلیوی‌می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود انسدادمکانیکی روده یا مجاری ادرار بااحتیاطفراوان تجویز شوند.

۲ ـ در مصرف این دارو پس از جراحی بایداحتیاط کرد زیرا ممکن است مشکلات‌تنفسی ناشی از درد پس از عمل جراحی تسکین احتباس ترشحات یا آتلکتازی راتشدید کند.

۳ ـ در موارد زیر با احتیاط مصرف شود:

آسم برادیکاردی انفارکتوس اخیرمیوکارد، پارکینسیون قطع عصب واگ زخم معده ناراحتی کلیه

عوارض جانبی از عوارض شایع این دارومی‌توان از اسهال تهوع یا استفراغ کرامپ‌یا درد معده افزایش غیرعادی تعریق وافزایش غیرعادی ترشح بزاق نام برد.

تداخل‌های داروئی اثر انسداد عصبی ـعضلانی ناشی از آمینوگلیکوزیدهای‌سیستمیک داروهای بیهوش‌کننده‌استنشاقی هیدروکربنه بیحس کننده‌های‌موضعی تزریقی و کلیندامایسین را تشدیدمی‌کند. در صورت مصرف همزمان باسایر مهارکننده‌های کولین استراز ممکن‌است منجر به‌مسمومیت اضافی گردد.ممکن است در مصرف همزمان با داروهای‌مسدد عصبی ـ عضلانی دپولاـریزان مانندسوکسینیل کولین اثر آنها کاهش یابد. درصورت همزمان پروکائین آمیدیا کینیدین‌با این دارو فعالیت انسداد عصبی ـعضلانی و یا اثر ثانویه ضدموسکارینی‌این دو دارو ممکن است اثر ضدمیاستنی‌گراو نئوستیگمین را خنثی کند.

نکات قابل توصیه مصرف این دارو با غذایا شیر احتمال بروز عوارض جانبی راکاهش می‌دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای جلوگیری از احتباس‌ادرار یا کاهش انقباض معدی ـ روده‌ای پس‌از جراحی مقدار ۰/۲۵ میلی‌گرم بلافاصله‌پس از پایان عمل به‌صورت عضلانی یازیرجلدی تزریق و این مقدار هر ۶ـ۴ ساعت‌به‌مدت ۲ یا ۳ روز تکرار می‌شود. برای‌درمان احتباس ادرار، مقدار ۰/۵میلی‌گرم‌تزریق عضلانی یا زیرجلدی می‌شود و این‌مقدار هر سه ساعت برای حداقل پنج نوبت‌پس از خالی شدن مثانه تکرار گردد.

کودکان به‌عنوان پادزهر داروهای شبه‌کورار مقدار ۰/۰۴ mg/kg همراه با۰/۰۲ mg/kg آتروپین تزریق وریدی‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ mg/ml, ۲.۵ mg/ml

NOREPINEPHRINE BITARTRATE

موارد مصرف نوراپی‌نفرین برای جبران‌کمی حاد فشار خون مصرف می‌شود. این‌دارو در درمان کمی فشارخون متعاقب‌بای پس قلبی ـ ریوی و جراحی قلب نیزاستفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: نوراپی‌نفرین یک کاتکول آمین‌است که بااثر برروی گیرنده‌های بتاـ یک‌آدرنرژیک عضله قلب را تحریک می‌کند وبرون ده قلب را افزایش می‌دهد و بااثربرروی گیرنده‌های آلفا ـ آدرنرژیک اثرتنگ‌کننده شدید بر روی عروق ایجادمی‌کند و بنابراین فشارخون سیستمیک وجریان خون کرونر را افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک جذب این دارو پس ازتزریق زیرجلدی ناچیز است و عمدت ?دربافتهایی که اعصاب سمپاتیک دریافت‌می‌کنند، تجمع می‌یابد. نوراپی‌نفرین ازجفت عبور می‌کند ولی از سد خونی ـ مغزی‌عبور نمی‌کند. این دارو در کبد و سایربافتها متابولیزه می‌گردد. اثر دارو از راه‌تزریق وریدی به‌سرعت شروع می‌شود.اثر دارو ۲ـ۱ دقیقه پس از قطع انفوریون ازبین می‌رود نوراپی‌نفرین از راه کلیه دفع‌می‌شود. مقدار کمی از دارو به‌صورت‌تغییر نیافته دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر بایدبااحتیاط مصرف شود:

بیماران مبتلا به‌ترومبوز عروق مزانتریک‌یا محیطی دیابت هیپوکسی یا هیپرکاپنه بیماری تیروئید.

۲ ـ نشت دارو به‌بافتهای اطراف رگ ممکن‌است به‌علت تنگ شدن عروق سبب نکروزموضعی شود.

۳ ـ نوراپی‌نفرین باید فقط از راه انفوزیون‌وریدی تجویز می‌شود. تزریق زیرجلدی یاعضلانی این دارو، به‌دلیل اثر تنگ‌کننده‌عروق آن توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی زیادی فشارخون سردرد،برادی کاردی آریتمی و ایسکمی عروق‌محیطی با مصرف این دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌هالوتان با نوراپی‌نفرین ممکن است خطربروز آریتمی‌های شدید بطنی را افزایش‌دهد. مصرف همزمان داروهای‌ضدافسردگی سه حلقه‌ای با نوراپی‌نفرین ممکن است اثر قلبی ـ عروقی این دارو راتشدید نموده که احتمالا منجر به‌بروزآریتمی تاکی کاردی یا زیادی شدیدفشارخون و دمای بدن می‌شود. مصرف‌همزمان داروهای مسدودکننده گیرنده‌بتاآدرنرژیک با نوراپی‌نفرین ممکن است‌منجر به‌مهار اثرات درمانی هر دو داروشود. انسداد گیرنده‌های بتاـ آدرنرژیک‌ممکن است خطر بروز زیادی فشارخون وبرادی کاردی و انسداد احتمالی قلب رابه‌همراه داشته باشد. مصرف همزمان‌گلیکوزیدهای دیژیتال با نوراپی‌نفرین‌ممکن است خطر بروز آریتمی قلبی راافزایش دهد. مصرف همزمان ارگوتامین بانوراپی‌نفرین ممکن است منجر به تشدیدتنگ‌شدن عروق شود. همچنین اثربالابرنده فشارخون نوراپی‌نفرین تشدیدکند و فشارخون را زیاد کند. مصرف‌همزمان لوودوپا با نوراپی‌نفرین ممکن‌است احتمال بروز آریتمی‌های قلبی راافزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ پیش از تجویز،نوراپی‌نفرین تزریقی باید با دکستروز ۵درصد در آب استریل یا دکستروز ۵درصد در محلول کلرورسدیم رقیق شود.تجویز نوراپی‌نفرین در محلول‌کلرورسدیم به‌تنهایی توصیه نمی‌شود.

۲ ـ چنانچه درمان طولانی مدت بانوراپی‌نفرین ضرورت داشته باشد،توصیه می‌شود که محل تزریق در فواصل‌دوره‌ای تغییر یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا با سرعت‌mg/min ۰/۰۰۸ـ۰/۰۱۲ از راه انفوزیون‌وریدی تجویز می‌شود و سپس به‌منظورتثبیت و حفظ فشار خون سرعت تجویزتنظیم می‌گردد. مقدار نگهدارنده‌mg/min ۰/۰۰۲ـ۰/۰۰۴ از راه انفوزیون‌وریدی برحسب پاسخ بیمار است

کودکان در کمی حاد فشارخون ابتداباسرعت mg/min ۰/۰۰۲ از راه انفوزیون‌وریدی تجویز می‌گردد و سپس به‌منظورتثبیت و حفظ فشارخون سرعت آن تنظیم‌می‌گردد. در کمی شدید فشارخون درایست قلبی ابتدا باسرعت‌mg/kg/min ۰/۰۰۰۱ از راه انفوزیون‌وریدی تجویز می‌گردد و سپس سرعت‌تجویز به‌منظور حفظ فشار خون تنظیم‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۱٪

PHENOXYBENZAMINE HCl

موارد مصرف فنوکسی بنزامین در کنترل‌فئوکروموسیتوم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فنوکسی بنزامین یک داروی‌مسدودکننده گیرنده آلفا ـ آدرنرژیک‌بسیار قوی با مدت اثر طولانی است و داروسبب ایجاد یک انسداد غیرقابل برگشت وغیر رقابتی می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو به‌طور ناقص ونامنظم از مجرای گوارش جذب می‌شود.اثر دارو به‌تدریج در طول چند ساعت‌شروع شده و به‌مدت ۴ـ۳ روز باقی‌می‌ماند. در کبد متابولیزه می‌شود و درادرار و صفرا دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌سابقه حوادث مغزی ـ عروقی و در طول‌دوره بهبود پس از انفارکتوس میوکاردنباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر بایدبه‌احتیاط فراوان مصرف شود:

بیماران سالخورده نارسایی احتقانی قلب بیماری شدید قلب بیماریهای مغزی ـعروقی بی‌کفایتی عملکرد کلیه

۲ ـ هنگام تزریق دارو، باید از نشت آن‌جلوگیری نمود.

۳ ـ از تزریق این دارو در بیماران مبتلابه‌کاهش حجم خون باید اجتناب نمود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون وضعیتی‌همراه با سرگیجه و تاکی کاردی جبرانی‌مشخص احتقان‌بینی میوز، مهار دفع منی‌و بندرت اختلالات گوارشی کاهش تعریق‌و خشکی دهان (پس از انفوزیون وریدی وکاهش فشار خون ایدیوسنکراتیک چنددقیقه پس از شروع انفوزیون گزارش شده‌است تشنج باانفوزیون سریع دارو نیزمشاهده شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ فنوکسی بنزامین درصورت مصرف از راه تزریقی باید همیشه‌رقیق شده و از راه انفوزیون تزریق گردد.

۲ ـ بامصرف غذای زیاد، ورزش و قرارگرفتن در هوای گرم اثر کاهنده فشارخون‌دارو ممکن است تشدید شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان مقدار مصرف معمول دارو برای شروع‌درمان ۱۰ میلی‌گرم یک یا دو بار در روزاست که به‌تدریج براساس پاسخ بیمار تاحد ۲ mg/kg/day ـ۱ در دو مقدار منقسم‌افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

capsule: ۱۰ mg

PHENTOLAMINE MESYLATE

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری وکنترل زیادی فشار خون قبل از جراحی‌فئوکروموسیتوم یا طی آن و برای تشخیص‌فئوکروموسیتوم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مسدودکردن‌گیرنده‌های آلفا ـ آدرنرژیک و خنثی کردن‌اثرات نوراپی‌نفرین و اپی‌نفرین موجود درگردش خون سبب گشاد شدن عروق وکاهش مقاومت محیطی می‌شود. این دارودر نارسایی احتقانی قلب پس بار و فشارشریانی ریه را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک اثر دارو از راه تزریق‌عضلانی پس از ۲۰ دقیقه و از راه تزریق‌وریدی پس از ۲ دقیقه به‌اوج خود می‌رسد(در صورت مثبت بودن آزمون طول مدت‌اثر دارو از راه عضلانی ۴۵ ـ ۳۰ دقیقه و ازراه وریدی ۳۰ـ۱۵ دقیقه است (در صورت‌مثبت بودن آزمون تقریب ?۱۳ درصد آن‌به‌صورت تغییر نیافته از راه ادرار دفع‌می‌شود. نیمه عمر دارو پس از مصرف‌وریدی ۱۹ دقیقه می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در کمی‌فشارخون سابقه انفارکتوس میوکارد،نارسایی عروق کرونر، آنژین یا سایربیماریهای شریان کرونر نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در طول مصرف دارو،فشارخون و نبض بیمار باید کنترل شود.

۲ ـ این دارو در بیماران مبتلا به‌نقص کارکلیه گاستریت زخم معده و سالخوردگان‌باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون‌وضعیتی تاکی کاردی سرگیجه تهوع واستفراغ اسهال احتقان‌بینی کاهش‌طولانی مدت و حاد فشارخون آنژین دردسینه و آریتمی با مصرف این دارو گزارش‌شده است

تداخل‌های داروئی در صورت مصرف‌همزمان فنتولامین با دیازوکساید، اثرمهارکننده این دارو بر روی آزادشدن‌انسولین خنثی می‌شود. مصرف همزمان‌فنتولامین با گوانتیدین ممکن است سبب‌افزایش دفعات بروز کمی فشارخون درحالت ایستاده یا برادی کاردی شود.مصرف همزمان این دارو بادوپامین اثرتنگ‌کننده عروق محیطی ناشی از مصرف‌مقادیر زیاد دوپامین را خنثی می کند.مصرف همزمان فنتولامین با افدرین ممکن‌است اثر این دارو را در بالابردن‌فشارخون کاهش دهد. مصرف همزمان‌این دارو

با اپی‌نفرین ممکن است اثرهای آلفا ـ آدرنرژیک این دارو را مهار کند واحتمالا منجر به‌کمی شدید فشارخون وتاکی‌کاردی شود.

مصرف فنتولامین بیش‌از فنیل‌افرین ممکن است اثر این دارو را دربالابردن فشارخون کاهش دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در آزمون فنتولامین مقدار

۵ ـ ۲ میلی‌گرم تزریق وریدی می‌شود.به‌عنوان ضدآدرنرژیک ۲ـ۱ ساعت قبل ازجراحی ۵ میلی‌گرم از دارو از راه وریدی‌تزریق می‌شود که در صورت نیاز، این‌مقدار تکرار می‌شود.

کودکان در آزمون فنتولامین مقدار ۳میلی‌گرم از راه عضلانی یا یک میلی‌گرم ازراه وریدی تزریق می‌شود. به‌عنوان‌ضدآدرنرژیک ۲ـ۱ ساعت قبل از جراحی مقدار یک میلی‌گرم یا ۰/۱ mg/kg از راه‌وریدی یا عضلانی تزریق می‌شود که درصورت نیاز تکرار می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

PYRIDOSTIGMINE

موارد مصرف پیریدوستیگمین در درمان‌بیماری میاستنی گراو به‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از هیدرولیز شدن‌استیل کولین به‌وسیله استیل کولین استرازجلوگیری می‌کند و در نتیجه انتقال‌تکانه‌های عصبی از محل اتصال عصب ـعضله را تسهیل می‌نماید.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از مجرای گوارش اندک است در کبد و پلاسمامتابولیزه می‌شود و از راه کلیه دفع‌می‌گردد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود انسدادمکانیکی روده یا مجاری ادرار و نیز عفونت‌مجرای ادرار، بااحتیاط فراوان تجویزشود.

۲ ـ به‌دلیل ایجاد مشکلات تنفسی ازمصرف این دارو پس از اعمال جراحی‌خودداری شود.

عوارض جانبی از عوارض شایع این دارومی‌توان اسهال تهوع یا استفراغ کرامپ

یا درد معده افزایش غیرعادی تعریق

و افزایش غیرعادی ترشح بزاق را نام

برد.

تداخل‌های داروئی آمینوگلیکوزیدها،داروهای بیهوش‌کننده استنشاقی‌هیدروکربنه و بیحس‌کننده‌های موضعی‌ممکن است مانع اثر این دارو گردند. این‌دارو می‌تواند متابولیسم بیحس‌کننده‌های‌موضعی استری را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه مصرف دارو باغذا یاشیر احتمال بروز عوارض جانبی را کاهش‌می‌دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضدمیاستنی برای‌شروع ۱۲۰ـ۳۰ میلی‌گرم هر ۴ـ۳ ساعت‌مصرف می‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده g/day ۱/۵ـ۰/۰۶ (به‌طور متوسط ۰/۶g/day)مصرف می‌شود.

کودکان مقدار ۷ mg/kg/day در پنج یا شش‌مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg, ۶۰ mg

TRIHEXYPHENIDYL

موارد مصرف تری‌هگزی‌فندیل در درمان‌بیماری پارکینسون و کاهش عوارض‌خارج هرمی ناشی از داروها (به‌جزدیسکنزی دیررس تجویز می‌شود

مکانیسم اثر: این داروها با مهار گیرنده‌های‌موسکارینی در مغز موجب می‌شود که‌تعادل بین فعالیت سیستم کولینرژیک ودوپامینرژیک برقرار شود.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی بخوبی‌جذب می‌شود. طول اثر دارو ۶-۱۲ ساعت‌است

موارد منع مصرف در موارد احتباس‌ادراری درمان نشده گلوکوم با زاویه‌بسته یا انسداد دستگاه گوارش نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد بیماری قلبی ـعروقی یا نارسایی کبدی یا کلیوی بااحتیاط تجویز شود.

۲ ـ این دارو ممکن است بر اعمالی که نیازبه مهارت دارند مثل رانندگی تأثیر بگذارد.

عوارض جانبی خشکی دهان اختلال‌گوارشی گیجی تاری دید، احتباس ادرار،افزایش ضربان قلب افزایش حساسیت‌عصبی شدن توهم تحریک و اختلالات‌روانی از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف توأم این داروبا داروهای دیسوپیرامید، ضدافسردگی‌سه حلقه‌ای و مهارکننده آنزیم‌مونوآمینواکسیداز، آنتی‌هیستامین فنوتیازین‌ها، آمانتادین و داروهای‌آنتی‌کولینرژیک باعث افزایش اثرآنتی‌موسکارینی می‌شود. این دارو جذب‌کتوکونازول و غلظت پلاسمایی‌فنوتیازین‌ها را کاهش می‌دهد و با اثرسیساپراید بر دستگاه گوارش مقابله‌می‌کند. این دارو با ایجاد خشکی دهان درحل شدن نیترات‌های زیر زبانی اختلال‌ایجاد کرده و اثر آنها را کاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه در صورت بروز خشکی‌دهان یا عوارض گوارشی بهتر است قبل ازغذا مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار ۱ mg/day که بتدریج‌می‌توان آنرا افزایش داد، مصرف می‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده معمولا۵-۱۵mg/day در ۳-۴ مقدار منقسم است

اشکال دارویی

Tablet: ۲ mg, ۵ mg

DESMOPRESSIN

موارد مصرف دسموپرسین برای درمان‌دیابت بی‌مزه نوروژنیک شب ادراری‌اولیه (باغلظت طبیعی ادرار)، پرنوشی‌موقت و پرادراری همراه با تروما یاجراحی در ناحیه هیپوفیز، بیماری فون‌ویل براند نوع I و هموفیلی خفیف نوع A، سردرد Post-lumbar puncture، شب‌ادراری همراه اسکلروز مولتیپل تشخیص‌دیابت بی‌مزه نوروژنیک تست ارزیابی‌عملکرد کلیوی و نیز تست پاسخ‌فیبرینولیتیک به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دسموپرسین آنالوگ‌وازوپرسین یا آنتی‌دیورتیک هورمون (ADH)می‌باشد. بنابراین با افزایش‌نفوذپذیری سلولی در مجاری جمع‌کننده‌ادرار موجب افزایش بازجذب آب در کلیه ونتیجت ?افزایش اسمولالیته ادرار و کاهش‌همزمان برون ده ادراری می‌شود.دسموپرسین اثرات آنتی هموراژیک خودرا از طریق افزایش سطوح پلاسمایی‌فاکتور انعقادی ۸ (فاکتور آنتی هموفیلیک و افزایش فعالیت فاکتور فون‌ویل براند واحتمالا اثر مستقیم بر جدار عروق خونی‌اعمال می‌نماید.

فارماکوکینتیک ۲۰ـ۱۰ درصد دارو ازمخاطبینی جذب می‌شود. به‌دنبال تجویزاز راه بینی طی یک ساعت اثر ضدادراری‌دارو ظاهر می‌شود و طی ۵ ـ۱ ساعت‌به‌حداکثر اثر می‌رسد. متابولیسم داروکلیوی است طول اثر آنتی‌دیورتیک داروباتجویز از راه‌بینی متغیر

بوده و ۲۰ـ۸ساعت است

موارد منع مصرف این دارو به‌منظوردرمان شب ادراری در مبتلایان به‌نارسائی کلیوی بیماریهای قلبی ـ عروقی و مبتلایان‌به‌زیادی فشارخون شریانی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران مبتلا به‌سیستیک‌فیبروزیس باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ در حین درمان با دسموپرسین ازمصرف زیاد مایعات باید خودداری شود.افزایش مصرف مایعات به‌ویژه درسالمندان و کودکان می‌تواند موجب کاهش‌سدیم خون و مسمومیت با آب گردد. دردرمان شب ادراری با اندازه‌گیری مرتب‌وزن و فشارخون بیمار می‌توان افزایش‌بیش از حد مایعات بدن را کنترل نمود.

۳ ـ تجویز داخل وریدی سریع دارو ممکن‌است موجب افت فشار خون گردد.

عوارض جانبی احتباس مایعات و کاهش‌سدیم خون در صورتیکه تجویز داروبدون محدودکردن مصرف مایعات باشد(در موارد شدید این عارضه با تشنج همراهاست ، سردرد، تهوع استفراغ و خونریزی‌از بینی گزارش شده است

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان باکاربامازپین کلرپروپامید یا کلوفیبرات‌می‌تواند موجب افزایش اثر ضد ادراری‌دارو گردد. به‌عکس استفاده همزمان ازداروهایی چون لیتیوم یا نوراپی‌نفرین ازاثر ضدادراری می‌کاهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از مصرف دارواز عدم حساسیت فرد به‌دارو اطمینان‌حاصل گردد.

۲ ـ در هنگام مصرف دارو از راه بینی دقت‌به‌عمل آید تادارو بیش از میزان‌تجویزشده مصرف نگردد.

۳ ـ در هنگام تجویز دارو برای ارزیابی وتشخیص عملکرد کلیه‌ها، بهتر است مثانه‌بیمار خالی باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای تشخیص دیابت بی‌مزه ۲۰ میکروگرم و برای درمان دیابت بی‌مزه۴۰ mcg/day ـ۱۰ (در یک یا دو مقدار منقسم تجویز می‌شود. در درمان شب ادراری‌اولیه (باتوان طبیعی تغلیظ ادرار) در ابتدابه‌میزان ۲۰ میکروگرم قبل از خواب تجویزمی‌گردد و تنها در صورتیکه مقادیر پایین‌مقرر نباشند، می‌توان مقدار مصرف را تا۴۰ میکروگرم افزایش داد. در شب ادراری‌همراه با اسکلروز مولتیپل در افراد با سن‌کمتر از ۶۵ سال به‌میزان ۲۰ـ۱۰میکروگرم قبل از خواب تجویز می‌شود.به‌منظور ارزیابی و تشخیص عملکرد کلیه ۴۰ میکروگرم توصیه می‌شود.

کودکان میزان تجویز برای تشخیص‌دیابت بی‌مزه مشابه بزرگسالان و دردرمان دیابت بی‌مزه ۲۰ mcg/day ـ۵می‌باشد. برای درمان شب ادراری اولیه مقدار مصرف برای کودکان بیش از ۵سال مشابه بزرگسالان و به‌منظور تست‌تشخیص عملکرد کلیوی در کودکان ۱۵ـ۱سال ۲۰ میکروگرم و کمتر از ۱ سال ۱۰میکروگرم تجویز می‌شود (میزان مصرف‌مایعات رادر دو وعده غذای بعدی کودک‌باید تا ۵۰٪ کاهش داد.)

اشکال دارویی

Nasal Solution: ۰.۱ mg/ml

DIPYRIDAMOLE

موارد مصرف دی‌پیریدامول به عنوان‌داروی کمکی همراه با داروهای ضد انعقادخوراکی برای پیشگیری از ترومبوآمبولی‌پس از جراحی دریچه‌های قلب مصرف‌می‌شود. دی‌پیریدامول از راه وریدی فقطبه عنوان داروی کمک تشخیصی درتصویربرداری از پرفوزیون عضله قلب برای تشخیص نقص پرفوزیون همراه بابیماری شریان کرونر مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دی‌پیریدامول ممکن است‌غلظت آدنوزین درونزاد (گشاد کننده‌عروق کرونر و مهار کننده تجمع پلاکتی وAMP

حلقوی را افزایش دهـد. علاوه بر این دی‌پیریـدامول غلظت AMP حلقوی‌درون‌پلا‌ـکتی را از طریق افزایش تحریک‌فعالیت ادنیلات سیکلاز و مهار آنزیم‌فسفودی استراز بالا می‌برد.

فارماکوکینتیک جذب دی‌پیریدامول آهسته‌و متغیر است فراهمی زیستی این دارو۲۷–۶۶ درصد است پیوند آن به پروتیئن‌بسیار زیاد است (۹۹ ـ ۹۱ درصـد).متابولیسم دارو کبـدی است نیمه عمر دفع‌آن از راه خوراکی ۱۲ ـ ۱۰ ساعت و از راه‌وریـدی ۱۵ ـ ۱۰ ساعت است زمان لازم‌برای رسیدن به اوج غلظت پلاسمایی ازراه خوراکی ۳ ـ ۱ ساعت و از راه وریدی ۲دقیقه پس از اتمام یک انفوزیون ۴ دقیقه‌ای‌است دفع این دارو عمدتا از طریق صفراءاست (تا ۲۰ درصد ممکن است گردش‌مجدد روده‌ای ـ کبدی داشته باشد).

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

انفارکتوس اخیر قلب آنژین قلبی که‌وضـعیت آن به سـرعت تشدیـد می‌شود،تنگی آئورت میگرن (ممکن است سـبب‌تشدید میگرن شود) و کمی فشار خون

۲ ـ مصـرف این دارو از راه تزریق وریدی‌برای تشـخیص وضعیت پرفوزیون قلب دربیماران مبتلا به آسم یا سابقه ابتلای به آن‌باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی تهوع اسـهال سـردرد،سـرگیجه درد عضـلانی و کمی فشار خون بامصـرف این دارو گزارش شده است همچنین درد قفسه سینه تغییرات فشارخون تاکی کاردی و یا آریتمی با تزریق این‌دارو مشاهده شده است همچنین مصرف‌این دارو بندرت ممکن است باعث تشدیدعلائم بیماری عروق کرونر شود.

تداخل‌های داروئی با مصـرف همزمان‌داروهای ضد انعقاد خوراکی یا هپارین‌بادی‌پیریدامول به علت مهار تجمع پلاکتی‌ناشی از این دارو، خطر بروز خونریزی‌ممکن است افزایش یابـد. مصـرف همزمان‌دی‌پیریـدامول با سایر داروهای مهار کننـده‌تجمع پلاکتی بویژه سالیسـیلات‌ها و اسـیداستیل سالیسـیلیک ممکن است خطر بروزخونریزی شدیـد ناشـی از اثرات اضافی‌مهار تجمع پلاکتی را افزایش دهــد. مصــرف‌همزمان دی‌پیریــدامول بـا داروهای‌ترومبولیتیـک (استرپتوکینـاز و اوروکینـاز)بـه علـت افزایش خطر بروز خـونریزی شدیدناشی از مهار تجمع پلاکتی توسطدی‌پیریدامول توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو باید در فواصل‌زمانی یکسان مصرف شود.

۲ ـ از مصرف اسید استیل سالیسیلیک‌همراه با این دارو، مگر با تجویز پزشک باید خوداری شود.

۳ ـ هنگام برخاستن از حالت خوابیده یانشسته باید احتیاط نمود.

۴ ـ به منظور افزایش جذب بهتر است داروهمراه با آب حداقل یک ساعت قبل یا دوساعت بعد از غذا مصرف شود. در صورت‌بروز تحریک گوارشی دارو باید همراه باشیر یا غذا مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به عنوان مهار کننـده تجمع‌پلاکتی برای پیشگیری از ترومبوآمبولی‌پس از جراحی دریچه‌های قلب ۱۰۰ ـ ۷۵میلی‌گرم ۴ بار در روز همراه با یک داروی‌ضد انعقاد مصـرف می‌شود. در صورت‌مصـرف ۱ g/day اسید استیل سالیسیلیک‌مقدار mg/day ۱۰ از دی‌پیریدامول کافی‌است

تزریقی

بزرگسالان به عنوان داروی کمک‌تشخیصی ۰/۵۷ mg/kg با سرعت۰/۱۴۲ mg/kg/min برای ۴ دقیقه انفوزیون‌وریدی می‌شود.

کودکان ۶۰ میلی گرم از دارو مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۲۵ mg, ۷۵ mg

Injection : ۱۰ mg/۲ml

(ERYTHROPOETIN (EPOETIN

موارد مصرف اریتروپویتین برای درمان‌کم خونی ناشی از فقدان اریتروپویتین درنارسایی مزمن کلیوی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با تحریک گیرنده‌های خود در سلول‌های مادر مولدگویچه‌های قرمز در مغز استخوان تکثیر وتمایز اریتروئیدها را تحریک می کند.

فارماکوکینتیک پس از تزریق وریدی به‌بیماران دارای نارسایی کلیوی نیمه عمردارو حدود ۶ ـ ۴ ساعت می‌باشد. بخش‌ناچیزی از دارو در گویچه‌های قرمز واندکی نیز در کبد متابولیزه و بخشی ازطریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در مبتلایان به‌لوسمی اریتروئید و زیادی کنترل نشده‌فشار خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت ابتلای بیمار به‌بیماری ایسکمیک عروقی ترومبوسیتوز،سابقه تشنج بیماری‌های بدخیم ونارسایی مزمن کبدی باید با احتیاطمصرف شود.

۲ ـ قبل و در طول درمان با این دارو، فشارخون هموگلوبین و الکترولیت‌ها باید دقیقاکنترل شوند.

۳ ـ سایر عوامل ایجاد کننده کم‌خونی درنارسایی مزمن کلیوی مثل کمبود آهن‌یافولات یا ویتامین B۱۲ باید تصحیح‌شوند.

۴ ـ در صورتی که در هنگام مصرف دارو،درد مداوم شبه میگرنی بروز کرد، علامت‌افزایش شدید و ناگهانی فشار خون‌می‌باشد.

۵ ـ این دارو ممکن است مقدار مورد نیازهپارین را افزایش دهد.

۶ ـ وجود همزمان عفونت‌ها یا بیماریهای‌التهابی ممکن است موجب تغییر پاسخ‌درمانی به این دارو شود.

عوارض جانبی عوارض این دارو عبارتنداز افزایش فشار خون یا بیشتر شدن آن‌بصورت وابسته به مقدار مصرف افزایش‌میزان پلاکت‌ها بصورت وابسته به مقدارمصرف که با ادامه درمان برگشت‌پذیراست علائم شبه آنفلونزا و آنافیلاکسی

تداخل‌های داروئی در صورت مصرف‌همزمان این دارو با داروهای مهار کننده‌آنزیم مبدل آنژیوتانسین یا تجویز آن درافرادی که کلیرانس پتاسیم آنان کاهش‌یافته خطر بروز زیادی پتاسیم خون‌افزایش می‌یابد. این دارو با بالا بردن غلظت‌هموگلوبین اثر داروهای موثر در آنژین‌صدری را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورتی که فشارخون بیمار کنترل نگردید، مصرف این‌دارو باید قطع شود.

۲ ـ در طول مدت مصرف این دارو، درصورت نیاز باید مکمل آهن مصرف شود.

۳ ـ در صورتی که تزریق وریدی این داروبا سرعت کم (حداقل در عرض ۵ دقیقه انجام شود، احتمال بروز علائم شبه‌آنفلوآنزا کاهش می‌یابد.

۴ ـ مقدار دارو در تزریق زیرجلدی معمولا ۳۰ ـ ۲۰٪ کمتر از مقدار تزریق وریدی دارواست و این نکته باید هنگام تغییرات‌مصرف دارو در نظر گرفته شود. حداکثرحجم مجاز این دارو که می‌توان بصورت‌زیرجلدی در یک ناحیه تزریق نمود، ۱میلی‌لیتر است

۵ ـ در صورت کمبود آهن مسمومیت باآلومینیوم یا عفونت اثر دارو به شدت‌کاهش می‌یابد.

مقدار مصرف اریتروپویتین به دو شکل‌اپویتین آلفا و بتا موجود است هر چند اثربخشی بالینی این دو شکل یکسان است امامقدار مصرف آنها متفاوت است

الف ـ اپویتین آلفا

کم خونی ناشی از نارسایی مزمن کلیوی‌در بیماران تحت همودیالیز:

بزرگسالان از راه تزریق زیرجلدی یاتزریق داخل وریدی در ابتدا ۵۰ units/kgسه بار در هفته که براساس پاسخ ایجادشده هر ۴ هفته ۲۵ units/kg به مقدار قبلی‌افزوده می‌شود. اگر میزان افزایش‌هموگلوبین از حد ۲g/۱۰۰ml در ماه تجاوزکرد، باید دفعات تجویز دارو به ۲ بار درهفته کاهش یابد. حداکثر مقدار مصرف ۶۰۰ units/kg در هفته و در ۳ مقدار منقسم‌می‌باشد. مقدار تجویز نگهدارنده (وقتی‌غلظت هموگلوبین به ۱۲ g/۱۰۰ml ـ ۱۰رسید) ۳۰۰ units/kg ـ ۱۰۰ در هفته است که‌در ۳ ـ ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

کودکان (فقط از راه تزریق داخل وریدی :مقدار مصرف اولیه مشابه بزرگسالان‌است ولی مقدار مصرف نگهدارنده (وقتی‌غلظت هموگلوبین به ۱۱ g/۱۰۰ml ـ ۹/۵رسید) در کودکان با وزن کمتر از ۱۰کیلوگرم ۱۵۰ units/kg ـ ۷۵، سه بار درهفته کودکان با وزن بین ۳۰ ـ ۱۰ کیلوگرم ۱۵۰ units/kg ـ ۶۰، سه بار در هفته وکودکان با وزن بیش از ۳۰ کیلوگرم ۱۰۰ units/kg ـ ۳۰، سه بار در هفته‌می‌باشد.

کم خونی ناشی از نارسایی مزمن کلیوی‌در بیماران بزرگسال تحت دیالیز صفاقی

از راه تزریق زیرجلدی یا تزریق داخل‌وریدی در ابتدا ۵۰ units/kg دوبار در هفته‌که براساس پاسخ ایجاد شده هر ۴ هفته‌۲۵ units/kg به مقدار قبلی افزوده می‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده (وقتی غلظت‌هموگلوبین به ۱۲ kg/۱۰۰ ml ـ ۱۰ رسید)۱۰۰ units/kg ـ ۵۰ در هفته در دو مقدارمساوی و منقسم می‌باشد.

کم خونی علامتی شدید با منشاء کلیوی دربیماران بزرگسالی که هنوز تحت دیالیزقرار نگرفته‌اند:

ترجیح ?از راه تزریق زیر جلدی در ابتدا۵۰ units/kg و ۳ بار در هفته که براساس‌پاسخ ایجاد شده هر ۴ هفته ۲۵ units/kg به‌مقدار قبلی افزوده می‌شود. حداکثر مقدارتجویز ۶۰۰ units/kg در هفته

در ۳ مقدار منقسم می‌باشد. مقدار مصرف‌نگهدارنده (وقتی غلظت هموگلوبین به

۱۲ g/۱۰۰ml_۱۰ رسید) ۳۰۰ units/kg ـ ۵۰در هفته است که در ۳ مقدار منقسم توصیه‌می‌شود.

کم خونی در بیماران بزرگسالی که داروهای‌شیمی درمانی حاوی پلاتین دریافت می‌کنند:

از راه تزریق زیر جلدی ابتدا

۱۵۰ units/kg و ۳ بار در هفته و در صورتی‌که پاسخ کافی ایجاد نشد (از نظر میزان‌هموگلوبین یا تعداد لکوسیت‌ها) بعد از ۴هفته تا ۳۰۰ units/kg و ۳ بار در هفته‌افزایش می‌یابد. در صورتی که با این مقدارپاسخ کافی ایجاد نشد، تجویز دارو متوقف‌می‌گردد. اگر میزان افزایش هموگلوبین ازحد ۲ g/۱۰۰ ml در ماه تجاوز کرد،

باید مقدار تجویز دارو ۵۰ ـ ۲۵٪ کاهش‌یابد. در صورتی که میزان هموگلوبین از۱۴g/۱۰۰ml بیشتر شد، مصرف دارو بایدقطع شود، تا زمانی که دوباره میزان‌هموگلوبین به حد ۱۲g/۱۰۰ ml برسد که ازاین به بعد تجویز دارو به میزان ۲۵٪ مقدارقبلی دوباره آغاز می‌شود. تا یکماه پس ازاتمام شیمی درمانی باید تجویز اپویتین‌ادامه یابد.

قبل از جراحی‌های بزرگ که نیاز به خون‌زیادی دارند:

از راه تزریق داخل وریدی به میزان۶۰۰ units/kg، دوبار در هفته و بمدت ۳هفته تجویز می‌شود.

ب ـ اپویتین بتا

کم خونی ناشی از نارسایی مزمن کلیوی‌در بیماران دیالیزی و کم خونی علامتی بامنشاء کلیوی در بزرگسالان و کودکانی که‌هنوز تحت دیالیز نیستند:

از راه تزریق زیرجلدی در ابتدا

۲۰ units/kg، سه بار در هفته و بمدت ۴ هفته‌که براساس پاسخ ایجاد شده هر ماه

۶۰ units/kg به مقـدار قبلی افزوده می‌شـود.در مـورد مقـدار مصـرف نگهدارنـده (وقـتی‌میزان همو گلـوبین به ۱۲ /g ۱۰۰ ml ـ ۱۰رسـید، در ابتـدا بایـد مقـدار مصـرف قبلی‌دارو را به نصف کاهش داد و سـپس‌براساس پاسخ ایجاد شده در فواصل ۲ ـ ۱هفته‌ای مقدار دارو را تنظیم کرد. بیشینه ازمقدار مصرف ۷۲۰units/kg در هفته است

از راه تزریق داخل وریـدی (یا انفوزیون‌وریـدی کو تاه مدت در ابتدا ۴۰ units/kg،سه بار در هفته و بمدت ۴ هفته در صورتی که افزایش در میزان اولیه هموگلوبین کمتراز ۱ g / ۱۰۰ ml بود، هر ماه به مقـدار قبلی‌افزوده می‌شود تا مقدار نهایی به ۸۰units/kg و سه بار در هفته برسد. سپس درصورت نیاز، هر ماه ۲۰ units/kg به این‌مقدار می‌توان افزود. در مورد مقدارمصـرف نگهدارنده (وقـتی میزان‌هموگلوبین به ۱۲ g / ۱۰۰ ml ـ ۱۰ رسـید)،در ابتـدا بایـد مقـدار مصـرف قبلی دارو را به‌نصف کاهش داد و سـپس براساس پاسخ‌ایجاد شده در فواصل ۲ ـ ۱ هفته‌ای مقدارداورو را تنظیم کرد.

حداکثر مقدار مصرف دارو چه از راه‌تزریق داخل وریدی نیز ۷۲۰ units/kg درهفته می‌باشد.

برای پیشـگیری از بروز کم خونی درنوزادان نـارس بـا وزن ۱/۵ kg ـ ۰/۷۵ که‌زودتر از ۳۴ هفتگی بـدنیا آمده‌اند. به‌صورت تزریق زیر جلدی به مقدار۲۵۰units/kg سه بار در هفته تجویزمی‌شود که بهتر است مصـرف این مقدارطی ۳ روز بعد از تولد آغاز و به مدت ۶ هفته‌ادامه یابد.

برای درمـان کـم خـونی همراه بـا تومورهای‌سـفت در بزرگسالاـنی که تحت شـیمی‌درمانی بـا ترکیبـات پلاـتین هسـتند، ابتدامقـدار ۴۵۰untis/kg در هفته به‌صـورت زیرجلـدی و در مقـادیر منقسم تزریـق می‌شـودکه در صورت عـدم افزایش هموگلوبین پس‌از ۴ هفته این مقـدار تـا دو برابر افزایش‌می‌یابـد. در صورت افزایش هموگلوبین به‌مقـدار ۲g/ml در ماه مقـدار مصـرف به نصف‌کاهش یابد.

در صورتی که مقدار هموگلوبین از ۱۴g/mlتجاوز کرد، درمان بایـد قطع شود تاهموگلوبین به ۱۲g/ml کاهش یابد، آنگاه‌درمان با نصف مقدار قبلی ادامه داده شود.این درمان باید تا ۳ هفته بعد از شیمی‌درمانی ادامه یابد.

اشکال دارویی

Injection

FACTOR IX COMPLEX

موارد مصـرف کمپلکس فاکتور IX برای‌پشـگیری و کنـترل خونریزی در بیماران‌مبتلاـ به کمبود فـاکتور IX یـا هموفیلی Bمصرف می‌شـود. این کمپلکس ممکن استدر درمـان خـونریزی بیمـاران هموفیلی A که‌دارای مهـار کننـده فاکتور VIII می‌باشند،مصرف می‌شود. این دارو در درمـان‌خونریزی ناشـی از ضـد انعقادهـای خوراکی‌در موارد اضـطراری و همچنین دربیمارانی که غلظت مورد نیاز فاکتور IXباانفوزیون پلاسما بدست نمی‌آید و زمانی‌که جبران حجم خون و گلبولهای قرمزضروری نباشد، مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: کمپلکس فـاکتور IX حاوی‌فاکتورهـای انعقادی X ،IX ،VII ،II و مقـدارکمی از پروتئین‌های دیگر پلاسـما اسـت این‌فاکتورها در کبـد ساخته می‌شونـد. فاکتور IXدر سیسـتم انعقـاد داخلی برای فعال کردن‌فاکتور VIII ضـروری است که به نوبه خودفاکتور VIII نیز فاکتور X را فعال می کند.

فارماکوکینتیـک ایـن فـاکتور، دارای نیمه عمردو مرحله‌ای است که ۶ ـ ۴ سـاعت برای‌ایجـاد تعـادل در فضای خارج عروقی و۲۲/۵ ساعت برای تجزیه بیولوژیک‌می‌باشد.

موارد منع مصرف کمپلکس فاکتور IX درمواردی از ابتلای به بیماری کبدی که درآن علائم انعقاد داخل عروقی منتشر یافیبرینولیز وجود دارد و در بیماران مبتلابه کمبود خفیف این فاکتور که مصرف‌پلاسمای منجمد تازه در آنها کافی است نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت بروز علائم انعقادداخل عروقی مصرف دارو باید قطع گردد.برای تشخیص انعقاد داخل عروقی منتشربیمار باید تحت نظارت دقیق باشد.

۲ ـ ترومبوز یکی از خطرات کاملا شناخته‌شده دوره پس از عمل جراحی است درموارد اضطراری و زمانی که مصرف‌مقادیر زیاد کمپلکس فاکتور IXمورد نیازباشد، استفاده از یک داروی ضد انعقاد به‌عنوان پیشگیری باید در نظر گرفته شود.

۳ ـ سرعت تزریق دارو بطور مستقیم درورید یا هنگام انفوزیون نباید از ۳ ml/minتجاوز کند. سرعت تزریق باید براساس‌پاسخ هر فرد تنظیم شود. معمولا تزریق ۱۰۰ واحد در دقیقه بخوبی تحمل می‌شود.

۴ ـ مصرف مقادیر زیاد کمپلکس فاکتور IXدر بیماران با گروه خونی A، B و ABاحتمال همولیز داخل عروقی را افزایش‌می‌دهد.

عوارض جانبی تب گذرا، لرز، سردرد،برافروختگی گزگز کردن پوست و تغییردر فشار خون و ضربان نبض بندرت بامصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ توصیه می‌شود،محلول آماده تزریق طی ۳ ساعت پس ازآماده شدن مصرف شود.

۲ ـ قبل از آماده کردن فاکتور برای تزریق رقیق کننده باید تا دمای اتاق (حداکثر ۳۷درجه گرم شود.

۳ ـ سرعت تزریق وریدی یا انفوزیون داروباید آهسته باشد. در صورت بروز گزگز،سرعت تزریق باید کاهش یابد.

مقدار مصرف مقدار مصرف کمپلکس‌فاکتور IX در بیماران مبتلاـ به کمبودفاکتورهای انعقادی و هموفیلی B به شدت‌کمبود، غلظت مطلوب هر یک از این‌فاکتورها، وزن بیمار و شدت خونریزی‌بستگی دارد. تعداد دفعات مصرف این داروبه عنوان مقدار نگهدارنده متغیر است بهتراست تنظیم مقدار مصرف براساس‌سنجشهای انعقادی قبل از درمان و درفواصل زمانی مناسب در طول درمان انجام‌گیرد. برای درمان خونریزی در بیماران‌هموفیلی A که دارای مهار کننده فاکتور VIIIمی‌باشند، مقدار ۷۵ u/kg (وزن ایده‌ال بدن بصورت مقدار واحد از راه وریدی یاانفوزیون تزریق می‌گردد. در جراحی‌ها وعمل‌های جراحی دندان سطح پلاسمایی‌فاکتور VIIیا IX باید بالای ۲۰ درصدنگهداشته شود. تا ۸ روز پس از جراحی بیمار باید تحت مراقبت کامل باشد.

اشکال دارویی

For Injection : ۲۵۰,۵۰۰, ۱۰۰۰ I.U

FIBRINOGEN

موارد مصرف فیبرینوژن برای کنترل‌خونریزی همراه با انعقاد داخل عروقی‌منتشر که در حالاتی مانند جدا شدن‌زودرس جفت مرگ جنین در رحم وآمبولی مایع آمنیوتیک دیده می‌شود و پس‌از جراحیهای بزرگ قفسه سینه یالوزالمعده یا در کمی اکتسابی یا مادر زادی‌فیبرینوژن خون مصرف می‌شود.

عوارض جانبی فیبرینوژن گاهی باعث‌تاکی‌کاردی و سیانوز می‌شود. در صورت‌انفوزیون خیلی سریع ممکن است لخته‌داخل عروقی ایجاد شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ محلول انفوزیون این‌دارو باید تازه تهیه شود و پس از تهیه نیزحداکثر تا ۳ ساعت مصرف گردد.

۲ ـ در صورت تشکیل ژل هنگام تهیه‌محلول انفوزیون از مصرف آن بایدخودداری شود.

مقدار مصرف مقدار ۸ ـ ۲ گرم بصورت‌محلول ۲ ـ ۱ درصد با سرعت ۵ـ۱۰ ml/minانفوزیون می گردد.

مقدار دقیق مصرف برحسب چگونگی‌توقف خونریزی و آزمونهای انعقادی‌تعیین می گردد.

اشکال دارویی

For Injection : ۱ g

GELATIN MODIFIED

موارد مصـرف این محلول به عنوان حجیم‌کننـده پلاسـما در موارد شوک ناشـی ازکاهش حجم خون و به عنوان جانشـین‌مایعات در تعویض پلاسـما، جانشین‌پلاسـما در گردش خون خارج از بـدن برای‌پرفوزیون عضو جدا شده و به عنوان‌محلول حامل برای انسولین مصرف‌می‌شود.

موارد منع مصرف این فرآورده درصورت ابتلای بیمار به نارسایی احتقانی‌شدید قلب و نارسایی کلیه نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیمـارانی که تجویز این‌محلول احتمالاً خطر زیادی بار گردش‌خون راایجاد می‌کنـد، (بویژه بیماران مبتلابه نارسایی احتقانی قلب یا عیب کار کلیه وبیماران مبتلا به ویاسنتز همراه باخونریزی مصرف این دارو باید با احتیاطصورت گیرد.

۲ ـ تزریق سـریع این محلول بویژه دربیمارانی که حجم خون آنها طبیعی است ممکن است سـبب آزاد شدن مواد مؤثر برعروق مانند هیستامین شود.

۳ ـ از آنجا که این فرآورده حاوی یون‌کلیسم است مصـرف آن در بیماران تحت‌درمان با گلیکوزیـدهای قلبی بایـد با احتیاطصورت گیرد.

۴ ـ سرعت انفوزیون به وضعیت بیماربستگی دارد. در حالت عادی ۵۰۰ ml/hrانفوزیون می‌شود.

۵ ـ این محلول را باید از راه انفوزیون‌وریدی و با حجمی تقریبا مساوی با حجم‌خون از دسته رفته تجویز نمود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ توصـیه می‌شود قبـل‌از انفوزیون محلول تـا درجه حرارت بـدن‌گرم شود. این محلول در دمای کمتر از ۳درجه بصورت ژل در می‌آید که گرم کردن‌آن این حالت را از بین می‌برد.

۲ ـ می‌توان این فرآورده را بـا سایرمحلولهـای انفوزیون ماننـد کلرور سـدیم دکستروز و رینگر یـا خون هپارینه وداروهای محلول در آب مانند انسولین واسترپتوکیناز مخلوط کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان در شوک ناشی از کاهش حجم خون ابتدا۱۰۰ ـ ۵۰ میلی‌لیتر انفوزیون وریدی‌می‌شود. اگر حجم خون از دست رفته تا۱۵۰۰ میلی‌لیتر باشد، از این دارو می‌توان‌به تنهایی برای جبران حجم از دست رفته‌استفاده نمود، ولی اگر حجم خـون از دست‌رفته بین ۴۰۰۰ ـ ۱۵۰۰ میلی‌لیتر باشد،تجویز حجم‌های مساوی از این دارو وخون بطور جداگانه ضـروری اسـت درصورتی که حجم خون از دست رفته بیش‌از ۴ لیتر باشد، انفوزیون خون و این‌محلول به نسبت ۲ و ۱، بطور جداگانه‌ضروری است در سوختگی‌هـا مقـدار دارودر هر ۲۴ ساعت براساس حاصل ضـرب‌درصد سـطح سوخته بـدن در ۱ ml/kgتعیین شـده که باید به مدت دو روز مصرف‌شود.

اشکال دارویی

+ Infusion : Gelayin Succinylate ۳۰ g

NaCl ۴.۵۱g + CaCl ۰.۲۱gl/۱۰۰۰

HEPARIN

موارد مصـرف هپارین در پیشگیری ودرمان ترومبوز وریدهای عمقی و ترومبوآمبولی ریوی پیشگیری از ترومبوآمبولی جلوگیری از انعقاد خون در گردش‌خون خارج بدن طی جراحی قلب وروشـهای دیالیز، به عنوان داروی کمکی دردرمان آمبولی شریانی محیطی و کاهش‌خطر بروز ترومبوز مغزی و مرگ دربیمارانی که دچار حمله پیشرونده شدید وناگهانی می‌شوند، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: هپارین بصورت غیرمستقیم‌درجایگاههای متعدد در هر دو راه داخلی وخارجی انعقاد خون اثر کرده و عمل مهارکننده

آنتی ترومبین III (کوفاکتور هپارین را بر چندین فاکتور انعقادی فعال شده ازجمله ترومبین (فاکتور IIa) و فاکتورهای IXa، Xa، XIa، XIIa تشدید می‌کند. مهارفاکتور فعال شده Xaبا تولید ترومبین‌تداخل کرده و در نتیجه اعمال مختلف‌ترومبین را در انعقاد خون مهار می‌کند.هپارین همچنین تشکیل کمپلکس‌آنتی‌ترومبین III ـ ترومبین را تسریع‌می‌نماید و با این عمل ترومبین را غیر فعال‌کرده و مانع تبدیل فیبرینوژن به فیبرین‌می‌گردد. هپارین از طریق مهار فعال شدن‌فاکتورهای تثبیت کننده فیبرین توسطترومبین از تشکیل لخته فیبرینی پایدارجلوگیری می‌کند.

فارماکوکینتیک پیوند هپارین به پروتئین‌بسیار زیاد است متابولیسم دارو کبدی‌است نیمه عمر هپارین بطور متوسط ۱/۵ساعت است در صورت تزریق مستقیم‌وریدی شروع اثر دارو فوری است درتزریق زیر جلدی شروع اثر معمولا بین

۲۰ تا ۶۰ دقیقه و تابع وضعیت بیمار است دارو معمولا بصورت متابولیت و از طریق‌کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به هموفیلی و سایر اختلالات خونی کمی پلاکت خون اولسرپپتیک خونریزی‌اخیر مغزی زیادی شدید فشار خون بیماری شدید کبد، آنوریسم نارسایی کلیه پس از صدمات شدید یا جراحی اخیر، وحساسیت به هپارین و موارد تهدید به‌سقط نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

بیحسی منطقه‌ای یا انسداد اعصاب ناحیه‌کمر، دیسکرازی خونی بخصوص کمی‌پلاکتهای خون زایمان اخیر، آندوکاردیت‌تحت حاد باکتریایی جراحی‌های اخیراعصاب یا چشم یا در مواردی که نیاز به‌عمل جراحی اعصاب یا چشم وجود دارد،پریکاردیت یا نشت مایع به پریکارد، عیب‌شدید کار کلیه جراحی عمده یا زخمهایی‌که سبب بوجود آمدن سطوح باز و وسیع‌می‌شوند، صدمه شدید بویژه به دستگاه‌عصبی مرکزی زخم یا سایر ضایعات‌فعال گوارشی ادراری تنفسی واسکولیت‌شدید و عیب شدید کار کبد.

۲ ـ توصیه می‌شود در بیمارانی که هپارین‌مصرف می‌کنند، از تزریق عضلانی سایرداروها، به دلیل احتمال بروز هماتوم وخونریزی در اطراف محل تزریق‌خودداری شود.

۳ ـ خونریزی از لثه ممکن است نشانه‌مصرف بیش از حد هپارین باشد. درمان باهپارین خطر بروز خونریزی موضعی طی‌جراحیهای دهان و پس از آن راافزایش‌می‌دهد.

۴ ـ از آنجا که هپارین از بافتهای حیوانی‌تهیه می‌شود، توصیه می‌شود در بیمارانی‌که سابقه حساسیت یا آسم دارند، ابتدامقدار آزمایشی ۱۰۰۰ واحد قبل از شروع‌درمان تزریق شود.

۵ ـ در صورت استفاده از برنامه درمانی بامقادیر کامل هپارین مقدار مصرف داروباید با توجه به نتایج آزمونهای انعقاد خون‌برای هر فرد تنظیم شود.

عوارض جانبی خونریزی نکروز پوست کمی پلاـکت خون واکنش‌های حساسیتی از جمله کهیر، آنژیوادم و آنافیلاکسی ،پوکی استخوان پس از مصرف طولانی‌مدت و بندرت ریزش مو با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌هپارین با اسید والپروئیک به علت مهارعملکرد پلاکتها ممکن است موجب‌خونریزی شود. متی‌مازول و پروپیل‌تیواوراسیل باعث کاهش پروترومبین‌خون می‌شوند. لذا مصرف همزمان این‌داروها با هپارین ممکن است باعث افزایش‌اثر ضد انعقادی شود. مصرف همزمان‌داروهای ترومبولیتیک مانندداسترپتوکیناز و اوروکیناز با داروهای ضدانعقاد، خطر خونریزی را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای بدست آوردن‌حداکثر اثر بخشی دارو و کاهش امکان‌خونریزی دستورات مربوط به مصرف‌دارو باید کاملا رعایت شود.

۲ ـ در طول درمان با هپارین از مصرف‌اسید استیل سالیسیلیک یا داروهای حاوی‌آن ایبوپروفن و سایر داروهائی که برروی پلاکت‌ها

مؤثرند، خودداری شود.

۳ـ پزشک و دندانپزشک باید از مصرف‌این دارو آگاه شوند.

مقدار مصرف

بزرگسالان برنامه درمانی بامقدار کامل از راه زیر جلدی ابتدا ۲۰/۰۰۰ ـ ۱۰/۰۰۰واحد بصورت عمیق (داخل چربی و سپس‌هر ۸ ساعت ۱۰/۰۰۰ ـ ۸۰۰۰ واحد یا هر ۱۲ساعت ۲۰/۰۰۰ ـ ۱۵/۰۰۰ واحد یا با توجه‌به نتایج آزمونهای انعقادی تزریق‌می‌شود. از راه وریدی ابتدا ۱۰/۰۰۰ واحدو سپس هر ۶ ـ ۴ ساعت ۱۰/۰۰۰ ـ ۵۰۰۰واحد یا ۱۰۰ u/kg هر ۴ ساعت یا با توجه به‌نتایج آزمونهای انعقادی تزریق می‌شود. ازراه انفوزیون وریدی مقدار

۴۰/۰۰۰ ـ ۲۰/۰۰۰ واحد در ۱۰۰۰ میلی‌لیترمحلول کلرورسدیم ایزوتونیک تزریقی درمدت زمان بیش از ۲۴ ساعت مصرف‌می‌شود.

سرعت انفوزیون اغلب ۱۰۰۰واحد در هر ساعت است

برنامه درمانی با مقادیر کم

مقدار ۵۰۰۰ واحد ۲ ساعت قبل از جراحی‌و ۱۲ ـ ۸ ساعت پس از آن بمدت حداکثر ۷روز بصورت زیر جلدی عمیق (داخل‌چربی تزریق می‌شود.

کودکان از راه وریدی ابتدا ۵۰ u/kg وسپس ۱۰۰ u/kg ـ ۵۰ هر ۴ ساعت یابراساس نتایج آزمونهای انعقادی تزریق‌می‌شود. از راه انفوزیون وریدی ابتدا۵۰u/kg بصورت مقدار حمله‌ای و سپس۱۰۰ u/kg هر ۴ ساعت یا براساس نتایج‌آزمونهای انعقادی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵۰۰۰ u/ml, ۱۰,۰۰۰ u/ml

PROTAMINE

موارد مصرف پروتامین بعنوان درمان درمواردی که هپارین با مقادیر بیش از حدمصرف گردد و منجر به خونریزی شود،بکار می‌رود. این دارو همچنین متعاقب‌جراحی قلب یا شریان یا انجام دیالیز، برای‌خنثی نمودن اثر هپاین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پروتامین با هپارین ترکیب‌می‌شود و یک کمپلکس پایدار ایجاد می‌کندو در نتیجه هپارین بی‌اثر می‌گردد.

فارماکوکینتیک اثر پروتامین طی ۳۰ ثانیه تایک دقیقه شروع می‌شود و تا دو ساعت‌طول می‌کشد. طول مدت اثر پروتامین به‌دمای بدن بستگی دارد.

عوارض جانبی عوارض شایع عبارتنداز‌برافروختگی ضربان آهسته و غیرعادی قلب اشکال در تنفس کاهش غیرعادی و ناگهانی فشار خون

نکات قابل توصیه پروتامین با بعضی ازآنتی‌بیوتیک‌های تزریقی از جمله‌سفالوسپورین‌ها و پنی‌سیلین‌هاناسازگاری دارد.

مقدار مصرف در صورت مصرف طی ۱۵دقیقه پس از مصرف هپارین یک میلی گرم‌پروتامین برای خنثی نمودن ۱۰۰ واحدهپارین سدیم بصورت تزریق وریدی‌کفایت می‌کند، یا اینکه مقدار مصرف آن‌برحسب نتایج آزمون انعقادی خون تعیین‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰۰۰۰ UAH/۱۰ml

THROMBOLYTIC AGENTS

UROKINASE STREPTOKINASE

داروهای ترومبولیتیک سیستم‌فیبرینولیتیک درون زاد را فعال نموده وپلاسمینوژن را به پلاسمین تبدیل می‌نمایند.پلاسمین آنزیمی است که سبب تجزیه‌لخته‌های فیبرینی و فیبرینوژن و سایرپروتئین‌های پلاسما مانند پیش‌سازهای‌فاکتورهای V و VIIIمی‌شود. اوروکینازبطور مستقیم سبب شکسته شدن پیوندپپتیدی می‌شود، درحالیکه استرپتوکینازبطور غیرمستقیم اثر نموده و از طریق‌ترکیب بـا پلاسمنیوژن و تشکیل کمپلکس‌استرپتوکیناز ـ پلاسمینوژن (که در نهایت به‌کمپلکس استرپتوکیناز ـ پلاسمین تبدیل‌می‌شود) تشکیل پلاسمین را افزایش می‌دهد.این دو کمپلکس باقیمانده پلاسمینوژن را به‌پلاسمین تبدیل می‌کنند.

STREPTOKINASE

موارد مصرف استرپتوکیناز در درمان‌ترومبوز وریدهای عمقی آمبولی ریوی ترومبو آمبولی حاد شریانی شانت‌های‌شریانی ـ وریدی حاوی لخته و انفارکتوس‌حاد قلبی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر استوپتوکیناز پس‌از تزریق وریدی ۱/۵ میلیون واحد بیش ازیکساعت است نیمه عمر کمپلکسهای فعال‌کننده ۲۳ دقیقه است زمان لازم برای‌رسیدن به اوج اثر برقراری مجددپرفورزیون عضله قلب ۲۰ دقیقه تا۲ ساعت متوسط ۴۵ دقیقه پس از شروع درمان‌وریدی است اثر دارو چند ساعت پس ازقطع مصرف از بین می‌رود. طی ۴ ساعت‌پس از قطع درمان زمان ترومبین معمولاـ به‌کمتر از دو برابر میزان طبیعی خود می‌رسد.با وجود این زمان پروترومبین بندرت‌ممکن است برای مدت ۲۴ـ۱۲ ساعت پس ازتوقف درمان همچنان طولانی باشد.

موارد منع مصرف استرپتوکیناز در مواردزیر نباید مصرف شود:

آنوریسم شکافنده یا موارد مشکوک به آن خونریزی فعال تومور مغزی صدمات‌عروق مغزی یا سابقه آن جراحی اعصاب‌درون جمجمه‌ای یا داخل نخاعی طی دوماه قبل از شروع درمان جراحی اخیرقفسه سینه ضربه اخیر به سیستم اعصاب‌مرکزی زیادی شدید و غیر قابل کنترل‌فشار خون و واکنش‌های آلرژیک شدید یاآنافیلاکسی به استرپتوکیناز، نقص‌انعقادی اغماء، وجود نشانه‌های اخیرقرحه گوارشی خونریزی شدید واژن التهاب حاد لوزالمعده و عیب شدید کار کبد.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

وجود هر گونه نقص انعقاد خون اولیه یاثانویه زایمان طی ده روز قبل از شروع‌درمان آندوکاردیت باکتریایی تحت حاد،خونریزی شدید مجرای گوارش طی ۱۰ روزقبل از شروع درمان جراحی اعصاب طی ۲ماه قبل از شروع درمان بیوپسی اعضاءطی ۱۰ روز قبل از شروع درمان سوراخ‌شدن عروق خونی طی ۱۰ روز قبل از شروع‌درمان هرگونه جراحی بزرگ غیر ازجراحی اعصاب یا قفسه سینه طی ۱۰ روزقبل از شروع درمان و ضربه شدید و اخیر،تنگی دریچه میترال همره با فیبریلاسیون‌دهلیزی یا سایر نشانه‌های ترومبوزاحتمالی در نیمه چپ قلب رتینوپاتی‌دیابتیک درمان با استریتو کیناز طی ۵ روزتا ۶ ماه قبل از شروع مجدد درمان

۲ ـ در صورت بروز خونریزی شدید،مصرف دارو باید قطع شود و در صورت‌نیاز فاکتورهای انعقادی و داروهای ضدانحلال فیبرین (آپروتینین یا اسیدترانکسامیک نیز تجویز شود.

۳ ـ درمان با داروهای ترومبولیتیک برای‌موارد مصرف غیر از ترومبوز شریان‌کرونر حاد فقط باید در بیمارستانهایی که‌دارای تجهیزات و پرسنل تعلیم دیده برای‌انجام اقدامات و آزمونهای تشخیصی‌توصیه شده هستند، صورت گیرد.

۴ ـ توصیه می‌شود هنگام تزریق‌استرپتوکیناز، وسایل و داروهایی مانندإپی‌نفرین آدرنو کروتیکوئیدها وضدهیستامین‌ها برای درمان آنافیلاکسی‌در دسترس باشند.

۵ ـ در طول درمان با این دارو بیمار بایدکاملا بستری و تحت نظر باشد.

عوارض جانبی عوارض جانبی این داروعمدتا تهوع و استفراغ و خونریزی است دردپشت نیز با مصرف این دارو گزارش شده‌است خونریزی معمولا ـ به محل تزریق‌محدود می‌شود. با وجود این خونریزی‌درون مغز یا از سایر محل‌ها نیز ممکن است‌بروز نماید. استرپتوکیناز ممکن است سبب‌بروز واکنش‌های آلرژیک شود.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌داروهای ضد انعقاد خوراکی یا هپارین بااسترپتوکیناز، به علت افزایش خطرخونریزی بطور کلی توصیه نمی‌شود. درصورت مصرف همزمان داروهای ضدانحلال فیبرین مانند اسید ترانکسامیک وآپروتینین با استرپتوکیناز، اثرترومبولیتیک این دارو و اثر ضد انحلال‌فیبرین از بین می‌رود. مصرف داروهای‌ضد درد و ضد التهاب غیر استروئیدی بخصوص ایندومتاسین و اسید استیل‌سالیسیلیک همزمان با استرپتوکیناز،ممکن است سبب افزایش خطر بروزخونریزی شدید شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تکمیل دوره درمان‌همراه با استراحت کامل و رعایت کلیه‌دستورات پزشک به منظور به حداقل‌رساندن خونریزی ضروری است

۲ ـ تهیه و رقیق کردن محلول تزریقی‌استرپتوکیناز، باید براساس توصیه‌های‌کارخانه سازنده صورت گیرد.

۳ ـ در طول درمان با این دارو باید از هرگونه اقدام غیر ضروری برای بیمارخودداری کرد.

مقدار مصرف در درمان ترومبوز یاآمبولی شریانی ترومبوز وریدهای عمقی‌یا آمبولی ریوی ۲۵۰/۰۰۰ واحد به عنوان‌مقدار مصرف حمله‌ای طی ۳۰ دقیقه تزریق‌می‌شود و سپس ۱۰۰/۰۰۰IU/hr بصورت‌انفوزیون مداوم برای ۷۲ ـ ۲۴ ساعت‌مصرف می‌گردد. در ترومبوز شریان‌کرونر، از راه وریدی ۱/۵۰۰/۰۰۰ واحدطی یکساعت و از راه داخل شریانی (ازطریق کانتر) ابتدا ۲۰/۰۰۰ واحد و سپس۲۰۰۰IU/min به مدت یکساعت تزریق‌می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection : ۲۵۰,۰۰۰ IU, ۷۵۰,۰۰۰ IU

UROKINASE

موارد مصرف اوروکیناز در شانتهای‌شریانی ـ وریدی لخته‌ای و کانولهای‌وریدی ترومبولیز در چشم ترومبوزوریدهای عمقی آمبولی ریوی و انسدادعروق محیطی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر اوروکیناز تا ۲۰دقیقه است زمان لازم برای رسیدن به اوج‌اثر برقراری مجدد پرفوزیون عضله قلب ۲۰ دقیقه تا ۲ ساعت (متوسط ۴۵ دقیقه پس از شروع درمان وریدی است اثر داروچند ساعت پس از قطع مصرف از بین‌می‌رود. طی ۴ ساعت پس از قطع درمان زمان ترومبین معمولا به کمتر از دو برابرمیزان طبیعی خود می‌رسد. با وجود این زمان پروترومبین بندرت ممکن است‌برای مدت ۲۴ ـ ۱۲ ساعت پس از توقف‌درمان همچنان طولانی باشد.

موارد منع مصرف اوروکیناز در مواردزیر نباید مصرف شود:

آنوریسم شکافنده یا موارد مشکوک به آن خونریزی فعال تومور مغزی صدمات‌عروق مغزی یا سابقه آن جراحی اعصاب‌درون جمجمه‌ای یا داخل نخاعی طی دوماه قبل از شروع درمان جراحی اخیرقفسه سینه ضربه اخیر به سیستم اعصاب‌مرکزی زیادی شدید و غیر قابل کنترل‌فشار خون و واکنش‌های آلرژیک شدید یاآنافیلاکسی به اوروکیناز، نقص انعقادی اغماء، وجود نشانه‌های اخیر قرحه‌گوارشی خونریزی شدید واژن التهاب‌حاد لوزالمعده و عیب شدید کار کبد.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

وجود هر گونه نقص انعقاد خون اولیه یاثانویه زایمان طی ده روز قبل از شروع‌درمان آندوکاردیت باکتریایی تحت حاد،خونریزی شدید مجرای گوارش طی ۱۰ روزقبل از شروع درمان جراحی اعصاب طی ۲ماه قبل از شروع درمان بیوپسی اعضاءطی ۱۰ روز قبل

از شروع درمان سوراخ‌شدن عروق خونی طی ۱۰ روز قبل از شروع‌درمان هرگونه جراحی بزرگ غیر ازجراحی اعصاب یا قفسه سینه طی ۱۰ روزقبل از شروع درمان و ضربه شدید و اخیر،تنگی دریچه میترال همراه با فیبریلاسیون‌دهلیزی یا سایر نشانه‌های ترومبوزاحتمالی در نیمه چپ قلب رتینوپاتی‌دیابتیک درمان با استریتو کیناز طی ۵ روزتا ۶ ماه قبل از شروع مجدد درمان

۲ ـ در صورت بروز خونریزی شدید،مصرف دارو باید قطع شود و در صورت‌نیاز فاکتورهای انعقادی و داروهای ضدانحلال فیبرین (آپروتینین یا اسیدترانکسامیک نیز تجویز شود.

۳ ـ درمان با داروهای ترومبولیتیک برای‌موارد مصرف غیر از ترومبوز شریان‌کرونر حاد فقط باید در بیمارستانهایی که‌دارای تجهیزات و پرسنل تعلیم دیده برای‌انجام اقدامات و آزمونهای تشخیصی‌توصیه شده هستند، صورت گیرد.

۴ ـ در طول درمان با این دارو بیمار بایدکاملا بستری و تحت نظر باشد.

عوارض جانبی عوارض جانبی این داروعمدتا تهوع و استفراغ و خونریزی است دردپشت نیز با مصرف این دارو گزارش شده‌است خونریزی معمولا به محل تزریق‌محدود می‌شود. با وجود این خونریزی‌درون مغز یا از سایر محل‌ها نیز ممکن است‌بروز نماید.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌داروهای ضد انعقاد خوراکی یا هپارین بااوروکیناز، به علت افزایش خطر خونریزی‌بطور کلی توصیه نمی‌شود. در صورت‌مصرف همزمان داروهای ضد انحلال‌فیبرین مانند اسید ترانکسامیک وآپروتینین با اوروکیناز، اثر ترومبولیتیک‌این دارو و اثر ضد انحلال فیبرین از بین‌می‌رود. مصرف داروهای ضد درد و ضدالتهاب غیراستروئیدی بخصوص‌ایندومتاسین و اسیداستیل سالیسیلیک‌همزمان با اوروکیناز، ممکن است سبب‌افزایش خطر بروز خونریزی شدید شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تکمیل دوره درمان‌همراه با استراحت کامل و رعایت کلیه‌دستورات پزشک به منظور به حداقل‌رساندن خونریزی ضروری است

۲ ـ محلول تزریقی اوروکیناز بایدبلافاصله قبل از مصرف تهیه شود، زیرافرآورده فاقد هرگونه ماده محافظ است باقیمانده مصرف نشده محلول نیز بایددور ریخته شود.

۳ ـ در طول درمان با این دارو باید از هرگونه اقدام غیر ضروری برای بیمارخودداری کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آمبولی ریوی یاترومبوز وریدی حاد، ابتدا ۴۴۰۰ IU/kgطی ۱۰ دقیقه انفوزیون وریدی می‌شود وسپس مقدار ۴۴۰۰ IU/kg/hr برای ۱۲ساعت (در آمبولی ریوی و یا ۲۴ ـ ۱۲ساعت (در ترومبوز وریدهای عمقی مصرف می‌شود. در ترومبوز شریان‌کرونر مقدار ۶۰۰۰IU از طریق کاتترتزریق می‌شود. برای تمیز کردن کاتتروریدی پس از خروج کاتتر از ورید بامحلول حاوی ۵۰۰۰IU/ml پر می‌شود.برای مصرف در چشم ۵۰۰۰IU از دارو در۲ میلی لیتر محلول کلرور سدیم ۰/۰۹٪تزریقی بکار می‌رود.

کودکان برای تمیز کردن کاتتر وریدی‌پس از خارج کردن کاتتر از ورید با محلول‌حاوی ۵۰۰۰IU/ml پر می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection : ۲۵۰,۰۰۰ IU, ۷۵۰,۰۰۰ IU

TRANEXAMIC ACID

موارد مصرف اسید ترانکسامیک درپیشگیری و درمان خونریزی ناشی ازجراحی دندان در بیماران هموفیلیک (افرادی‌که مبتلا به کمبود فاکتورهای انعقادی VIII یا IXهستند)، مصرف می‌شود. این دارو برای‌توقف خونریزی ناشی از برداشت‌پروستات و همچنین در منوراژی و انژیوادم‌ارثی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اسید ترانکسامیک بطوررقابتی فعال شدن پلاسمینوژن را مهارمی کند و در نتیجه تبدیل پلاسمینوژن به‌پلاسمین (فیبرینولیزین را کاهش می‌دهد.این دارو همچنین بطور مستقیم فعالیت‌پلاسمین را مهار می‌نماید، ولی مقادیر زیادآن برای ایجاد این اثر لازم است

فارماکوکینتیک ۵۰ ـ ۳۰ درصد مقدارمصرف از مجرای گوارش جذب می‌شود.کمتر از ۵ درصد دارو متابولیزه می‌شود.نیمه عمر دارو تقریبا ۲ ساعت است زمان‌لازم برای رسیدن به اوج غلظت پلاسمایی‌از راه خوراکی تقریبا ۳ ساعت است داروواز راه فیلتراسیون گلومرولی دفع می‌شود.بیش از ۹۵ درصد دارو بصورت تغییرنیافته دفع می‌شود. حداکثر تا ۳۹ درصدمقدار مصرف خوراکی و ۹۰ درصد مقدارمصرف تزریقی طی ۲۴ ساعت از راه ادراردفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌ترومبوآمبولیک نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

بیماران مبتلا به نقص دید رنگی هماتوری‌شدید (در صورت احتمال انسداد میز راه‌دارو نباید مصرف شود) خونریزی زیرعنکبوتیه عیب کار کلیه سابقه یا استعدادابتلا به ترومبوز

۲ ـ در درمان طولانی مدت بیماران مبتلا به‌آنژیوادم ارثی معاینه منظم چشم و انجام‌آزمونهای کار کبد در پیگیری وضعیت‌بیمار اهمیت دارند.

۳ ـ اسید ترانکسامیک از راه تزریقی باید

با سرعت حداکثر ۱۰۰ mg/min تجویزشود تا از افت فشار خون جلوگیری شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ اسهال و باتزریق سریع وریدی آن مواردی از تلوتلوخوردن گزارش شده است

مقدار مصرف

خوراکی

برای پیشگیری از خونریزی ناشی ازجراحی دندان یک روز قبل از عمل ۲۵mg/kg سه یا چهار بار در روز مصرف‌می‌شود. پس از جراحی نیز ۲۵mg/kg سه یاچهار بار در روز برای ۱۰ ـ ۷ روز پس ازجراحی مصرف می‌شود. در بیماران مبتلابه عیب متوسط تا شدید کار کلیه به دلیل‌خطر بروز تجمع دارو، مقادیر بین ۱۵mg/kgدو بار در روز و ۷/۵mg/kg یکبار در روزتوصیه می‌شود.

تزریقی

مقدار ۱۰ mg/kg بلافاصله قبل از جراحی‌دندان از راه وریدی تزریق می‌شود. (پرمصرف خوراکی ارجحیت دارد). پس ازجراحی در بیمارانی که قادر به مصرف‌دارو از راه خوراکی نیستند، ۱۰ mg/kg سه‌یا چهار با در روز به مدت ۸ ـ ۲ روز تزریق‌وریدی می‌شود. در بیماران مبتلاـ به عیب‌متوسط تا شدید کار کلیه به دلیل خطربروز تجمع دارو، مقادیر بین ۱۰ mg/kgدوبار در روز و ۵ mg/kg یکبار در روزتوصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۲۵۰ mg

Scored Tablet : ۵۰۰ mg

Injection : ۲۵۰ mg/۵ml

Injection : ۱۰۰ mg/ml

WARFARIN SODIUM

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری ازآمبولی در بیماری روماتیسمی قلب وفیبریلاسیون دهلیزی پشگیری از تشکیل‌لخته پس از نصب دریچه‌های مصنوعی‌قلب پیشگیری و درمان ترومبوز وریدی وآمبولی ریوی و حملات ایسکمیک گذرامصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: وارفارین مانند سایرداروهای خوراکی ضد انعقاد خون دارای‌اثر غیر مستقیم ضد انعقادی است و ازطریق مهار ساخت فاکتورهای انعقادی II،VII، IX و X در کبد و در مسیر وابسته به‌ویتامین K، اثر خود را اعمال می‌کند.

موارد منع مصرف این دارو در موارد زیرنباید مصرف شود: تهدید به سقط جنین یاسقط ناقص آنوریسم خونریزی فعال خونریزی مغزی نخاعی جراحی اخیراعصاب جراحی اخیر چشم یا سایرجراحیهای عمده دیسکرازی خونی هموفیلی تمایل به خونریزی افزایش‌شدید و کنترل نشده فشارخون پریکاردیت و قرحه گوارشی

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

دیابت شدید، زایمان اخیر، عیب شدید کارکلیه ضربه شدید بویژه به سیستم‌اعصاب مرکزی ضایعات دستگاه تنفسی‌یا ادراری واسکونیت شدید، کارسینوم‌احشاء، عیب شدید کار کبد یا سیروز،کمبود ویتامین C و K، بیحسی ناحیه‌ای سوراخ کردن نخاع آندوکاردیت تحت حادباکتریایی و پلی ارتریت

عوارض جانبی خونریزی حساسیت‌مفرط، بثورات جلدی ریزش مو، اسهال کاهش هماتوکریت تیره شدن انگشتان نکروز پوست یرقان اختلال در عملکردکبد، تهوع استفراغ و التهاب لوزالمعده بامصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌وارفارین با داروهای زیر ممکن است اثرضد انعقادی این دارو را افزایش دهد:آلوپورینول آمیودارون استروئیدهای‌آنابولیک آندروژن‌ها، داروهای خوراکی‌ضد دیابت (اثر داروهای فوق نیز ممکن است افزایش یابد)، سالیسیلات‌ها از جمله‌اسید استیل‌سالیسیلیک برخی ازسفالوسپورین‌ها، کلرآمفنیکل سایمتیدین کلوفیبرات دانازول دکستران دی‌پیریدامول دی سولفیرام اریترومایسین جم فیبروزیل ایندومتاسین ایبوپروفن مفنامیک اسید، متی مازول مترونیدازول نالیدیکسیک اسید، اکسی فن بوتازون فنی‌توئین (ابتدا افزایش و سپس کاهش اثر ضدانعقادی ، پروپیل تیواوراسیل کینیدین سولفونامیدها و هورمون‌های تیروئید،همچنین مصرف همزمان داروهای زیر باوارفارین ممکن است اثر ضد انعقادی این‌دارو را کاهش دهند:

آنتاسیدها، اسید آسکوربیک (در مقادیرزیاد)، باربیتورات‌ها، کاربامازپین کلستیرامین داروهای خوراکی ضدبارداری (ممکن است ار دارو افزایش یاکاهش دهند)، استروژن‌ها، گریزئوفولوین پیریمیدون ریفامپین و ویتامین K.

نکات قابل توصیه ۱ ـ انجام آزمون زمان‌پروترومبین و مراجعه به پزشک بطورمنظم به منظور بررسی پیشرفت درمان‌ضروری است

۲ ـ از مصرف یاقطع سایر داروها از جمله‌سالیسیلات‌ها یاسایر داروهایی که نیاز به‌نسخه پزشک ندارند، بدون تجویز پزشک باید خودداری شود.

۳ ـ در صورت بروز هرگونه علامت‌خونریزی مراجعه به پزشک ضروری‌است

مقدار مصرف در بزرگسالان ۱۵ـ۱۰mg/day برای ۴ ـ ۲ روز و سپس ۲ـ۱۰mg/day براساس نتایج آزمون‌پروترومبین مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet : ۲.۵ mg, ۵ mg

ACA

موارد مصرف ترکیب استامینوفن و اسیداستیل سالیسیلیک برای تسکین دردهای‌خفیف تا متوسط و کاهش تب بکار می‌رود.کافئین

موجود در این فرآورده از بروزگیجی و عوارض ثانویه آن درسرماخوردگی جلوگیری می کند.

مکانیسم اثر: کافئین محرک خفیف دستگاه‌عصبی مرکزی است و عروق خونی مغزی‌را تنگ می کند و این اثر ممکن است به رفع‌سر درد کمک نماید. اثرات ضد درد و ضدالتهاب این دارو نیز مربوط به استامینوفن‌و اسیداستیل سالیسیلیک می‌باشد.

فارماکوکینتیک کافئین بخوبی از مجرای‌گوارشی جذب می‌شود، اتصال آن به‌پروتئینهای پلاسماکم است متابولیسم آن‌کبدی بوده و نیمه عمر آن ۴ ـ ۳ ساعت‌است استامینوفن و اسیداستیل‌سالیسیلیک نیز بخوبی از دستگاه گوارش‌جذب می گردند. جذب اسید استیل‌سالیسیلیک با غذا کاهش می‌یابد. نیمه عمرآن در حدود ۲۰ ـ ۱۵ دقیقه است ومتابولیسم هر دو دارو کبدی است اوج‌غلظت پلاسمایی آن ۲ ـ ۱ ساعت پس ازمصرف می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت احتمال‌بروز خونریزی و در بیماری هموفیلی‌نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف ترکیب استامینوفن واسیداستیل سالیسیلیک در کودکان موردبحث است و بسیاری از پزشکان مصرف‌این فرآورده را در کودکان کمتر از ۱۲ سال‌توصیه نمی کنند.

۲ ـ استفاده بیش از حد این دارو ممکن است‌خطر نکروز کبدی را افزایش دهد.

عوارض جانبی تحریک معده سوزش سردل یا سوءهاضمه تهوع استفراغ و دردمعده از عوارض اسیداستیل سالیسیلیک‌می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بعلت مصرف همزمان‌اسیداستیل سالیسیلیک و استامینوفن‌احتمال بروز نفروپاتی بیشتر است مصرف همزمان گلوکوکورتیکوئیدهامیزان غلظت پلاسمایی اسید استیل‌سالیسیلیک را کاهش می‌دهد و احتمال‌ایجاد خیز را نیز با این دارو افزایش‌می‌دهد. داروهای سمی برای عصب هشتم‌شنوایی می‌توانند اثرات سمی اسید استیل‌سالیسیلیک را برروی این عصب افزایش‌دهند. مصرف همزمان استامینوفن باداروهای القاء کننده آنزیمی و همچنین‌داروهای سمی برای کبد می‌تواند سمیت‌کبدی آنرا افزایش دهد. مصرف همزمان‌کافئین با سایر داروهای محرک دستگاه‌عصبی مرکزی ممکن است منجر به تحریک‌بیش از حد CNS و بروز عصبانیت تحریک‌پذیری یا کم خوابی گردد. کافئین‌می‌تواند دفع ادراری لیتیوم را افزایش دهدبنابراین بر غلظت درمانی آن اثر می‌گذارد.مصرف همزمان مهار کننده‌های مونوآمین اکسید از می‌تواند اثرات مقلدسمپاتیک کافئین را افزایش داده و منجر به‌بروز آریتمی خطرناک قلبی و یا افزایش‌شدید فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو در کودکانی که نشانه‌های انفلوانزا یا آبله مرغان دارند،نباید بدون مشورت با پزشک تجویز شود.

۲ ـ برای کاهش عوارض با غذا و همراه یک‌لیوان آب مصرف گردد.

۳ ـ در صورتیکه عوارض بیماری و یا تب‌طی ۳ روز کاهش نیافت به پزشک مراجعه گردد.

۴ ـ پنج‌روز قبل از جراحی از مصرف آن‌خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان یک قرص هر ۳ ساعت‌مصرف می‌شود. حداکثر مقدار مصرف دربزرگسالان هشت قرص در روز است این‌دارو بیشتر از ۱۰ روز بدون نظر پزشک‌نباید مصرف گردد.

کودکان زیر ۳ سال با نظر پزشک تجویزمی گردد. از سنین ۲ تا ۱۲ سال از ۱۳ تا یک قرص هر ۶ ـ ۴ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : Acetaminophen ۱۶۲.۵ mg +A.S.A ۳۲۵ mg + Caffeine ۳۲.۵ mg

ACETAMINOPHEN

موارد مصرف استامینوفن در تسکین‌دردهای ملایم تا متوسط، و به عنوان ضدتب بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار ساخته شدن‌پروستاگلاندین‌ها موجب کاهش تب وکاهش شدت درد می گردد.

فارماکوکینتیک جذب استامینوفن از راه‌خوراکی سریع و کامل و از راه رکتال‌آهسته می‌باشد. بطور وسیعی (٪۹۰–۹۵)در کبد متابولیزه شده و دفع دارو ومتابولیت‌های آن عمدت ?از راه ادرارصورت می گیرد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران دیابتی احتمال‌مثبت شدن کاذب تست قند خون وجوددارد.

۲ ـ از مصرف سالیسیلات‌ها یا سایرضدالتهاب‌های غیراستروئیدی همراه بااستامینوفن بیش از چند روز خودداری‌شود.

عوارض جانبی بثورات پوستی درماتیت‌آلرژیک اختلالات خونی و پانکراتیت حاداز عوارض جانبی پس از مصرف طولانی‌می‌باشد. صدمات کبدی متعاقب مصرف‌بیش از حد آن ایجاد می گردد.

تداخل‌های دارویی کلستیرامین جذب‌استامینوفن را کاهش و متوکلوپرامیدموجب تسریع جذب آن می‌شود.

نکات قابل توصیه در صورت بیماری کبدی‌یا التهاب ویروسی کبد با احتیاط مصرف‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۰/۵ تا ۱ گرم هر ۴ تا ۶ساعت و حداکثر ۴ g/day مصرف می‌شود.

کودکان در نوزادان ۲ ماهه برای‌پیش گیری از تب ۶۰ میلی گرم یا

۱۰ mg/kg/day (در صورت ابتلاء به زردی‌این مقدار به نصف کاهش خواهد یافت مصرف می‌شود. از سه ماهگی تا ۱ سال ۶۰–۱۲۰ میلی گرم از ۱–۵ سالگی ۱۲۰–۲۵۰ میلی گرم و سنین ۶–۱۲ سالگی ۲۵۰–۵۰۰ میلی گرم مصرف می‌شود که درصورت نیاز می‌توان هر ۴–۶ ساعت آن راتکرار نمود.

اشکال دارویی

Pediatric Drops: ۱۰۰ mg/ml

Oral Solution: ۱۲۰ mg/۵ ml

Suppository: ۱۲۵ mg, ۳۲۵ mg

Tablet: ۸۰ mg, ۳۲۵ mg

Acetaminophen Codeine Tablet:Acetaminophen ۳۰۰ mg + Codeinephosphate ۲۰mg

ALFENTANIL

موارد مصرف آلفنتانیل یک ضد درد مخدر است که به عنوان داروی همراه وهمچنین برای القای بیهوشی مصرف‌می‌شود. این دارو هم چنین با تزریق داخل‌نخاع و درون سخت شامه برای ایجادبیدردی پس از عمل جراحی به کار برده‌می‌شود.

مکانیسم اثر: ضد دردهای مخدر با اتصال‌به گیرنده‌های خاصی در CNS باعث تغییردر دریافت و پاسخ به تحریکات دردمی‌شوند.

فارماکوکینتیک آلفنتانیل براحتی از سدخونی ـ مغزی عبور می کند. تجمع آلفنتانیل‌در بافت چربی ممکن است باعث طولانی‌شدن طول اثر دارو شود. متابولیسم داروکبدی است آلفنتانیل نیمه عمر سه‌مرحله‌ای دارد و نیمه عمر دفعی آن ۱–۲ساعت است زمان شروع اثر دارو حدود۱–۲ دقیقه است و طی ۱/۵–۲ دقیقه به‌حداکثر اثر خود می‌رسد. دفع آلفنتانیل‌عمدت ?کبدی است

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود عیب کارکبد، آلفنتانیل باید با احتیاط فراوان تجویزشود.

۲ ـ داروهای ضد درد مخدر باعث تشدیدضعف تنفسی می‌شوند.

عوارض جانبی برادی‌کاردی کاهش فشارخون و ضعف تنفسی طی عمل جراحی و یابعد از آن از عوارض شایع و مهم

آلفنتانیل هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان آلفنتانیل با بنزودیازپین‌ها، داروهای تضعیف کننده CNS و داروهای مهار کننده آنزیم‌های کبدی باعث تشدید عوارض جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ هنگام تجویز دارو باید امکانات لازم برای کنترل علائم مسمومیت احتمالی با دارو ازجمله آنتاگونیست‌های مواد مخدر در دسترس باشد.

۲ ـ مقدار مصرف دارو باید برای هر بیماربطور جداگانه و با توجه به سن وزن اندازه بدن شرایط فیزیکی بیمار، مصرف همزمان سایر داروها و طول مدت احتمالی عمل جراحی تعیین شود.

۳ ـ این دارو ممکن است باعث سفتی عضلات سینه و شکم شده و در نتیجه باعث اختلال در تنفس گردد.

۴ ـ تزریق وریدی دارو بهتر است بصورت آهسته و طی حداقل ۱-۲ دقیقه صورت گیرد.

۵ ـ اگر چه مصرف همزمان بنزودیازپین‌ها ممکن است باعث تقویت بیهوشی گردد، مااحتمال افزایش ضعف تنفسی و یا کاهش فشار خون باید در نظر گرفته شود.

۶ ـ مصرف متناوب دارو ممکن است باعث ایجاد تحمل وابستگی و اعتیاد به داروشود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای القای بیهوشی در اعمال جراحی که بیش از ۴۵ دقیقه طول می‌کشد ۱۳۰-۲۵۰mcg/kg تزریق وریدی می‌شود.به عنوان نگهدارنده بیهوشی در اعمال جراحی کمتر از ۳۰ دقیقه مقدار ۸-۲۰mcg/kg به عنوان مقدار مصرف اولیه تزریق می‌شود و بدنبال آن ۳-۵mcg/kg بصورت مقدار مصرف واحدو یا ۰/۵-۱mcg/kg در هر دقیقه انفوزیون می‌شود. در اعمال جراحی طولانی‌تر از ۳۰دقیقه ۲۰-۷۵ mcg/kg به عنوان مقدارمصرف اولیه تزریق می‌شود و بدنبال آن ۵-۱۵ mcg/kg بصورت مقدار واحد یا ۴-۰/۵ mcg/kg در هر دقیقه انفوریون می‌شود.

کودکان برای ادامه بیهوشی مقدار ۵۰-۳۰ mcg/kg به عنوان مقدار مصرف اولیه تزریق وریدی می‌شود و بدنبال آن mcg/kg ۱۵-۱۰ بصورت مقدار مصرف واحد و یا ۰/۵-۱/۵ mcg/kg در هر دقیقه انفوزیون وریدی می‌شود. نیمه عمر و طول مدت اثر آلفنتانیل در کودکان کمتر ازبزرگسالان است و بنابراین دفعات مصرف دارو در کودکان باید افزایش یابد.

اشکال دارویی

Injection (AS HCl) ۲, ۱۰ ml; ۱ mg/ ۲ ml

ALPRAZOLAM

موارد مصرف آلپرازولام به عنوان ضداضطراب برای دوره‌های کوتاه مدت مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با محل اتصال بنزودیازپین‌ها بر روی گیرنده گابا تداخل نموده و موجب تقویت اثر مهاری گابا درسیستم اعصاب مرکزی می‌شود.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی به سرعت جذب می‌شود. این دارو از طریق ادرار دفع می‌شود. نیمه عمر آن بین ۱۲-۱۵ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در مواردضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی اختلال شدید کبدی وجود ترس وسواس وسایکوز مزمن نباید مصرف شود. ضمن?نباید به تنهایی در افسردگی یا اضطراب همراه با افسردگی تجویز گردد.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در درمان کوتاه مدت (فقط به مدت ۲-۴ هفته اضطراب شدید و ناتوان کننده که با بی‌خوابی یااختلالات

سایکوتیک همراه است مصرف‌می‌شود.

۲ ـ با مصرف این دارو در بیمارانی که‌سابقه وابستگی به دارو داشته و یا دارای‌اختلال شدید شخصیتی هستند، احتمال‌وابستگی وجود دارد.

۳ ـ این دارو در بیماری تنفسی و ضعف‌عضلانی و سابقه وابستگی دارویی بااحتیاط مصرف شود.

۴ ـ این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی براعمالی که نیاز به مهارت دارند، مثل‌رانندگی تأثیر می گذارد.

عوارض جانبی خواب آلودگی و سبکی سردر روز بعد، توهم و عدم تعادل فراموشی وابستگی تحریک‌پذیری از عوارض جانبی‌شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف توأم این داروبا داروهای مضعف CNS مثل داروهای‌ضد جنون و داروهای ضد زیادی فشارخون مسدد گیرنده آلفا آدرنرژیک وداروهای ضد هیستامین موجب افزایش‌تضعیف CNSمی گردد. متابولیسم این‌دارو توسط سایمتیدین مهار و توسطریفامپین افزایش می‌یابد.

این دارو با اثر لوودوپا ضدیت می کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در سالمندان افرادناتوان وجود اختلال کبد و کلیه مقدارمصرف دارو کاهش یابد.

۲ ـ از مصرف طولانی مدت این دارو وسپس قطع ناگهانی آن اجتناب شود.

۳ ـ در کودکان این دارو فقط برای کاهش‌اضطراب شدید ناشی از ترس (مثلا قبل ازجراحی که موجب بی‌خوابی شده است‌استفاده گردد.

مقدار مصرف ۰/۲۵ تا ۰/۵ میلی‌گرم ۳ باردر روز (در سالمندان ۰/۲۵ میلی‌گرم ۲ تا ۳بار در روز) که در صورت نیاز تا حداکثر ۳میلی‌گرم در روز افزایش می‌یابد. مصرف‌این دارو در کودکان توصیه نمی‌شود

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۰.۵ mg, ۱ mg

ANTICONVULSANT DRUGS

CARBAMAZEPINE ACETAZOLAMIDE

LAMOTRIGINE ETHOSUXIMIDE

PHENYTOIN PHENOBARBITAL

VALPROATE PRIMIDONE

هدف از دارو درمانی صرع جلوگیری‌از وقوع حملات صرعی است که با ایجادغلظت پلاسمایی موثری از دارو، امکانپذیرخواهد بود. برای اینکار تنظیم دقیق میزان‌مصرف دارو ضروری است درمان باید بامقادیر کم دارو شروع و بتدریج افزایش‌یابد تا حملات کنترل شوند و یا اثرات ناشی‌از افزایش بیش از حد داروی مصرفی بروزکند.

تعداد دفعات تجویز دارو، به نیمه عمردارو بستگی دارد، اما باید تا حد امکان‌تعداد دفعات تجویز اندك باشد تا پذیرش‌آن از سوی بیمار بیشتر شود. بیشترداروهای ضد صرع را می‌توان دوبار درروز تجویز نمود. فتوباربیتال و فنی‌توئین‌که نیمه‌عمر طولانی دارند، اغلب یکبار

در روز یعنی در موقع خواب تجویزمی‌شوند. اما مواقعی که مقدار زیادی

از یك داروی ضد صرع لازم است ممکن‌است سه بار در روز تجویز شود تا ازاثرات ناخواسته ناشی از غلظت بیش از حدپلاسمایی

پرهیز شود. کودکان چون‌نسبت به بزرگسالان داروهای ضد صرع‌را سریعتر متابولیزه می‌کنند، به مقدارمصرف و تعداد دفعات تجویز بیشتری‌نیازمندند.

درمان با چند دارو: بطور معمول استفاده‌همزمان از چند داروی ضد صرع توصیه‌نمی‌شود، زیرا بیماران با یک دارو بهترکنترل می‌شوند. هیچ شاهدی مبنی بر اینکه‌با استفاده از ترکیب چند داروی ضد صرع اثرات درمانی آنها افزایش و سمیت آنهاکاهش می‌یابد، وجود ندارد. در صورتیکه‌با وجود مصرف یک دارو، حملات کنترل‌نشد، باید داروی دوم به رژیم درمانی‌افزوده شود. استفاده بیش از دو داروی‌ضد صرع به دلیل دشواری تنظیم مقادیرمصرفی بندرت صورت می‌گیرد. عیب‌دیگر ترکیب درمانی این است که تداخلات‌دارویی بین داروهای مختلف ضد صرع‌روی می‌دهد. استفاده همزمان ازپریمیدون و فنوباربیتال باعث می‌شود که‌مقدار زیادی از پریمیدون در کبد به‌فنوباربیتال تبدیل شود.

تداخل‌های دارویی تداخل‌های دارویی بین‌داروهای ضد صرع پیچیده است و بدون‌آنکه اثرات ضد صرع آنها اضافه شودممکن است سمیت آنها را بالا ببرد. این‌تداخلات عمدتا ناشی از القاء یا مهارآنزیم‌های کبدی می‌باشد. بطور کلی این‌تداخلات بسیار متغیر و غیر قابل پیش‌بینی‌است بنابراین اندازه‌گیری غلظت‌پلاسمایی در موقع ترکیب درمانی توصیه‌می‌گردد.

قطع مصرف داروهای ضد صرع از قطع‌ناگهانی داروهای ضد صرع بخصوص‌باربیتوراتها و بنزودیازپین‌ها باید اجتناب‌شود چون ممکن است منجر به عود حملات‌صرعی با شدت بیشتر گردد. کاهش مقدارمصرف باید بتدریج صورت بگیرد و درمورد باربیتوراتها قطع دارو نیاز به ماهها‌وقت دارد. جایگزینی یک دارو با داروی‌دیگر نیز باید با احتیاط کامل انجام شود وتجویز داروی اول فقط وقتی متوقف گرددکه رژیم دارویی جدید کاملا تثبیت شده‌باشد. تصمیم به قطع کامل داروهای ضدصرع در یک بیمار عاری از تشنج و زمان‌انجام آن غالبا مشکل بوده و به عوامل‌متعددی در خود بیمار بستگی دارد. حتی‌در بیماری که سالها عاری از تشنج بوده قطع دارو با خطر آغاز حملات صرعی‌همراه است بیماران صرعی می‌توانندرانندگی کنند (به غیر از وسایل نقلیه سنگین‌یا عمومی به شرطی که حداقل یکسال درموقع بیداری عاری از حمله باشند یاحملات آنها موقع خواب بروز کند و این حالت برای حداقل ۳ سال تثبیت شده باشدبیمارانی که دچار خواب‌آلودگی ناشی ازداروهای ضد صرع می‌شوند،

ACETAZOLAMIDE

موارد مصرف استازولامید در کنترل‌تشنجات تونیک ـ کلونیک و پارشیال همچنین در صرع غایب atypical، آتونیک وتونیک اثرات سودمندی دارد. این دارو به‌منظور کاهش فشار داخلی کره چشم درگلوکوم با زاویه باز، گلوکوم ثانویه و یاقبل از جراحی گلوکوم با زاویه بسته نیز به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو مهار کننده آنزیم‌انیدراز کربنیک است احتمال دارد تجمع‌دی‌اکسید کربن در مغز (بواسطه مهارآنزیم انیدراز کربنیک مسئول اثر ضدصرعی این دارو باشد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی کامل دارد وبصورت تغییر نیافته از طریق کلیه‌ها دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودنارسایی شدید کبدی نارسایی کلیه کاهش سدیم یا پتاسیم خون اسیدوزهیپرکلرمیک و حساسیت به سولفونامیدهاکلیه نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو معمولا برای مدت‌طولانی تجویز نمی‌شود. در غیر اینصورت‌شمارش عناصر خونی و کنترل غلظت‌الکترولیت‌های پلاسما باید انجام شود. درانسداد ریوی و سالمندان با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی پارستزی هیپوکالمی کاهش اشتها، خواب آلودگی و افسردگی گهگاه بثورات جلدی اختلالات خونی وسنگ‌های کلیوی از عوارض جانبی این‌دارو محسوب می‌شوند.

تداخل‌های دارویی اسید استیل‌سالیسیلیک با کاهش دفع استازولامیداحتمال مسمومیت با استازولامید راافزایش می‌دهد. استازولامید دفع کینیدین‌را کاهش داده و موجب افزایش غلظت‌پلاسمایی آن می گردد. این دارو احتمالاـخطر استئومالاسی ناشی از بعضی ازداروهای ضد صرع مثل فنی‌توئین راافزایش می‌دهد. مصرف همزمان‌استازولامید با کورتیکو استروئیدها،گلیکوزیدهای قلبی سیکلوسپورین مقادیرزیاد داروهای آگونیست گیرنده بتا دو مثل‌ریتودرین سالبوتامول و تربوتالین خطربروز هیپوکالمی را زیاد می کند. این دارودفع لیتیوم را زیاد می کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ چون این دارو ممکن‌است سبب خواب‌آلودگی سرگیجه منگی‌و خستگی شود، در رانندگی و کار باوسایلی که نیاز به هوشیاری کامل دارند،احتیاط شود.

۲ ـ بهتر است از تزریق داخل عضلانی آن‌اجتناب شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱ g/day ـ۰/۲۵ از راه‌خوراکی یا تزریق داخل وریدی در درمان‌صرع و یا گلوکوم در مقادیر منقسم‌مصرف می‌شود.

کودکان مقدار ۳۰ mg/kg ـ ۸ حداکثر ۷۵۰ mg/day مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵۰ mg

Injection (As Sodium) : ۵۰۰ mg

CARBAMAZEPINE

موارد مصرف کاربامازپین در درمان انواع‌صرع (به‌غیر از صرع کوچك درد عصب‌سه قلو، و به‌عنوان پیشگیری کننده دربیماری مانیك ـ دپرسیو مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کاربامازپین باطولانی کردن‌مدت غیرفعال ماندن کانال سدیم اولا درنرون پس سیناپسی توانایی آن را برای‌پتانسیل عمل‌های تکراری بافرکانس زیادکاهش می‌دهد و ثانی ?آزادسازی واسطه‌عصبی از نرون پیش‌سیناپسی را مهارمی‌کند و در مجموع انتقال سیناپسی کاهش‌می‌یابد.

فارماکوکینتیك این دارو جذب خوراکی کاملی دارد، در کبد به‌طور کامل متابولیزه‌شده و متابولیسم خودش را نیز القا می کند.متابولیت آن دارای خاصیت ضدتشنجی‌است نیمه عمر آن ۶۵ ـ ۲۵ ساعت است که‌باتجویز مزمن به‌دلیل القاء متابولیسم‌خودش به ۲۹ـ۸ ساعت می‌رسد. دفع داروعمدت ?کلیوی است

موارد منع مصرف در اختلالات هدایتی گرهAV، سابقه تضعیف مغز استخوان وپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد نارسایی کبدی یاکلیوی بیماری بافت هدایتی قلب سابقه‌بروز عوارض خونی در برابر سایر داروهاو گلوکوم بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ سالمندان نسبت به‌عوارض آشفتگی توهم بلوك دهلیزی ـ بطنی و برادی کاردی‌این دارو حساس‌ترند.

۳ ـ این دارو ممکن است باعث بروزلوکوپنی و ترومبوسیتوپنی شیوع‌عفونت‌های میکربی تاخیر در التیام زخمهاو خونریزی لثه شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ گیجی خواب‌آلودگی سردرد، عدم تعادل توهم وآشفتگی اختلالات بینایی (به‌خصوص‌دوبینی ، نیستاگموس اسهال و یبوست بی‌اشتهایی بثورات جلدی گذرا، لوکوپنی ترومبوسیتوپنی اگرانولوسیتوز و آنمی آپلاستیک از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی کاربامازپین غلظت‌پلاسمایی کلونازپام فنی توئین سدیم‌والپروآت اتوسوکسیمید و پریمیدون راکاهش می‌دهد. اریترومایسین و ایزونیازیدغلظت خونی کاربامازپین را بالاـ می‌برند.همچنین سمیت کبدی ایزونیازید درمصرف همزمان با کاربامازپین افزایش‌می‌یابد. داروهای ضدافسردگی وداروهای ضد جنون باکاهش آستانه‌تشنج بااثر ضدتشنجی کاربامازپین مقابله‌می‌کنند. این دارو متابولیسم داروهای‌ضدافسردگی سه حلقه‌ای فنی توبین هالوپریدول و داروهای ضد بارداری‌خوراکی را افزایش و غلظت پلاسمایی آنهارا کاهش می‌دهد و منجر به کاهش اثرات‌آنها می‌شود. دیلتیازم و وراپامیل اثرات‌کاربامازپین را افزایش می‌دهند. متابولیسم‌کاربامازپین توسط سایمتیدین کاهش ودر نتیجه غلظت پلاسمایی آن افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ جهت کاهش تحریک‌دستگاه گوارش بهتر است با غذا میل‌شود.

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو اجتناب ودر صورت لزوم مقدار دارو به‌تدریج‌کاهش یابد تا از بروز تشنج یا حمله مداوم‌صرعی جلوگیری شود.

۳ ـ از مصرف همزمان سایر داروهای‌مضعف CNS بااین دارو اجتناب شود.

۴ ـ در صورت مصرف این دارو در موقع‌کار با ماشین آلاتی که نیاز به‌دقت وهوشیاری دارند (مثل رانندگی باید احتیاطنمود.

۵ ـ در صورتیکه مقدار این دارو از حداقل‌شروع شده و به‌تدریج بافواصل یک هفته‌افزایش پیدا کند، عواض جانبی داروبه‌حداقل می‌رسد.

۶ ـ در صورت بروز عوارض قلبی یابثورات جلدی درمان بااین دارو بایدمتوقف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان صرع ابتدا۲۰۰ـ۱۰۰ میلی‌گرم ۱ تا ۲ بار در روزمصرف شده که به‌تدریج افزایش می‌یابد تابه‌میزان g/day ۱/۲ـ۰/۸ در مقادیر منقسم‌برسد. در بعضی موارد ممکن است روزانه‌به ۲ـ۱/۶ گرم دارو نیاز باشد. در سالمندان‌مقدار مصرف اولیه کاهش می‌یابد.

کودکان تا یکسال ۲۰۰ ـ ۱۰۰ میلی‌گرم ۵ـ۱ سال ۴۰۰ـ۲۰۰ میلی‌گرم ۱۰ـ۵ سال ۶۰۰ـ۴۰۰ میلی‌گرم ۱۵ـ۱۰ سال ۱ـ۰/۶گرم در روز به‌صورت مقادیر منقسم‌مصرف شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۰۰ mg

SR Tablet: ۲۰۰mg, ۴۰۰mg

ETHOSUXIMIDE

موارد مصرف اتوسوکسیمید در درمان‌صرع کوچک یا غایب به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که‌اتوسوکسیمید با کاهش جریان کلسیمی‌خاص در نرون‌های تالاموس اثراختصاصی خود را بر صرع کوچک اعمال‌می‌کند.

فارماکوکینتیک به‌طور کامل و سریع ازدستگاه گوارش جذب می‌شود. در کبدمتابولیزه شده و از کلیه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: در موارد نارسایی کبدی وکلیوی پورفیری و اختلالات خونی باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی کاهش‌وزن خواب آلودگی گیجی عدم تعادل دیسکینزی سکسکه ترس از نور، سردردو افسردگی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی ایزونیازید غلظت‌پلاسمایی اتوسوکسیمید را افزایش می‌دهدو در نتیجه احتمال سمیت با این دارو رازیاد می کند. داروهای ضد افسردگی و ضدجنون با کاهش آستانه تشنج با اثر ضدتشنجی این دارو مقابله می کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی این‌دارو پرهیز شود.

۲ ـ در صورتی که همزمان با مصرف این‌دارو، علائم عفونت بروز کرد، شمارش‌سلولهای خونی لازم خواهد بود.

۳ ـ به علت امکان بروز خواب آلودگی درصورت رانندگی یا انجام کارهایی که نیازبه هوشیاری دارند، احتیاط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان بیش از ۶ سال ابتدا ۵۰۰ mg/day، مصرف می‌شود وسپس طی ۷ ـ ۴ روز ۲۵۰ میلی گرم به آن‌اضافه می‌شود تا به میزان ۱/۵g/day ـ ۱برسد. گاهی اوقات ممکن است به مقدار۲g/day نیاز باشد.

کودکان تا ۶ سال ابتدا ۲۵۰ mg/dayتجویز شده که بتدریج تا میزان۲۰mg/kg/day افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Capsule : ۲۵۰ mg

Syrup : ۲۵۰ mg / ۵ ml

LAMOTRIGINE

موارد مصرف از این دارو برای درمان‌حملات تشنجی نسبی اولیه و حملات‌تشنجی متعاقب ?فراگیر تونیک ـ کلونیک استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو شبیه فنی توئین وکاربامازپین کانالهای سدیمی وابسته به‌ولتاژ را مسدود می کند.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی بخوبی‌جذب در کبد متابولیزه واز طریق کلیه‌هادفع می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی این داروحدود ۲۴ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در نارسایی کبدی نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در طول مصرف این داروپارامترهای کبدی کلیوی و انعقاد خون‌بایستی دقیق ?کنترل شود.

۲ ـ در صورت بروز بثورات جلدی تب علائم شبه آنفلوآنزا، خواب آلودگی و بدترشدن حملات صرعی بخصوص در ماه‌اول درمان مصرف دارو باید قطع گردد.

عوارض جانبی بثورات جلدی تب علائم‌شبه انفلوانزا، خواب آلودگی ندرت ?اختلال‌در عملکرد کبد، لنفادنوپاتی لوکوپنی ترومبوسیتوپنی حساسیت به نور،اختلالات بینایی گیجی عدم تعادل خستگی اختلالات گوارشی و تحریک‌پذیری از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی والپروات غلظت‌پلاسمایی لاموتریجین را افزایش وکاربامازپین فنوباربیتال و فنی توئین غلظت پلاسمایی آن را کاهش می‌دهند.ضمن ?لاموتریجین موجب افزایش غلظت‌پلاسمایی متابولیت فعال کاربامازپین‌می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف این دارو باید پرهیز شود. قطع‌مصرف دارو باید بتدریج و حداقل طی ۲هفته انجام شود.

۲ ـ مصرف این دارو به عنوان تنها درماندر سالمندان و کودکان زیر ۱۲ سال‌توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا ۲۵ mg/day بمدت ۱۴روز، سپس ۵۰ mg/day برای ۱۴ روز بعدی‌تجویز می‌شود. مقدار مصرف

معمول‌نگهدارنـده ۲۰۰ ـ ۱۰۰ mg/day در ۲ ـ ۱مقـدار منقسـم (حـداکثر ۵۰۰mg/day)می‌باشـد. برای درمـان کمکی به همراه‌والپروات در ابتـدا ۲۵ میلی‌گرم یـک روز درمیان به مـدت ۱۴ روز، سپس ۲۵ mg/dayبرای ۱۴ روز بعـدی تجویز می‌شود. مقدارمصرف معمول نگهدارنده به همراه‌والپروات ۲۰۰mg/day ـ ۱۰۰ در ۲ ـ ۱ نوبت‌است برای درمان کمکی بدون والپروات در ابتدا ۵۰ میلی‌گرم یـک روز در میان به‌مـدت ۱۴ روز، سپـس ۵۰ میلی‌گرم دو بـار درروز برای ۱۴ روز بعـدی تجویز می‌شود.مقدار مصرف نگهدارنده بدون والپروات‌معمولا ۴۰۰ mg/day ـ ۲۰۰ در دو مقدارمنقسم (حداکثر ۷۰۰mg/day) است

کودکـان در کودکـان ۱۲ ـ ۲ سـال به‌عنوان‌درمـان کمکی بهمراه والـپروات در ابتـدا۲۰۰ mcg/kg/day بمـدت ۱۴ روز، سپس۵۰۰ mcg/kg/day برای ۱۴ روز بعـدی (درکودکـانی کـه کمـتر از ۲۵ کیلـوگرم وزن دارنـدمی‌توان در ۱۴ روز اول ۵ میلی‌گرم یک‌روز در میان تجویز کرد). مقـدار مصـرف‌معمول نگهدارنـده به همراه والپروات۵ mg/kg/day ـ ۱ در ۲ ـ ۱ مقدار منقسم‌می‌باشـد. در کودکـان ۱۲ ـ ۲ سال برای‌درمـان کمکی بـدون والـپروات در ابتدا۲ mg/kg/day در ۲ نـوبت بمـدت ۱۴ روز، سپس ۵ mg/kg/day در ۲ نـــوبت برای ۱۴روز بعــدی تجویز می‌شـود. مقــدار مصــرف‌معمول نگهدارنــده بــدون والپروات۱۵ mg/kg/day ـ ۵ در ۲ مقدار منقسم‌می‌باشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

PHENOBARBITAL

موارد مصرف فنوباربیتال در تمام انواع‌صرع غیر از صرع کوچک و در حمله مداوم‌صرعی به‌کار می‌رود.

مکـانیسم اثر: ایـن دارو از یـک طرف اثرمهـاری گاماآمینوبوتیریـک اسـید (GABA)راافزایش می‌دهـــد و از طرف دیگر اثر تحریکی‌گلوتامیـک اسـید را کـم می‌کنـد و بـدین ترتیب‌بامهـار انتخـابی نورون‌هـای غیرطـبیعی مـانع انتشار امـواج از کـانون صرعی‌می‌شود.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی سریع?جـذب و در بافت‌های بـدن و مغز انتشارمی‌یابد. توسط کبد متابولیزه می‌شود. راه‌دفع دارو کلیوی است حدود ۳۰ـ۲۰ درصددارو بدون تغییر دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در پورفیری نبایدمصرف شود.

هشدارها: در بیماران مبتلا به‌اختلال‌عملکرد کبد یا کلیه و ضعف تنفسی‌بااحتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی افسردگی‌ذهنی عـدم تعادل واکنش‌های آلرژیک‌پوستی تحریک‌پذیری بیقراری واغتشاش شـعور در سالمندان هیجانات وفعالیت زیاد غیرعادی در کودکان کم‌خونی مگالوبلاستیک از عوارض جانبی‌این دارو می‌باشند.

تـداخل‌های دارویی این دارو غـالب ?غلظت‌پلاسـمایی کاربامـازپین کلونازپـام فنی‌توئین و والـپروات و در مواردی‌اتوسوکسـیمید را کـاهش می‌دهـد. ایـن داروبـا تسـریع متـابولیسم وارفـارین موجب‌کـاهش اثر ضـدانعقادی آن می‌گردد.داروهـای ضدافسـردگی و ضدجنون باکاهش آستانه تشنج با اثرات ضدتشـنجی‌این دارو مقابله می‌کنند. این داروومتابولیسم داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای را افزایش و در نـتیجه موجب‌کـاهش غلظت پلاســمایی آنهـا می‌گردد. ایـن‌دارو مـوجب افزایش سـرعت متابولیسم‌دیگوکسـین کورتیکواستروئیدها وسیکلوسپورین داروهای ضد بارداری‌خوراکی تئوفیلین و در نتیجه کاهش اثرات‌آنها می‌گردد.

نکات قابل توصیه از قطع ناگهانی مصرف‌دارو پرهیز شود. قطع مصرف این داروباید به‌تدریج و طی چندماه انجام شود.

مقدار مصرف

خوراکی

مقدار ۱۸۰ـ۶۰ میلی گرم در بزرگسالان و۸ mg/kg/day در کودکان مصرف می‌شود.

تزریقی

مقدار ۲۰۰ـ۵۰ میلی‌گرم تزریق می‌شود که‌در صورت نیاز بعد از ۶ ساعت تکرارمی‌شود. حداکثر مقدار مصرف روزانه۶۰۰ میلی‌گرم است

اشکال دارویی

Tablet: ۱۵ mg, ۶۰ mg, ۱۰۰ mg

Injection: ۱۰۰ mg/ml, ۲۰۰ mg/ml

PHENYTOIN SODIUM

موارد مصرف فنی‌توئین در کنترل تمام‌انواع صرع به غیر از حملات صرع کوچک درد عصب سه قلو، حمله مداوم صرعی آریتمی قلبی و نیز برای تسریع در التیام‌زخمها (بصورت موضعی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو در غلظت‌های‌درمانی با انسداد کانالهای سدیم و مهارایجاد پتانسیل‌های عمل تکراری اثر ضدتشنج خود را اعمال می‌کند. فنی‌توئین‌همچنین آزاد شدن سروتونین ونوراپی‌نفرین را مهار کرده و بر غلظت‌سایر واسطه‌های عصبی تأثیر می‌گذارد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی اشکال‌مختلف فنی‌توئین آهسته و متغیر است جذب فنی‌توئین در تزریق داخل عضلانی‌غیر قابل پیش‌بینی است و مقداری از دارودر عضله رسوب می‌کند. به همین دلیل این‌روش تجویز توصیه نمی‌شود. در کبدمتابولیزه شده و از طریق ادرار دفع‌می‌شود. متابولیسم این دارو وابسته به‌مقدار داروی مصرفی بوده و اشباع‌پذیراست نیمه عمر این دارو بطور متوسط ۲۴ساعت است

موارد منع مصرف در صورت وجودپورفیری اختلالات بافت هدایتی قلب برادی کاردی سینوسی بلوک‌سینوسی ـدهلیزی بلوک قلبی درجه ۲ و ۳، سندرم‌استوک ـ آدامز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت مقدار مصرف‌زیاد دارو، ممکن است متابولیسم کبدی‌اشباع شود و غلظت پلاسمایی دارو ازمحدوده درمانی فراتر رفته و سمیت بروزکند.

۲ ـ در صورت وجود نارسایی کبدی کمی‌فشار خون یا نارسایی قلبی باید با احتیاطمصرف شود.

۳ ـ این دارو ممکن است غلظت پلاسمایی‌کلسیم را کاهش داده و در نتیجه راشیتیسم و استئومالاسی بروز کند.

۴ ـ تزریق وریدی فنی توئین با سرعت‌بیش از ۵۰ میلی‌گرم در دقیقه ممکن است‌منجر به کلاپس قلبی ـ عروقی همراه باآریتمی کمی فشار خون تضعیف CNSوتغییراتی در عملکرد تنفسی (ازجمله توقف‌تنفسی گردد.

عوارض جانبی تهوع استفراغ اغتشاش‌شعور، سرگیجه سردرد، رعشه عصبانیت بی‌خوابی ندرت ?دیسکینزی نوروپاتی محیطی عدم تعادل اختلال درتکلم حرکات مداوم و غیرارادی چشم به‌عقب و جلو، تاری دید، بثورات جلدی بزرگ شدن ترکیب صورت پرمویی آکنه تب و هپاتیت اریتم مولتی فرم نکروزپوست لنفادنوپاتی و هیپرتروفی لثه‌ها ازعوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو غلظت‌پلاسمایی کلونازپام کاربامازپین ووالپروات را کاهش و غلظت پلاسمایی‌فنوباربیتال را افزایش می‌دهد. گاهی اوقات‌نیز غلظت پلاسمایی اتوسوکسیمید وپریمیدون را کم می‌کند. اسید استیل‌سالیسیلک داروهای ضد باکتریایی شامل‌کلرامفنیکل سیکلوسرین ایزونیازید،کوتریموکسازول و مترونیدازول و نیزفلوکستین دیلتیازم نیفدیپین و سایمتیدین‌غلظت پلاسمایی فنی‌توئین را زیاد می‌کنند.این دارو متابولیسم وارفارین را کاهش‌می‌دهد که احتمالا اثر ضد انعقادی آن‌کاهش می‌یابد.

داروهای ضد افسردگی وضد جنون با کاهش آستانه تشنج با اثرضد تشنجی این دارو مقابله می کنند.فنی‌توئین غلظت پلاسمایی داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای را کاهش می‌دهد.متابولیسم سیکلوسپورین توسطفنی‌توئین تسریع شده و در نتیجه غلظت‌پلاسمایی آن کاهش می‌یابد. فنی‌توئین‌متابولیسم داروهای ضدبارداری خوراکی‌را افزایش و در نتیجه اثر آنها را کاهش‌می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف این دارو اجتناب می‌شود.

۲ ـ در نارسایی کبدی مقدار مصرف داروکاهش یابد.

۳ ـ به منظور کاهش تحریک گوارشی‌می‌توان دارو را با غذا یا شیر مصرف کرد.

۴ ـ رعایت بهداشت دندانها و مراجعه منظم‌به دندانپزشک تا حدی از حساس شدن خونریزی و بزرگ شدن لثه‌ها جلوگیری‌می کند.

۵ ـ مصرف فنی‌توئین در دوران بارداری موجب افزایش خطر خونریزی کشنده در۲۴ ساعت اول تولد در نوزاد می گردد. باتجویز ویتامین K قبل از زایمان به مادر وبه نوزاد در موقع تولد، می‌توان این خطر راکاهش داد.

۶ ـ تجویز دارو از راه تزریق داخل‌عضلانی توصیه نمی‌شود.

۷ ـ توصیه می‌شود که فنی‌توئین سدیم‌تزریقی به مایعات حجیم تزریقی وریدی‌اضافه نشود یا با سایر داروها مخلوطنگردد چون ممکن است رسوب نماید.

۸ ـ از نشت دارو به بافتهای اطراف رگ‌اجتناب شود زیرا خاصیت قلیایی‌فنی‌توئین زیاد بوده و به بافت آسیب‌می‌رساند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ابتدا ۴-۳ mg/kg/day یا ۳۰۰-۱۵۰ mg/day بصورت یکجا یا در دومقدار منقسم مصرف می‌شود که درصورت نیاز به ۴۰۰-۳۰۰ mg/day و یاحداکثر ۶۰۰mg/day افزایش می‌یابد.

کودکان در کودکان ۸-۵ mg/kg/day دریک یا دو مقدار منقسم و حداکثر ۳۰۰ میلی گرم تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان انفوزیون یا تزریق آهسته‌داخل وریدی برای کنترل صرع مداوم به‌میزان ۱۵mg/kg (سرعت تزریق بیش از۵۰mg/min نباشد) توصیه می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده ۱۰۰ میلی گرم که هر۸-۶ ساعت تجویز می گردد.

کودکان میزان تجویز اولیه ۱۵mg/kgمی‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule: ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

Injection: ۲۵۰ mg/ ۵ ml

Suspension:۳۰ mg/ ۵ ml

Topical Cream: ۱٪

PRIMIDONE

موارد مصرف این دارو در درمان انواع‌صرع به غیر از صرع کوچک و رعشه essentialبکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اگر چه پریمیدون در بدن به‌فنوباربیتال تبدیل می‌شود،اما مکانیسم اثرخود پریمیدون احتمالا شبیه فنی‌توئین‌است

فارماکوکینتیک این دارو جذب خوراکی کاملی دارد. در کبد به فنوباربیتال تبدیل‌می‌شود. فنوباربیتال در بدن به آهستگی‌تجمع یافته

و سطح پلاسمایی آن به ۲-۳برابر سطح پلاسمایی پریمیدون می‌رسد.دفع دارو و متابولیت‌های آن از طریق کلیه‌می‌باشد.

هشدارها: در صورت وجود اختلال عملکردکبد یا کلیه و ضعف تنفسی باید با احتیاطتجویز شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی عدم تعادل تهوع اختلالات بینایی و بثورات جلدی بخصوص در شروع درمان بروز می‌کند ومعمولا با ادامه درمان برگشت‌پذیر هستند.سایر عوارض دارو شامل افسردگی تحریک‌پذیری بیقراری و اغتشاش شعوردر سالمندان هیجانات و فعالیت زیاد و غیرعادی در کودکان و آنمی مگالوبلاستیک‌هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو غالب ?غلظت‌پلاسمایی کاربامازپین کلونازپام فنی‌توئین و والپروات و در مواردی‌اتوسوکسیمید را کاهش می‌دهد. این داروموجب افزایش متابولیسم وارفارین‌داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای دیگوکسین کورتیکوستروییدها،سیکلوسپورین داروهای ضد بارداری‌خوراکی و تئوفیلین شده و در نتیجه اثرات‌این داروها را کاهش می‌دهد. داروهای‌ضدافسردگی و ضد جنون با کاهش‌آستانه تشنج با اثرات ضد تشنجی این‌دارو مقابله می‌کنند. این دارو اثر وراپامیل‌و دیلتیازم و احتمالا نیفدیپین را کاهش‌می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی داروپرهیز شود. قطع مصرف این دارو بایدبتدریج و طی چند ماه انجام شود.

۲ ـ در صورتیکه بیمار ضعف شدید

تنفسی داشت از مصرف این دارو بایداجتناب نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در صرع ابتدا ۱۲۵ میلی‌گرم‌در شب و موقع خواب مصرف می‌شود.سپس هر ۳ روز، ۱۲۵ میلی‌گرم افزایش‌می‌یابد تا مقدار مصرف تام جمع ?به میزان

۵۰۰ mg/day (در دو بخش منقسم برسد.بعد هر ۳ روز، ۲۵۰ میلی‌گرم به این مقدارافزوده می‌شود تا حداکثر ۱/۵ g/day درمقادیر منقسم مصرف شود.

کودکان سنین کمتر از ۲ سال ۵۰۰ ـ ۲۵۰میلی گرم در روز در دو مقدار منقسم ۵ ـ ۲ساله ۷۵۰ mg/day ـ ۵۰۰ در دو مقدارمنقسم و کودکان ۹ ـ ۶ سال ۱g/day ـ ۰/۷۵در دو مقدار منقسم تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Suspension: ۲۵۰ mg/۵ml

Tablet: ۲۵۰ mg

VALPROATE SODIUM

موارد مصرف این دارو در درمان انواع‌صرع مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو شبیه فنی‌توئین وکاربامازپین با انسداد جریان سدیم ازفعالیت با فرکانس زیاد نرون‌ها جلوگیری‌می‌کند و با مهار آنزیم تجزیه کننده GABA،غلظت آن را در مغز افزایش می‌دهد. همچنین‌این دارو در غلظت‌های زیاد، جریان پتاسیم‌در غشاء سلولهای مغزی را افزایش می‌دهدو غشاء را هیپرپولاریزه می‌کند.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی بخوبی‌جذب شده و فراهمی زیستی بیش از ۸۰درصد دارد. غذا، جذب این دارو را به‌تأخیر می‌اندازد. این دارو در کبد متابولیزه‌و از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در بیماری‌های فعال‌کبدی و سابقه فامیلی نارسایی شدید کبدنباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ قبل از شروع درمان و درطول ۶ ماه اول درمان با این دارو، بایدعملکرد کبد تحت نظر باشد.

۲ ـ در صورت وجود نارسایی شدیدکلیوی لوپوس اریتماتوز سیستمیک یاپورفیری با احتیاط مصرف شود.

۳ ـ اختلال عملکرد کبدی (ازجمله نارسایی کبدی کشنده با مصرف این دارو ممکن‌است در کودکان کمتر از ۳ سال افرادی که‌اختلالات متابولیک یا دژنراتیو دارند، درحالت اختلال ارگانیک مغزی یا تشنجات‌شدید همراه با عقب‌ماندگی ذهنی بروزکند.

۴ ـ در صورت بروز درد حاد شکمی که‌ممکن است نشانه پانکراتیت باشد، بایدمراقبت‌های لازم انجام شود.

عوارض جانبی تحریک گوارشی تهوع عدم تعادل و رعشه افزایش غلظت‌آمونیاک خون افزایش اشتها و وزن ریزش موقتی مو، خیز، کاهش پلاکت‌های‌خون مهار تجمع پلاکتی اختلال درعملکرد کبد که ندرت ?به نارسایی کشنده‌کبدی منجر می‌شود، بثورات جلدی اغتشاش شعور، ندرت ?پانکراتیت کاهش گلبول‌های سفید، هیپوپلازی گلبولهای‌قرمز، کاهش فیبرینوژن آمنوره و نامنظم‌شدن قاعدگی و ژینکوماستی از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو غالب ?غلظت‌پلاسمایی فنوباربیتال و فنی‌توئین و گاهی‌نیز غلظت پلاسمایی اتوسوکسیمید وپریمیدون را زیاد می‌کند. داروهای ضدافسردگی و ضد جنون با کاهش آستانه‌تشنج با اثر ضد تشنجی این دارو مقابله‌می‌کنند. سایمتیدین با مهار آنزیم‌های کبدی غلظت پلاسمایی والپروات راافزایش می‌دهد. تجویز همزمان سایرداروهای ضد صرع موجب افزایش سمیت‌دارو میگردد بدون اینکه اثرات درمانی آن‌افزایش یابند، علاوه بر این ترکیب درمانی کنترل درمان را پیچیده می‌کند. کلروکین بااثر ضد تشنجی این دارو مقابله می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از شروع درمان‌با این دارو از عدم وجود زمینه یا عوامل‌مستعد کننده خونریزی در بیمار اطمینان‌حاصل شود.

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف این دارو بایدخودداری شود.

۳ ـ به بیمار یا اطرافیان او علائم بروزاختلالات خونی یا کبدی توضیح داده شودو توصیه گردد که در صورت بروز این‌علائم باید به پزشک مراجعه شود.

۴ ـ در صورتیکه با مصرف این دارو،استفراغ بی‌اشتهایی یرقان خواب‌آلودگی‌یا عدم کنترل تشنجات بروز کرد،بلافاصله درمان با این دارو متوقف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۶۰۰ mg/day (در دونوبت منقسم ، ترجیح ?بعد از غذا مصرف‌شود. بعد با فواصل هر ۳ روز یکبار ۲۰۰ mg/day به مقدار مصرف به رژیم‌افزوده می‌شود تا حداکثر به مقدار روزانه۲/۵ گرم برسد که بصورت مقادیر منقسم‌مصرف می‌شود. مقدار معمول نگهدارنده‌دارو ۱-۲ گرم در روز (۲۰-۳۰ mg/kg درروز) می‌باشد.

کودکان کودکان تا ۲۰ کیلوگرم ابتدا۲۰ mg/kg در روز (در چند نوبت منقسم مصرف می‌شود. می‌توان در صورت نیازمقدار را افزایش داد. در کودکان بیشتر از۲۰ کیلوگرم ابتدا ۴۰۰ mg/day بصورت‌منقسم مصرف می‌شود. سپس این مقدارافزایش می‌یابد تا حملات کنترل شوند(معمولا در محدوده ۳۰-۲۰ mg/kg درروز) حداکثر مقدار مصرف روزانه ۳۵ mg/kg است

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۲۰۰ mg

Syrup: ۲۰۰mg/۵ml

ANTIDEPRESSANT DRUGS

Clomipramine Amitriptyline

Imipramine Fluoxetine

Nortriptyline Maprotiline

Trazodone Tranylcypromine

Trimipramine

موارد مصرف داروهای ضدافسردگی‌عمدت ?به سه دسته داروهای ضد افسردگی‌سه حلقه‌ای مهار کننده‌های‌مونوآمینواکسیداز (MAO) و داروهای‌مهار کننده انتخابی باز جذب سروتونین SSRIs) تقسیم می‌شوند.

داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای SSRIs و ترکیبات مشابه بدلیل اثربخشی‌بیشتر و عدم تداخل خطرناک با بعضی ازغذاها و داروها بر داروهای دسته MAOIsارجحیت دارند. انتخاب داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای عمدت ?به عوارض آنتی‌موسکارینی کمتر، مثل یبوست وخشکی دهان و نیز کمتر بودن احتمال‌سمیت قلبی در حالات مصرف بیش از حدبستگی دارد. داروهای دسته SSRIsنسبت‌به سه حلقه‌ای های قدیمی‌تر دارای اثرات‌آنتی موسکارینی کمتر و نیز سمیت قلبی‌کمتر در صورت مقدار مصرف بیش از حدمی‌باشند. بنابراین اگر چه این دسته‌اثربخشی بیشتری ندارند اما در مواقعی که‌خطر مقدار مصرف بیش از حد وجودداشته باشد، ممکن است ارجح باشند اما درعین حال دسته SSRIsعوارض جانبی‌مخصوص به خود را دارند. هر چند بروزخواب‌آلودگی خشکی دهان و سمیت قلبی‌با این داروها کمتر است اما عوارض جانبی‌گوارشی مثل تهوع و استفراغ ممکن است‌شیوع بیشتری داشته باشند.

به‌طور معمول تجویز بیش از یک‌داروی ضدافسردگی در یک زمان بدلیل‌خطرات احتمالی و تشدید عوارض جانبی‌توصیه نمی‌شود. باید توجه داشت که اگرچه در بیماران افسرده اغلب اضطراب هم‌وجود دارد، اما استفاده از داروهای ضدجنون یا ضد اضطراب ممکن است مانع ازتشخیص صحیح شود. بنابراین این قبیل‌داروها باید با احتیاط استفاده شوند. امادرمان کمکی سودمندی در افسردگی‌تحریک‌پذیر هستند.

کنترل افسردگی در هفته‌های اول درمان‌بیمار از نظر تمایل به خودکشی باید تحت‌نظر و کنترل باشد. در هر بار مقادیر کمی ازداروی ضد افسردگی تجویز شود چون‌این داروها در صورت مصرف مقادیربیش از حد، خطرناک هستند.

درمان را تا موقعی که انتظار می‌رودعلائم افسردگی متوقف شوند، باید باحداکثر مقدار مصرف مؤثر ادامه داد و بعداز آن هم حداقل تا یکسال دیگر با حداقل‌مقدار مصرف موثر ادامه یابد و پس از آن‌می‌توان مقدار تجویز را کاهش داد. درمان‌با این داروها را نباید بطور ناگهانی متوقف‌نمود چون علائم ممکن است دوباره‌مراجعت کنند. با توجه به تاریخچه‌افسردگی بهبود معمولا بعد از ۳ ماه تایکسال یا بیشتر رخ می‌دهد و در بعضی ازبیماران با نصف مقدار مصرف درمانی‌بصورت نگهدارنده به مدت چند ماه ازمراجعت علائم می‌توان جلوگیری نمود. درافسردگی عودکننده درمان نگهدارنده‌پیشگیری کننده ممکن است به چند سال‌زمان نیاز داشته باشد.

قطع دارو: اگر یک داروی ضد افسردگی بخصوص از نوع MAOI) بطور منظم برای‌مدت ۸ هفته یا بیشتر تجویز شده باشد وبعد بطور ناگهانی قطع شود، تهوع استفراغ بی‌اشتهایی سردرد، سرگیجه احساس سردی بی‌خوابی و در مواردی‌حالت هیپومانیا، اضطراب و بی‌قراری‌شدید حرکتی ممکن است بروز کنند. کاهش‌مقدار مصرف باید ترجیح ?بصورت‌تدریجی در طول یک دوره حداقل ۴ هفته‌ای‌انجام شود.

الف ـ داروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای این داروها بیشترین اثربخشی را دردرمان افسردگی متوسط تا شدید اندوژن‌که همراه با تغییرات فیزیولوژیک وسایکوموتور مانند از دست دادن اشتها واختلال در خواب می‌باشد، دارند. معمولااولین فایده درمان با این

داروها، بهبودخواب است از آنجا که برای شروع اثرات‌درمانی این داروها ۲ هفته وقت لازم است در افسردگی شدید که تأخیر در درمان خطرناک یا غیرقابل تحمل است درمان باالکتروشوک ممکن است مورد نیاز باشد.بعضی از داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای در کنترل اختلالات پانیک نیزمؤثرند.

مقدار تجویز: حدود ۱۰ تا ۲۰ درصد بیماران‌به داروهای ضد افسردگی و سایر داروهای‌مربوطه پاسخ نمی‌دهند که ممکن است‌ناکافی بودن غلظت پلاسمایی لازم تا حدی‌علت این مسئله باشد. بنابراین لازم است‌غلظت پلاسمایی به اندازه کافی بالا باشد تادرمان موثری محتمل باشد اما در عین حال‌غلظت پلاسمایی نباید آنقدر بالا برود که‌اثرات سمی بروز کند. به دلیل طولانی بودن‌نیمه عمر داروهای ضد افسردگی سه‌حلقه‌ای تجویز یکبار در شبانه روز در اکثربیماران (معمولا در شب مناسب است

انتخاب داروی ضد افسردگی داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای و سایر داروهای‌مربوطه به دو دسته تقسیم می‌شوند:آنهایی که دارای اثرات سداتیو زیادی‌هستند که شامل آمی‌تریپ‌تیلین کلومیپرامین و تری‌میپرامین می‌باشند وآنهایی که اثرات سداتیو کمی دارند و شامل‌ایمی‌پرامین دزیپرامین و نورتریپ‌تیلین‌هستند. بیماران تحریک شده و مضطرب به‌ترکیبات سداتیو بهتر پاسخ می‌دهند، درحالیکه بیمارانی که داروی آنها قطع شده ونیز بیماران با اضطراب کمتر به ترکیبات بااثرات سداتیو کم پاسخ بهتری می‌دهند.ایمی پرامین و آمی‌تریپ‌تیلین داروهایی‌موثر و نسبت ?بی‌خطر هستند، که بخوبی‌رواج پیدا کرده‌اند. اما با این حال دارای‌اثرات آنتی‌موسکارینی عمده یا عوارض‌جانبی قلبی می‌باشند که این مسئله در هربیمار بطور جداگانه ممکن است اهمیت‌داشته باشد.

عوارض جانبی متعاقب مصرف داروهای‌ضد افسردگی سه حلقه‌ای بخصوص‌آمی‌تریپ‌تیلین بروز آریتمی و ایست قلبی یکی از دلایل مرگ ناگهانی بیماران قلبی‌است همچنین این داروها با کاهش آستانه‌تشنج ممکن است باعث بروز تشنج شوندو به همین دلیل در بیماران صرعی باید بااحتیاط فراوان تجویز شوند.

عوارض جانبی دیگر این داروها شامل‌خواب‌آلودگی خشکی دهان تاری دید،یبوست احتباس ادرار و تعریق است بیمار را باید تشویق نمود تا درمان را ادامه‌دهد چون بنظر می‌رسد که به این عوارض‌جانبی تا حدی تحمل ایجاد می‌شود. اگردرمان با مقادیر کم شروع و بتدریج‌افزایش یابد، این اثرات کم می‌شوند اما درعین حال باید در نظر داشت که باید هر چه‌سریعتر به غلظت پلاسمایی موثر، دست‌یافت افزایش تدریجی مقدار مصرف درسالمندان به اثرات کاهنده فشار خون این‌داروها حساس بوده و مستعد بروزسرگیجه و حتی سنکوپ هستند و لذاافزایش تدریجی مقدار مصرف در این‌افراد، دارای اهمیت خاصی است عارضه‌جانبی دیگر که سالمندان به آن حساسیت‌خاصی دارند هیپوناترمی است این‌عارضه احتمالا ناشی از نامناسب بودن‌ترشح هورمون ضد ادراری است و با همه‌انواع داروهای ضد افسردگی ممکن است‌رخ دهد و باید در همه بیمارانی که در آنهاخواب‌آلودگی گیجی یا تشنجات طی‌مصرف یک داروی ضد افسردگی بروزمی کند، مورد توجه قرار گیرد. سندرم‌نورولپتیک بدخیم ممکن است به ندرت درطول دوره درمان با داروهای‌ضدافسردگی بروز کند.

تداخل دارویی در بین داروهای ضدافسردگی استفاده از یک داروی ضدافسردگی سه حلقه‌ای از نوع SSRIs(مهارکننده انتخابی باز جذب سروتونین و یاترکیبات مشابه باید حداقل ۲ هفته بعد ازقطع داروی MAOI (مهار کننده آنزیم‌مونوآمینواکسیداز) آغاز شود. برعکس‌مصرف یک داروی MAOI نباید در کمتر ازیک هفته بعد از قطع یک ضد افسردگی سه‌حلقه‌ای یا SSRIs و یا ترکیبات مشابه شروع‌شود (در مورد فلوکستین حداقل ۵ هفته .

ب ـ مهارکننده‌های مونوآمینواکسیداز

(MAOIs): این داروها نسبت به داروهای‌ضد افسردگی سه حلقه‌ای SSRIs وترکیبات وابسته کمتر استفاده می‌شوند که‌به دلیل خطر تداخلات دارویی و غذایی بااین داروها می‌باشد و علاوه بر این درمواردی که با سایر داروهای ضدافسردگی اثرات درمانی

حاصل نشد،می‌توان از این داروها استفاده نمود.خطرناکترین داروی MAOIs ترانیل‌سایپرومین است که دارای اثر محرک‌است داروی انتخابی ایزوکربوکسازیدمی‌باشد که اثر محرک کمتری دارد.

گفته می‌شود که بیماران افسرده وفوبیک با خصوصیات آتیپیکhypochondriacal و هیستریک به MAOIsبهتر پاسخ می‌دهند. اما به هر حال در تمام‌بیمارانی که مقاوم به سایر داروهای ضدافسردگی هستند درمان با MAOIs بایدمورد ارزیابی قرار گیرد. پاسخ به این‌داروها ممکن است سه هفته یا بیشتر طول‌بکشد و برای این که حداکثر پاسخ ایجادشود به یک یا دو هفته دیگر زمان نیازباشد. در صورت لزوم قطع داروهایMAOIs باید تدریج ?صورت گیرد.

ج ـ داروهای مهار کننده انتخابی باز جذب‌سروتونین (SSRIs): این داروها، برداشت‌مجدد سروتونین را بطور انتخابی مهارمی‌کنند و نسبت به ضد افسردگی‌های سه‌حلقه‌ای اثرات سداتیو و نیز اثرات‌آنتی‌موسکارینی و سمیت قلبی کمتری‌دارند و نیز موجب افزایش وزن نمی‌شوند.عوارض گوارشی آنها (اسهال تهوع واستفراغ وابسته به مقدار مصرف بوده‌ممکن است سردرد، بیقراری و اضطراب‌نیز ایجاد کنند.

AMITRIPTYLINE HCI

موارد مصرف آمی‌تریپ‌تیلین برای درمان‌بیماری افسردگی بخصوص وقتی که‌تسکین روانی مورد نیاز باشد و نیز شب‌ادراری کودکان تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجددنوراپی‌نفرین و سروتونین توسط پایانه‌سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت‌سیناپسی آنها را در سیستم عصبی‌مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویزخوراکی به سرعت و بطور کامل جذب‌می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول کبدی‌بوده و متابولیت فعال آن نور تریپ‌تیلین‌می‌باشد. راه دفع دارو از طریق کلیه است

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی‌اخیر، آریتمی (بخصوص ایست قلبی ،حالات مانیک و نارسائی کبدی نبایدمصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو بااحتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی ـ عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری‌تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا،جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه‌احتباس ادرار، الکتروشوک درمانی‌همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی ـعروقی واکنش‌های ازدیاد حساسیت اختلالات رفتاری اختلالات حرکتی تداخل‌در فعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش اشتها و وزن عوارض اندوکرین‌مثل ژنیکوماستی اختلالات خونی وهیپوناترمی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با مهار کننده‌های آنزیم MAOباعث‌تحریک CNS و بالاـ رفتن فشار خون‌می‌گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله‌می‌کند. بعضی از داروهای ضد صرع باکاهش غلظت پلاسمایی آمی‌تریپ‌تیلین اثرضد افسردگی آن را کاهش می‌دهند. این‌دارو اثر پایین آورنده فشار خون کلونیدین‌و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت‌قطع ناگهانی این دو دارو، خطر افزایش‌فشار خون زیاد می‌شود.مصرف همزمان‌با فنوتیازین‌ها موجب افزایش عوارض‌جانبی آنتی موسکارینی می‌شود. مصرف‌همزمان با نورآدرنالین باعث افزایش فشارخون و با آدرنالین باعث پرفشاری خون وآریتمی می گردد اما تجویز همزمان‌بی‌حس کننده‌های موضعی حاوی‌آدرنالین بنظر می‌رسد که بی‌خطر باشد.سایمتیدین با مهار متابولیسم این دارو،غلظت پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز،کاهش مقدار مصرف باید تدریجی و درطول یک

دوره حداقل ۴ هفته‌ای باید انجام‌شود.

۲ ـ در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش‌تمایل به خودکشی باید بیمار را تحت نظرقرار داد.

۳ ـ بیش از یک داروی ضدافسردگی در یک زمان نباید تجویز شود.

۴ ـ برای شروع اثرات درمانی این داروحداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵ ـ مصرف دارو توسط سالمندان باید باحداقل مقدار شروع شود زیرا به عوارض‌جانبی این دارو حساس‌ترند.

۶ ـ به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویزیکباره مقادیر آن در موقع خواب کفایت‌می کند.

۷ ـ به بیمار یادآوری شود که در صورت‌بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان‌ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل‌حاصل می‌شود.

۸ ـ در صورت وجود سابقه مصرف مهارکننده‌های آنزیم MAO ، باید دو هفته بعد ازقطع آن مصرف آمی‌تریپ تیلین را آغازکند.

۹ ـ در صورت ضرورت مصرف داروی‌مهار کننده MAO باید حداقل یک هفته بین‌قطع این دارو و شروع داروی جدید فاصله‌زمانی ایجاد شود.

۱۰ ـ این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن‌است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند مثل‌رانندگی تأثیر بگذارد.

مقدار مصرف در کنترل افسردگی از راه‌خوراکی ابتدا ۷۵ میلی گرم (در بالغین وسالمندان ۳۰-۷۵ میلی گرم در روز، درمقادیر منقسم و یا بصورت یک جا در موقع‌خواب مصرف می‌شود و سپس بتدریج‌براساس نیاز تا حداکثر ۱۵۰ میلی گرم‌افزایش می‌یابد.

مقدار داروی نگهدارنده‌بطور معمول ۵۰-۱۰۰ mg/day می‌باشد.

در شب ادراری کودکان ۷-۱۰ سال ۱۰-۲۰ میلی گرم و در بچه‌های ۱۱-۱۶سال ۲۵-۵۰ میلی گرم هنگام خواب‌مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۱۰ mg, ۲۵mg

Scored Coated Tablet: ۱۰۰ mg

CLOMIPRAMINE HCl

موارد مصرف کلومیپرامین برای درمان‌بیماری افسردگی حالات ترس وسواس ودرمان کمکی ضعف عمومی عضلانی‌همراه با نارکولپسی تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجددنوراپی‌نفرین و سروتونین توسط غشاءپایانه سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت‌سیناپسی آنها را در سیستم عصبی‌مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویزخوراکی به سرعت و بطور کامل جذب‌می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول از کبداست ولی متابولیت فعال ندارد. راه دفع‌دارو از طریق کلیه است

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی‌اخیر، آریتمی (بخصوص ایست قلبی ،حالات مانیک و نارسائی کبدی نبایدمصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو بااحتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی ـ عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری‌تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا،جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه‌احتباس ادراری الکتروشوک درمانی‌همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی ـعروقی واکنش‌های ازدیاد حساسیت اختلالات رفتاری اختلالات حرکتی تداخل‌در فعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش اشتها و وزن عوارض

اندوکرین‌مثل ژنیکوماستی اختلالات خونی وهیپوناترمی از عوارض جانبی داروهستند.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای ضدآریتمی خطر آریتمی بطنی راافزایش می‌دهد. مصرف همزمان این داروبا مهار کننده‌های آنزیم MAO باعث‌تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون‌می گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله‌می کند. بعضی از داروهای ضد صرع باکاهش غلظت پلاسمایی این دارو، اثر ضدافسردگی آن را کاهش می‌دهند. این دارواثر پایین آورنده فشار خون کلونیدین وگوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت‌قطع ناگهانی این دو دارو خطر افزایش‌فشار خون زیاد می‌شود. مصرف همزمان‌این دارو با فنوتیازین‌ها موجب افزایش‌عوارض جانبی آنتی‌موسکارینی می‌شود.مصرف همزمان این داروها با نورآدرنالین‌باعث افزایش فشار خون و با آدرنالین‌باعث پرفشاری خون و آریتمی می گردداما تجویز همزمان با بی‌حس کننده‌های‌موضعی حاوی آدرنالین به نظر می‌رسدکه بی‌خطر باشد. سایمتیدین با مهارمتابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن راافزایش می‌دهد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز،کاهش مقدار مصرف بصورت تدریجی ودر طول یک دوره حداقل ۴ هفته‌ای بایدانجام شود.
۲ ـ در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش‌تمایل به خودکشی باید بیمار تحت نظرباشد.
۳ ـ بیش از یک داروی ضد افسردگی دریک زمان نباید تجویز شود.
۴ ـ برای شروع اثرات درمانی این داروحداقل ۲ هفته وقت لازم است
۵ ـ درمان سالمندان باید با حداقل مقدارشروع شود زیرا به عوارض جانبی این‌دارو حساس‌ترند.
۶ ـ به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویزیکباره مقادیر آن در موقع خواب کفایت‌می کند.
۷ ـ به بیمار یادآوری شود که در صورت‌بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان‌ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل‌حاصل می‌شود.
۸ ـ در صورت مصرف مهارکننده‌های‌آنزیم MAO توسط بیمار، باید دو هفته بعداز قطع آن مصرف این دارو را آغاز کند.
۹ ـ در صورت ضرورت مصرف داروی‌مهار کننده MAO باید حداقل یک هفته میان‌قطع این دارو و شروع داروی جدید فاصله‌ایجاد شود.
۱۰ ـ این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن‌است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند مثل‌رانندگی تأثیر بگذارد.
۱۱ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.
مقدار مصرف در درمان افسردگی ابتدا۱۰ mg/day مصرف می‌شود و سپس‌براساس نیاز تا مقدار ۳۰-۱۵۰ میلی گرم‌بصورت تدریجی افزایش می‌یابد و به‌صورت منقسم یا یکجا در موقع خواب‌مصرف می گردد. حداکثر مقدار مصرف ۲۵۰ mg/day است مقدار معمول نگهدارنده ۵۰-۱۰۰ mg/day است در سالمندان درابتدا ۱۰ mg/day و بعد تا ۳۰-۵۰تجویز می‌شود.
در حالات ترس و وسواس با مقدار ۲۵mg/day درمان آغاز می‌شود (سالمندان ۱۰mg/day)، بعد در طول دو هفته با افزایش‌تدریجی آنرا به ۱۰۰-۱۵۰ mg/day افزایش‌می‌دهند. و درمان کمکی ضعف عمومی‌عضلانی همراه با نارکولپسی ابتدا۱۰ mg/day مصرف می‌شود و سپس‌بتدریج تا نایل شدن به پاسخ رضایت‌بخش‌بطور تدریجی مقدار مصرف تا۱۰-۷۵mg/day افزایش می‌یابد.
اشکال دارویی
Coated Tablet: ۱۰ mg, ۲۵ mg

DESIPRAMINE HCl

موارد مصرف این دارو برای درمان‌بیماری افسردگی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دزیپرامین از طریق مهاربرداشت مجدد نوراپی‌نفرین و سروتونین‌توسط غشاء پایانه سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت آنها را در سیستم عصبی‌مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویزخوراکی به سرعت و بطور کامل جذب‌می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول کبدی‌است دارو فاقد متابولیت فعال است ۹۶٪آن به پروتئین‌های پلاسما متصل می‌شود.دفع دارو از کلیه است

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی‌اخیر، (بخصوص ایست قلبی ، حالات‌مانیك و نارسائی کبدی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این داروباید با احتیاط صورت گیرد:

بیماری قلبی ـ عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی (اگر شدید باشداز مصرف دارو باید پرهیز شود)، بیماری‌تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا،جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه‌احتباس ادراری الکتروشوك درمانی‌همزمان و پورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان تاری‌دید(اختلال در تطابق افزایش فشار داخل‌چشم ، یبوست تهوع اشکال در ادرارکردن عوارض قلبی ـ عروقی تداخل درفعالیت جنسی تغییرات قند خون افزایش‌اشتها و وزن از عوارض جانبی این دارواست

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای ضد آریتمی خطر آریتمی بطنی راافزایش می‌دهد. مصرف همزمان این داروبا مهار کننده‌های آنزیم MAO باعث‌تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون‌می گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله‌می کند. بعضی از داروهای ضد صرع باکاهش غلظت پلاسمایی این دارو، اثرضدافسردگی آن را کاهش می‌دهند. این‌دارو اثر پایین‌آورنده فشار خون کلونیدین‌و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت‌قطع ناگهانی این دو دارو خطر افزایش‌فشار خون زیاد می‌شود. مصرف همزمان‌این دارو با فنوتیازین‌ها موجب افزایش‌عوارض جانبی آنتی‌موسکارینی می‌شود.مصرف همزمان این دارو با نور آدرنالین‌باعث افزایش فشار خون و با آدرنالین‌باعث پرفشاری خون و آریتمی می گردداما مصرف همزمان با بی‌حس کننده‌های‌موضعی حاوی آدرنالین بنظر می‌رسد که‌بی‌خطر باشد. سایمتیدین با مهارمتابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن راافزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز،کاهش مقدار مصرف باید تدریجی و درطول یک دوره حداقل ۴ هفته‌ای انجام شود.

۲ ـ در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش‌تمایل به خودکشی بیمار باید تحت نظرباشد.

۳ ـ بیش از یک داروی ضدافسردگی در یک‌زمان نباید تجویز شود.

۴ ـ برای شروع اثرات درمانی این داروحداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵ ـ به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویزیکباره آن در موقع خواب کفایت می کند.

۶ ـ به بیمار یادآوری شود که در صورت‌بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان‌ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل‌حاصل می‌شود.

۷ ـ در صورت مصرف مهار کننده‌های‌آنزیم MAO توسط بیمار، باید دو هفته

بعد از قطع آنها، مصرف این دارو را آغازکند.

۸ ـ در صورت ضرورت مصرف داروی‌مهار کننده MAO باید حداقل یک هفته میان‌قطع این دارو و شروع داروی جدید فاصله‌ایجاد شود.

مقدار مصرف ۷۵ میلی‌گرم در مقادیرمنقسم یا یکجا هنگام خواب مصرف‌می‌شود. در صورت لزوم مقدار مصرف‌آن تا حداکثر ۲۰۰ میلی‌گرم افزایش‌می‌یابد. در افسردگی مقاوم تا حداکثر ۳۰۰میلی‌گرم در ۲۴ ساعت مصرف می‌شود(در صورت امکان غلظت پلاسمائی‌اندازه‌گیری شود). مقدار مصرف‌نگهدارنده ۷۵-۱۰۰ میلی‌گرم در روزخواهد بود. در سالمندان ابتدا روزانه ۲۵میلی‌گرم مصرف می‌شود و سپس تا حدنیمی از حداکثر مقدار مصرف بالغین آنراتدریج ?افزایش می‌دهند.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۵ mg

FLUOXETINE

موارد مصرف فلوکستین برای درمان‌افسردگی وسواس و Bulimia nervosaتجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار اختصاصی‌برداشت مجدد سروتونین توسط غشای‌سلول عصبی پیش سیناپسی که منجر به‌افزایش غلظت سیناپسی آن در سیستم‌عصبی مرکزی می‌گردد، اثر خود را اعمال‌می‌کند.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی بخوبی‌جذب می‌شود. در کبد متابولیزه و به‌متابولیت فعال تبدیل می‌گردد که به‌آهستگی دفع می‌شود. البته دفع کامل آن‌چند هفته طول می‌کشد.

هشدارها: در موارد زیر این دارو باید بااحتیاط فراوان مصرف شود: بیماری قلبی صرع (در صورت وقوع حملات صرعی مصرف دارو قطع شود)، درمان همزمان باالکتروشوک سابقه مانیا، نارسایی کبدی وکلیوی

عوارض جانبی عوارض گوارشی شامل‌تهوع استفراغ سوء هاضمه درد شکم اسهال و یبوست شایع هستند. بی‌اشتهایی‌همراه با کاهش وزن و تغییر احتمالی درقند خون واکنش‌های افزایش حساسیت خشکی دهان اضطراب سردرد،بی‌خوابی تپش قلب لرزش دست و پا،توهم گیجی کمی فشارخون هیپومانیا یامانیا، خواب آلودگی تشنج تب اختلالات‌خونی اختلال عملکرد جنسی تعریق اختلالات حرکتی و کاهش سدیم خون ازسایرعوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو اثر وارفارین‌را افزایش می‌دهد. در مصرف همزمان بامهار کننده‌های مونوآمین اکسیداز، اثرات‌مرکزی این داروها افزایش می‌یابد و خطرسمیت وجود خواهد داشت غلظت‌پلاسمایی بعضی از داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای توسط این داروافزایش می‌یابد. این دارو با افزایش آستانه‌تشنج و نیز با افزایش غلظت پلاسمایی‌کاربامازپین و فنی توئین اثر داروهای ضدصرع را تغییر می‌دهد. این دارو غلظت‌پلاسمایی هالوپریدول را افزایش می‌دهد.مصرف همزمان این دارو با داروهای‌دوپامینرژیک موجب تحریک CNS وزیادی فشارخون می‌گردد. مصرف‌همزمان این دارو با لیتیوم خطر سمیتCNS را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزبثورات جلدی مصرف دارو باید متوقف‌شود.

۲ ـ اگر تشنجات صرعی با مصرف این‌دارو بدتر شدند، مصرف دارو باید قطع‌شود.

۳ ـ از قطع ناگهانی مصرف این دارو بایداجتناب شود.

۴ ـ مصرف این دارو حداقل ۲ هفته پس ازقطع مصرف داروهای مهار کننده آنزیم‌مونوآمین اکسیداز باید صورت پذیرد.

۵ ـ مصرف داروهای مهارکننده آنزیم‌مونوآمین اکسیداز باید حداقل پنج هفته‌پس از قطع مصرف این دارو، شروع شود.

۶ ـ این دارو دارای نیمه عمر طولانی‌می‌باشد و در تنظیم مقدار مصرف یا درحالات مصرف بیش از حد، این مسئله رابابد مد نظر داشت

۷ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصـرف در درمان افسردگی روزانه ۲۰ میلی‌گرم و در حالات وسواس ابتـدا ۲۰ mg/day مصـرف می‌شود و اگر بعد ازچند هفته بهبودی حاصل نشـد، می‌توان‌مقـدار مصـرف دارو را افزایش داد، اما خطربروز عوارض جانبی نیز زیاد می‌شود،حـداکثر مقـدار مصرف ۶۰ mg/day است در Bulimia nervosa مقدار ۶۰ mg/day تجویزمی‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۲۰ mg

IMIPRAMINE HCI

موارد مصرف ایمیپرامین برای رفع بیماری‌افسردگی و نیز شب‌ادراری در کودکان‌تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجددنوراپی‌نفرین و سروتونین توسط پایانه‌سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت‌سیناپسی آنها را در سیستم عصبی‌مرکزی افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیـک این دارو پس از تجویزخوراکی به سـرعت و بطور کامـل جـذب‌می‌شود. دارای متـابولیسم گـذر اول کبـدی‌بوده و متابولیت فعال آن دزیپرامین‌می‌باشد. راه دفع دارو کلیوی است

موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی‌اخیر، آریتمی (بخصوص ایست قلبی ،حالات مانیک و نارسائی کبدی نبایدمصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو بااحتیاط صورت گیرد:

بیمـاری قلبی ـ عروقی سـابقه صـرع‌نارسایی کبـدی بیمـاری تیروئیـد،فئوکروموسـیتوم سابقه مانیا، جنون گلوکوم با زاویه بسـته سابقه احتباس‌ادرار، الکتروشوک درمانی همزمان وپورفیری

عوارض جـانبی خشـکی دهـان خواب‌آلودگی تـاری دیـد، یبوست تهوع اشـکال در ادرار کردن عوارض قلبی ـعروقی واکنش‌هـای ازدیـاد حساسـیت اختلالات رفتـاری اختلالات حرکتی تـداخل‌در فعـالیت جنسـی تغییرات قنـد خون افزایش اشـتها و وزن عوارض اندوکرین‌مثل ژنیکوماستی اختلالات خونی وهیپوناترمی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصـرف همزمان باداروهای ضد آریتمی خطر آریتمی بطنی راافزایش می‌دهد. مصـرف همزمان این دارو بامهار کننده‌های آنزیم MAOباعث تحریکCNS و بالا رفتن فشار خون می‌گردد. این‌دارو از طریق کاهش آسـتانه تشـنج با اثرداروهای ضد صـرع مقابله می‌کند. بعضی ازداروهای ضد صرع با کاهش غلظت‌پلاسمایی این دارو، اثر ضد افسردگی آن راکاهش می‌دهند. این دارو اثر پایین آورنـده‌فشار خون کلونیـدین و گوانتیـدین را کاهش‌می‌دهـد و در صورت قطع ناگهانی این دودارو خطر افزایش فشـار خون زیـاد می‌شود.مصـرف همزمـان این دارو با فنوتیازین‌هاموجب افزایش عوارض جانبی‌آنتی‌موسـکارینی می‌شود. مصـرف همزمـان‌این دارو بـا نورآدرنـالین باعث افزایش فشارخون و با آدرنالین باعث زیادی فشارخون وآریتمی می‌گردد اما تجویز همزمان بابی‌حس کننده‌های موضـعی حاوی آدرنالین‌بنظر می‌رسد که بی‌خطر باشـند. سایمتیدین‌با مهار متابولیسم این دارو، غلظت‌پلاسمایی آن را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصـیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصـرف دارو پرهیز شود. در صورت نیـاز،کـاهش مقـدار مصـرف بتدریـج در طول یک‌دوره حداقل ۴ هفته‌ای باید انجام شود.

۲ ـ در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش‌تمایل به خودکشی باید بیمار را تحت‌نظرقرار داد.

۳ ـ بیش از یک داروی ضدافسردگی دریک‌زمان نباید تجویز شود.

۴ ـ برای شروع اثرات درمانی این داروحداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵ ـ درمان سالمندان باید با حداقل مقدارشروع شود زیرا به عوارض جانبی این‌دارو حساس ترند.

۶ ـ به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویزیکباره مقادیر آن در موقع خواب کفایت‌می کند.

۷ ـ به بیمار یادآوری شود که در صورت‌بروز علائم آنتی‌موسکارینی به درمان‌ادامه دهد چون به این اثرات تا حدی تحمل‌حاصل می‌شود.

۸ ـ در صورت وجود سابقه مصرف مهارکننده‌های آنزیم MAO توسط بیمار، بایددو هفته بعد از قطع آن مصرف این دارو راآغاز نمود.

۹ ـ در صورت ضرورت مصرف داروهای‌مهار کننده MAO باید حداقل یک هفته میان‌قطع این دارو و شروع مصرف داروی‌جدید فاصله ایجاد شود.

۱۰ ـ این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن‌است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند،مثل رانندگی تأثیر بگذارد.

مقدار مصرف در افسردگی ابتدا تا حداکثر۷۵ mg/day در مقادیر منقسم مصرف‌می‌شود و سپس بتدریج تا میزان ۱۵۰–۲۰۰ میلی‌گرم افزایش می‌یابد (تا ۳۰۰ میلی‌گرم در بیماران بستری . ممکن‌است تا حداکثر ۱۵۰ میلی‌گرم بصورت یک‌جا در موقع خواب تجویز شود. مقدارداروی نگهدارنده ۵۰–۱۰۰ mg/day است در سالمندان ابتدا ۱۰ mg/day تجویزمی‌شود که بتدریج به ۳۰–۵۰ میلی‌گرم‌افزایش می‌یابد. برای درمان شب‌ادراری در کودکان ۷ ساله ۲۵ میلی‌گرم ۸–۱۱ساله ۲۵–۵۰ میلی‌گرم بیش از ۱۱ سال۵–۷۵ میلی‌گرم در موقع خواب تجویزمی‌شود. حداکثر دوره درمان ۳ ماه‌می‌باشد.

اشکال دارویی

:As HCl

Coated Tablet: ۱۰ mg, ۲۵ mg, ۵۰ mg

Injection: ۲۵ mg/۲ml

MAPROTILINE HCl

موارد مصرف این دارو برای بهبود بیماری‌افسردگی بخصوص وقتی تسکین لازم‌باشد، تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو برداشت مجددسروتونین و نوراپی نفرین به داخل پایانه‌عصبی را مهار می‌کند و در نتیجه باعث‌افزایش تحریک گیرنده‌ها می‌شود.

فارماکوکینتیک ماپروتیلین از طریق‌خوراکی جذب متغیری دارد. در کبدمتابولیزه شده و دارای متابولیت فعال‌می‌باشد. ۸۸٪ دارو به پروتئین‌های پلاسمامتصل می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی آن۵۲ـ۲۱ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه بیماری صرع یا بیماری شدید کبدی‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

بیماری قلبی (بخصوص آریتمی ، سابقه‌صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری‌تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا،سایکوز، گلوکوم با زاویه باریک سابقه‌احتباس ادراری درمان همزمان با شوک‌الکتریکی

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف این داروواجتناب شود.

۳ ـ این دارو با ایجاد خواب آلودگی دراعمالی که نیاز به دقت دارند، مثل رانندگی اختلال ایجاد می‌کند.

عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، اختلال در تطابق وافزایش فشار داخل چشم یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن افت فشار خون‌وضعیتی افزایش ضربان قلب سنکوپ آریتمی تعریق بثورات جلدی لرزش‌دست کهیر، اختلالات رفتاری (بخصوص‌در کودکان ، هیپومانیا، توهم (بخصوص‌در سالمندان ، افزایش اشتها، تغییر وزن تشنج اختلالات حرکتی و دیسکینزی تب

آگرانولوسیتوز، لوکوپنی ائوزینوفیلی ترومبوسیتوپنی کاهش سدیم خون واختلال در عملکرد کبد از عوارض جانبی‌دارو هستند.
تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ضد آریتمی‌خطر بروز آریتمی افزایش می‌یابد.ریفامپین غلظت پلاسمایی این دارو راکاهش داده و موجب کاهش اثرات آن‌می‌شود. در صورت مصرف همزمان باداروهای ضد افسردگی مهار کننده آنزیم‌مونوآمینواکسیداز، تحریک سیستم‌اعصاب مرکزی و افزایش فشار خون رخ‌می‌دهد. این دارو اثر ضد تشنج داروهای‌ضد صرع را کاهش می‌دهد. در صورت‌مصرف همزمان با آنتی هیستامین‌ها،اثرات سداتیو و آنتی موسکارینی افزایش‌می‌یابد. مصرف همزمان این دارو باترفنادین موجب افزایش خطر بروزآریتمی بطنی می گردد. این دارو اثرداروهای کاهنده فشار خون را افزایش‌داده اما اثر کلونیدین و گوانیتیدین راکاهش می‌دهد. مصرف همزمان این دارو باداروهای ضد جنون فنوتیازینی موجب‌افزایش غلظت پلاسمایی این دارو وافزایش اثرات ضد موسکارینی می گردد.این دارو اثر شل کننده عضلانی باکلوفن راافزایش می‌دهد. داروهای ضد بارداری‌خوراکی اثر ضد افسردگی این دارو راکاهش می‌دهند. سایمتیدین غلظت‌پلاسمایی این دارو را افزایش می‌دهد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ قطع مصرف این دارو‌باید بتدریج انجام شود.
۲ ـ مصرف این دارو بایستی حداقل ۲ هفته‌پس از قطع مصرف داروی ضد افسردگی‌مهار کننده آنزیم آمینواکسیداز شروع‌شود. با این وجود، حداقل یک هفته پس ازقطع مصرف این دارو، می‌توان مصرف‌سایر داروهای ضد افسردگی را آغازنمود.
مقدار مصرف در ابتدا ۷۵ ـ ۲۵ میلی گرم سالخوردگان ۳۰ میلی گرم در روز در ۳مقدار منقسم یا به‌صورت مقدار واحدهنگام خواب مصرف می‌شود که درصورت نیاز می‌توان مقدار مصرف را تاحداکثر ۱۵۰mg/day به‌صورت تدریجی‌افزایش داد. مصرف این دارو در کودکان‌توصیه نمی‌شود.
اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg, ۷۵ mg

NORTRIPTYLINE HCI

موارد مصرف نورتریپ‌تیلین برای درمان‌بیماری افسردگی و نیز شب ادراری درکودکان تجویز می‌شود.
مکانیسم اثر: از طریق مهار برداشت مجددنوراپی‌نفرین و سروتونین توسط پایانه‌سلول عصبی پیش‌سیناپسی غلظت‌سیناپسی آنها را در سیستم عصبی‌مرکزی افزایش می‌دهد.
فارماکوکینتیک این دارو پس از تجویزخوراکی به سرعت و بطور کامل جذب‌می‌شود. دارای متابولیسم گذر اول کبدی‌است راه دفع دارو کلیوی است
موارد منع مصرف در موارد سکته قلبی‌آریتمی (بخصوص ایست قلبی ، حالات‌مانیک و نارسائی کبدی نباید مصرف‌شود.
هشدارها: در موارد زیر مصرف این دارو بااحتیاط صورت گیرد:
بیماری قلبی عروقی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری‌تیروئید، فئوکروموسیتوم سابقه مانیا،جنون گلوکوم با زاویه بسته سابقه‌احتباس ادراری الکتروشوک درمانی‌همزمان و پورفیری
عوارض جانبی خشکی دهان خواب‌آلودگی تاری دید، یبوست تهوع اشکال در ادرار کردن عوارض قلبی ـعروقی تداخل در فعالیت جنسی تغییرات‌قند خون افزایش اشتها و وزن از عوارض‌جانبی دارو هستند.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای ضد آریتمی خطر آریتمی بطنی راافزایش می‌دهد. مصرف همزمان این داروبا مهار کننده‌های آنزیم MAO باعث‌تحریک CNS و بالا رفتن فشار خون‌می گردد. این دارو از طریق کاهش آستانه‌تشنج با اثر داروهای

ضـد صـرع مقابله‌می کنـد. بعضـی از داروهای ضـد صـرع باکاهش غلظت پلاسـمایی نورتریپ‌تیلین اثرضد افسـردگی آن را کاهش می‌دهنـد. این‌دارو اثر پایین‌آورنـده فشار خون کلونیدین‌و گوانتیدین را کاهش می‌دهد و در صورت‌قطع ناگهانی این دو دارو، خطر افزایش‌فشار خون زیاد می‌شود.

مصـرف همزمـان ایـن دارو بـا فنوتیازین‌هـاموجب افزایش عـوارض جانبی‌آنتی‌موسـکارینی می‌شـود. مصـرف‌همزمان این داروهـا با نورآدرنـالین بـاعث‌افزایش فشـار خون و آریتمی می گردد امامصـرف همزمـان بـا بی‌حس کننده‌های‌موضـعی حـاوی آدرنـالین بنظر می‌رسد که‌بی‌خطر باشد. سایمتیدین با مهارمتابولیسم این دارو، غلظت پلاسمایی آن راافزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف دارو پرهیز شود. در صورت نیاز،کاهش مقـدار مصـرف بتدریـج و در طول یک‌دوره حداقل ۴ هفته‌ای باید صورت گیرد.

۲ ـ در هفته‌های اول درمان به دلیل افزایش‌تمایل به خودکشی باید بیمار تحت‌نظرباشد.

۳ ـ بیش از یک داروی ضد افسردگی دریک زمان نباید تجویز شود.

۴ ـ برای شروع اثرات درمانی این داروحداقل ۲ هفته وقت لازم است

۵ ـ درمان سالمندان باید با حداقل مقدارمصرف شروع شود زیرا به عوارض‌جانبی این دارو حساس‌ترند.

۶ ـ به علت نیمه عمر طولانی دارو، تجویزیکباره مقادیر آن در موقع خواب کفایت‌می کند.

۷ ـ به بیمار یادآوری شود که در صورت‌بروز علائم آنتی‌موسـکارینی به درمان‌ادامه دهـد چون به این اثرات تا حـدی تحمل‌حاصـل می‌شود.

۸ ـ در صورت وجود سابقه مصـرف مهارکننده‌های آنزیم MAO توسط بیمار، بایددو هفته بعد از قطع آن مصـرف این دارو راآغاز نمود.

۹ ـ در صورت ضـرورت مصرف داروهای‌مهار کننده MAO باید حداقل یک هفته میان‌قطع این دارو و شـروع مصرف داروی‌جدید فاصله ایجاد شود.

۱۰ ـ این دارو باایجاد خواب‌آلودگی ممکن‌است بر اعمالی که نیاز به مهارت دارند مثل‌رانندگی تأثیر بگذارد.

مقـدار مصـرف در افسـردگی درمـان بامقـادیر کم‌آغاز و در صورت لزوم تا۱۰۰-۷۵ mg/day در مقـادیر منقسم یـا یکجاافزایش می‌یابد. (حداکثر مقدار مصرف ۱۵۰ mg/day در بیماران بستری می‌باشـد).در مقادیر بیش از ۱۰۰ mg/day اندازه‌گیری‌غلظت پلاسمایی باید انجام شود. در بالغین‌و سالمندان ۳۰-۵۰mg/day به صورت‌منقسم مصرف می‌شود.

در شـب ادراری کودکـان ۷ سـاله ۱۰ میلی‌گرم ۸-۱۱ سـاله ۱۰-۲۰ میلی‌گرم بیش از ۱۱ سـال ۲۵-۳۵ میلی‌گرم در شب‌مصـرف می‌شود. حداکثر طول مدت‌مصرف ۳ ماه می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule/Scored Tablet (As HCl): ۱۰ mg,۲۵ mg

TRANYLCYPROMINE

موارد مصرف این دارو برای درمان‌بیماری افسردگی تجویز می‌شود.

مکـانیسم اثر: ترانیـل سایپرومین آنزیم‌مونوآمینواکسـیداز (MAO) را بصورت‌برگشت‌پـذیر مهـار می‌کنـد. کـاهش فعالیت این‌آنزیم موجب افزایش غلظت ناقلهای عصبی‌در محلهای ذخیره آنها و دسـتگاه عصبی‌مرکزی می گردد. این اثر، اساس فعالیت‌ضدافسـردگی این دارو می‌باشد.

فارماکوکینتیک این دارو از دستگاه گوارش‌بخوبی جذب می‌شود و در کبد متابولیزه‌می‌شود.

موارد منع مصرف در موارد نارسایی کبدی‌یا غیرطبیعی بودن تست‌های عملکرد کبد،بیماری عروق مغزی فئوکروموسیتوما،فازمانیک بیماران روانی دو قطبی و پرکاری‌تیروئید مصرف این دارو منع شده است

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر بااحتیاط مصرف شود:

دیابت بیماری قلبی ـ عروقی صرع اختلالات خونی درمان همزمان باالکتروشوک سالمندان زیادی فشار خون بیماران تحریک‌پذیر، پورفیری و جراحی

۲ ـ در طول درمان با این دارو فشارخون‌بیمار باید کنترل شود. در صورت بروزطپش قلب یا سر درد مداوم مصرف این‌دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی افت فشار خون وضعیتی وسرگیجه شایع‌ترین عوارض این داروهستند. سایر عوارض شامل‌خواب‌آلودگی بیخوابی بحران فشار خون‌همراه با سردرد ضربان‌دار، ضعف وخستگی خشکی دهان یبوست اختلال‌گوارشی تاری دید، سرخوشی افزایش‌میزان آنزیم‌های کبدی آریتمی لرزش‌دست و پا، مشکل در ادرار کردن تعریق تشنج بثورات جلدی اختلال جنسی لوکوپنی افزایش وزن توهم گیجی دراشخاص مستعد، یرقان نوریت ونوروپاتی محیطی هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو با مهار آنزیم‌مونوآمینواکسیداز، متابولیسم بعضی ازداروهای آمینی مثل داروهای مقلدسمپاتیک با اثر غیر مستقیم را که دربسیاری از فرآورده‌های ضد سرفه و ضداحتقان وجود دارند، مهار نموده و اثرمنقبض کننده عروقی آنها را ممکن استتشدید کند. همچنین اثر منقبض کننده‌عروقی تیرامین (موجود در بعضی غذاهامثل پنیر کهنه و محصولات تخمیری ممکن است بصورت خطرناکی تشدیدشود. نتیجه این تداخلات افزایش ناگهانی وخطرناک فشار خون است خطر این تداخل‌تا ۲ هفته پس از قطع مصرف داروی MAOIنیز وجود دارد.

مصرف همزمان این دارو با داروهای‌ضد درد ازجمله پتیدین و احتمالا سایر ضددردهای اپیوئیدی موجب تحریک یا مهارCNS می‌شود. مصرف همزمان این دارو باداروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای منجربه تحریک CNS و زیادی فشار خون‌می‌گردد. مصرف همزمان دارو باداروهای ضدافسردگی دسته SSRIs ممکن‌است باعث افزایش اثرات مضعف CNS وسمیت گردد. در صورت مصرف همزمان‌متفورمین و سولفونیل اوره‌ها اثر کاهنده‌قند خون آنها، افزایش می‌یابد. این دارو باکاهش دادن آستانه تشنج با اثرات ضدتشنجی داروهای ضد صرع ضدیت‌می‌کند. مصرف همزمان با داروهای ضدجنون منجر به تحریک CNSوهیپرتانسیون می‌گردد. مصرف همزماناین دارو با داروهای مقلد سمپاتیک موجب‌بحران زیادی فشار خون می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای بروز اثرات‌درمانی این دارو حداقل ۳ هفته وقت لازم‌است

۲ ـ قطع مصرف این دارو باید تدریج ?انجام‌شود.

۳ ـ از مصرف همزمان این دارو با سایرداروهای ضد افسردگی باید پرهیز شود.

۴ ـ سایر داروهای ضدافسردگی بایدحداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف این داروتجویز شوند.

۵ ـ مصرف این دارو باید حداقل یک هفته‌پس از قطع مصرف سایر داروهای‌ضدافسردگی و در مورد فلوکستین حداقل‌پنج هفته بعد، شروع شود.

۶ ـ از مصرف کاربامازپین ولوودوپا،حداقل تا ۲ هفته پس از قطع مصرف این‌دارو، پرهیز شود.

۷ ـ در صورت بروز طپش قلب یا سردردمداوم با این دارو، مصرف دارو باید قطع‌شود.

مقدار مصرف ابتدا ۱۰ میلی‌گرم دوبار درروز که حداکثر تا ساعت ۳ بعدازظهرمصرف می‌شود، تجویز می‌گردد. درصورت لزوم پس از یک هفته مقدار داروی‌روزانه را تا ۲۰ میلی‌گرم می‌توان افزایش‌داد. مقادیر بیش از ۳۰ میلی‌گرم را تحت‌مراقبت دقیق باید

تجویز نمود. مقدارداروی نگهدارنده ۱۰ mg/day است

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

TRAZODONE HCl

موارد مصرف ترازودون برای درمان‌افسردگی بخصوص وقتی تسکین لازم‌باشد تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو برداشت مجددسروتونین به داخل پایانه عصبی را مهارمی‌کند و در نتیجه سروتونین مدت زمان‌بیشتری گیرنده‌های خود را تحریک‌می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی‌جذب متغیر دارد. نیمه عمر پلاسمایی آن۴-۹ ساعت است در کبد متابولیزه شده ودارای متابولیت فعال می‌باشد. ۹۵ درصدبه پروتئین‌های پلاسما متصل می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود سکته‌اخیر قلبی آریتمی بیماری شدید کبدی فاز مانیک افسردگی دو قطبی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو بااحتیاط مصرف شود:

بیماری قلبی سابقه صرع سالمندان نارسایی کبدی بیماری تیروئید،فئوکروموسیتوم سابقه مانیا، سایکوز،گلوکوم با زاویه باریک سابقه احتباس‌ادراری درمان همزمان با شوک الکتریکی پورفیری

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف این دارو بایداجتناب شود.

۳ ـ این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی دراعمالی که نیاز به دقت دارند مثل رانندگی اختلال ایجاد می‌کند.

۴ ـ اگر با مصرف این دارو نعوظ مداوم‌بروز کرد، مصرف دارو بایستی بلافاصله‌متوقف گردد.

عوارض جانبی خشکی‌دهان خواب‌آلودگی تاری دید، اختلال در تطابق و افزایش فشارداخل چشم یبوست تهوع اشکال در ادرارکردن تعریق نعوظ مداوم بثورات جلدی لرزش دست کهیر، اختلالات رفتاری بخصوص در کودکان ، هیپومانیا، توهم بخصوص در سالمندان ، افزایش اشتها،تغییر وزن تشنج اختلالات حرکتی ودیسکنزی تب آگرانولوسیتوز، لوکوپنی ائوزینوفیلی ترومبوسیتوپنی هیپوناترمی و اختلال در عملکرد کبد ازعوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو با اثر ضدتشنجی داروهای ضد صرع مقابله می‌کندولی اثر سداتیو داروهای ضد اضطراب وخواب‌آور را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ضدافسردگی مهار کننده آنزیم‌مونوآمینواکسیداز موجب تحریک سیستم‌اعصاب مرکزی و افزایش فشار خون‌می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قطع مصرف این داروباید بتدریج انجام شود.

۲ ـ مصرف این دارو باید حداقل ۲ هفته پس‌از قطع مصرف داروهای ضد افسردگی‌مهار کننده آنزیم مونوآمینواکسیدازشروع شود. با این وجود حداقل یک هفته‌پس از قطع مصرف این دارو، می‌توان‌مصرف سایر داروهای ضد افسردگی راآغاز نمود.

مقدار مصرف در ابتدا ۱۵۰ میلی‌گرم سالخوردگان ۱۰۰ میلی‌گرم در روز درمقادیر منقسم بعد از غذا یا بصورت یکجاهنگام خواب مصرف می‌شود که درصورت نیاز تا ۳۰۰ mg/day قابل افزایش‌است در بیماران بستری حداکثر ۶۰۰ mg/day در مقادیر منقسم مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

(ASA (Acetylsalicylic Acid

موارد مصرف ASA در تسکین و درمان‌دردهای ملایم تا متوسط، نظیر کمر درد،دردهای گذرای عضلات اسکلتی دردهای‌قاعدگی و نیز تب مصرف می‌شود.همچنین اثر ضد التهابی آن در بعضی‌موارد و اثر ضد پلاکتی آن نیز درپیشگیری از تجمع پلاکت‌ها و ترومبوزمفید می‌باشد.

مکانیسم اثر: این دارو آنزیم‌سیکلواکسیژناز را مهار می‌کند، پلاکت‌هابخصوص به این اثر خیلی حساسند.همچنین اثرات ضدالتهابی آن از طریق‌مهار تولید آنتی‌بادی مهار آزاد شدن‌هیستامین بوسیله آنتی‌ژن و تثبیت‌نفوذپذیری مویرگها طی واکنش‌های‌ایمونولوژیکی اعمال می‌گردد.

فارماکوکینتیک ASA از راه خوراکی سریع?جذب شده و میزان جذب به زمان تخلیه‌معده pHمعده و فرمولاسیون داروبستگی دارد. جذب رکتال آهسته ناکامل وغیرقابل اطمینان است در بسیاری ازبافت‌ها خصوص ?در کبد متابولیزه و از راه‌ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در کودکان زیر ۱۲ سال احتمال بروز سندرم ری ، وجود زخم‌دستگاه گوارشی هموفیلی وجود یا سابقه‌حساسیت به سایر داروهای ضدالتهاب‌غیراستروئیدی (NSAIDs) نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماریهایی مانند آسم آلرژی آسیب‌های کلیوی یا کبدی کاهش‌آب بدن و کمبود G۶PD با احتیاط مصرف‌شود.

۲ ـ ASA درمان مناسبی برای کودکان مبتلابه بیماریهای خفیف نبوده و در بچه‌های‌زیر ۱۲ سال فرآورده‌های حاوی آن مگردر موارد خاص نظیر آرتریت جوانان نبایدمصرف شود.

عوارض جانبی تحریک ملایم دستگاه‌گوارش گاهی همراه با خونریزی بدون‌علامت و افزایش زمان خونریزی شایع‌است در بیماران حساس اسپاسم‌برونش‌ها و واکنش‌های پوستی ممکن‌است بروز نماید. نارسائی کلیوی کبدی وعوارض عصبی نظیر اغتشاش سرگیجه وزوز گوش تشنج و افسردگی و نیزاختلالات اسید ـ باز و اثرات تب‌زا ازعوارض وابسته به مقدار مصرف این دارومی‌باشند.

تداخل‌های دارویی اگر همراه با داروهای‌ضد انعقاد مصرف شود، خطر افزایش‌خونریزی وجود خواهد داشت مصرفASA همراه با فنی‌توئین و والپروات سبب‌افزایش اثر آنها می‌گردد. دفع داروهای‌اسیدی نظیر متوترکسات همزمان بامصرف ASA کاهش یافته و سمیت آن‌افزایش می‌یابد. ASA اثر اسپیرونولاکتون‌را مهار نموده و نیز دفع استازولامید راکاهش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در کودکان دارای‌علائم آنفلونزا یا آبله‌مرغان و زونا بدون‌مشورت با پزشک مصرف نشود.

۲ ـ فرآورده‌های خوراکی بدون پوشش‌روده‌ای با یا بعد از غذا مصرف شود.

۳ ـ دارو را با یک لیوان آب مصرف نموده‌و ۱۵-۳۰ دقیقه از خوابیدن پرهیز شود.

۴ ـ در صورت احساس سوزش موضعی به دنبال مصرف شیاف به پزشک مراجعه‌شود.

مقدار مصرف بعنوان ضد درد و ضد تب۳۰۰-۹۰۰ میلی‌گرم هر ۴ تا ۶ ساعت و درصورت لزوم حداکثر تا ۴ g/day مصرف‌می‌شود. به عنوان ضد التهاب ۴-۶ g/day وبعنوان ضد پلاکت ۱۵۰-۱۰۰ mg/dayمصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۱۰۰ mg

Enteric Coated tablet: ۸۰ mg, ۳۲۵ mg

Eff. Tablet: ۳۲۵ mg

Suppository: ۳۲۵ mg

Microcoated tablet: ۵۰۰ mg

(ASA Codeine: tablet (ASA ۵۰۰ mg +Codeine Phosphate ۱۰ mg

BUPIVACAINE

موارد مصرف بوپی‌واکائین بطور کلی‌برای ایجاد بیحسی موضعی و یا منطقه‌ای یااپی‌دورال در ناحیه کمر و یا خاجی وانسداد در ناحیه زیر عنکبوتیه و از طریق‌انفیلتراسیون یا انسداد عصبی دردندانپزشکی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: بیحس کننده‌های موضعی باتثبیت برگشت‌پذیر غشای سلولهای‌عصبی و در نتیجه کاهش نفوذپذیری این‌غشاء به یون سدیم شروع و هدایت‌رفلکسهای عصبی را متوقف می‌کنند. این‌عمل دپولاریزاسیون غشای سلول عصبی‌را مهار کرده و در نتیجه از انتشار پتانسیل‌عمل و هدایت بعدی تکانه‌های عصبی‌جلوگیری بعمل می‌آورد.

فارماکوکینتیک جذب سیستمیک این داروکامل است به پروتئینهای پلاسما به

مقدار زیاد متصل می‌شود. طول اثر

آن ۳-۱۰ ساعت است متابولیسم آن

عمدت ?کبدی است و از راه کلیه دفع‌می‌گردد.

موارد منع مصرف ۱ ـ در صورت وجودبلوک کامل قلبی خونریزی شدید، افت‌شدید فشار خون و شوک نباید از این داروبرای ایجاد انسداد در ناحیه زیرعنکبوتیه‌ای استفاده گردد.

۲ ـ در صورت وجود عفونت در موضعی‌که برای تزریق کمری در نظر گرفته شده این دارو برای ایجاد انسداد بکار نرود.

۳ ـ هر گونه سپتی سمی می‌تواند تحمل‌بیمار را نسبت به تزریق در ناحیه زیرعنکبوتیه کاهش دهد.

هشدارها: ۱ ـ در کودکان و سالخوردگان امکان بروز مسمومیت سیستمیک بااین‌دارو بیشتر است

۲ ـ در ناراحتیهای قلبی ـ عروقی بویژه‌انسداد قلبی و یا شوک و یا عفونت در محل‌تزریق با احتیاط مصرف گردد.

۳ ـ در صورت وجود بیماری‌های CNS و بیااختلالات انعقادی خون با احتیاط مصرف‌گردد.

۴ ـ فرآورده‌های حاوی مواد منقبض کننده‌عروق در بیماران مبتلا به بیماری‌های قلبی‌از جمله آریتمی و یا مبتلایان به پرکاری‌تیروئید با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی بطور کلی‌به مقدار مصرف غلظت زیاد پلاسمایی‌ناشی از ورود ناخواسته دارو به رگ کاهش تحمل بیمار، ناسازگاری فردی یاحساسیت مفرط بستگی دارد ضمن ?میزان‌عوارض ناخواسته بمحل تزریق نیزبستگی دارد. واکنش‌های سیستمیک ممکن‌است به سرعت و یا با تأخیر و تا ۳۰ دقیقه‌پس از تجویز دارو بروز کند. عوارض باشیوع کم آن عبارتند از: کبودی رنگ‌پوست اختلال بینایی و یا دوبینی تشنج سرگیجه زنگ زدن گوش لرزش یارعشه عصبانیت و یا بیقراری غیر عادی وتهوع و استفراغ

تداخل‌های دارویی داروهای مضعف CNS،ازجمله داروهایی که معمولاً ـ قبل ازبیهوشی و یا به عنوان کمک همراه باداروهای بیحس کننده موضعی مصرف‌می‌شوند و نیز سولفات منیزیم تزریقی دراگر همزمان با داروهای بیحس کننده‌موضعی مصرف گردند، ممکن است‌موجب تشدید تضعیف CNS شوند.داروهای مسدودکننده گیرنده بتاآدرنرژیک از طریق کاهش جریان خون‌کبدی سرعت متابولیسم دارو را کاهش‌داده و خطر مسمومیت با آنرا بالا ـ می‌برند.سایمتیدین متابولیسم این دارو را به تأخیرمی‌اندازد و در نتیجه احتمال خطرمسمومیت افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت حساسیت‌به سایر بیحس کننده‌ها این دارو با احتیاطو زیر نظر پزشک مصرف شود.

۲ ـ میزان داروی تجویز شده بدقت رعایت گردد.

۳ ـ بدلیل طولانی بودن زمان بیحسی بایددقت گردد که اعضای بیحس شده مجروح‌نگردند.

۴ ـ ممکن است با مصرف این دارو با غلظت۰/۲۵ درصد اعصاب بین دنده‌ای انسدادکامل پیدا کنند.

۵ ـ شدت انسداد حرکتی با غلظت ۰/۵درصد این دارو برای بار اول ممکن است‌بیشتر از دفعات بعد باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در بیحسی دم‌اسبی برای‌انسداد حرکتی متوسط، مقدار ۳۷/۵-۷۵میلی‌گرم (۱۵-۳۰ میلی‌لیتر) از محلول۰/۲۵ درصد مصرف می‌شود که درصورت نیاز هر سه ساعت یک بار می‌توان‌آنرا تکرار کرد و برای انسداد حرکتی‌متوسط تا کامل مقدار ۷۵-۱۵۰ میلی‌گرم ۱۵-۳۰ میلی‌لیتر) از محلول ۰/۵ درصد که‌در صورت نیاز هر سه ساعت قابل تکراراست مصرف می‌شود. در بیحسی خارج‌سخت شامه‌ای برای انسداد حرکتی جزئی‌تا متوسط مقدار ۲۵-۵۰ میلی‌گرم (۱۰-۲۰میلی‌لیتر) از محلول ۰/۲۵ درصد مصرف‌می‌شود و برای انسداد حرکتی متوسط تاکامل مقدار ۵۰-۱۰۰ میلی‌گرم (۱۰-۲۰میلی‌لیتر) از محلول ۰/۵ درصد مصرف‌می‌شود که در صورت نیاز، در هر دومورد می‌توان مقدار مصرف را هر سه‌ساعت یکبار تکرار نمود. برای‌انفیلتراسیون موضعی بصورت مقدارواحد تا ۱۷۵ میلی‌گرم (۷۰ میلی‌لیتر) ازمحلول ۰/۲۵ درصد مصرف می‌شود.برای انسداد اعصاب محیطی جهت انسدادحرکتی متوسط تا کامل مقدار ۱۲/۵-۱۷۵میلی‌گرم (۵-۳۷/۵ میلی‌لیتر) از محلول

۰/۵ درصد مصرف می‌شود. و در صورت‌نیاز می‌توان هر سه ساعت آنرا تکرار نمود.در موارد دیگر نیز به تناسب دارو موردتجویز قرار می‌گیرد حداکثر مقدار مصرف‌در بزرگسالان تا ۱۷۵ میلی‌گرم بصورت‌مقدار واحد یا ۴۰۰ mg/day می‌باشد.

کودکان مقدار مصرف این دارو درکودکان تعیین نشده است

اشکال دارویی

Injection(spinal): ٪۰.۷۵

(Injection: ٪۰.۲۵ (۲۰ ml

(Injection: ٪۰.۵ (۲۰ ml

BUPRENORPHINE

موارد مصرف این دارو بعنوان ضد دردبرای تسکین دردهای متوسط تا شدید ونیز قبل از عمل جراحی تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با تأثیر برگیرنده‌های اپیوئیدی در CNS، روندهای‌مؤثر بر ادراک درد و پاسخ به درد را تغییرمی‌دهد. ممکن است تا اندازه‌ای سبب‌تغییراتی در آزاد شدن واسطه‌های عصبی‌مختلف از اعصاب‌آورانی شود که به‌محرک‌های دردزا حساس هستند.

فارماکوکینتیک این دارو ۵ دقیقه پس ازتزریق عضلانی به حداکثر غلظت‌پلاسمایی می‌رسد. نیمه عمر دارو حدود ۳ساعت است قسمت عمده دارو بدون تغییردفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت افزایش‌فشار داخل جمجمه یا در ضربه مغزی‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد کاهش فشار خون کم‌کاری تیروئید، آسم و کاهش ذخیره‌تنفسی با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ برخلاف بیشتر داروهای اپیوئیدی فقطبخشی از اثرات این دارو توسط نالوکسون‌خنثی می‌شود.

۳ ـ از مصرف این دارو در موقع حمله‌آسمی اجتناب شود.

۴ ـ مصرف این دارو در معتادان به موادشبه مرفین می‌تواند موجب بروز علائم‌سندرم قطع داروی مخدر گردد.

عوارض جـانبی تهوع و اسـتفراغ (بخصوص‌در شـروع مصـرف دارو)، یبوست وخواب‌آلودگی از عوارض جانبی داروهسـتند. مقادیر زیاد این دارو موجب تضعیف‌تنفسی و افت فشار خون اشکال در ادرارکردن اسپاسم مجاری ادراری و صفراوی خشکی دهان تعریق سردرد، برافروختگی‌صورت سرگیجه کـاهش ضـربان قلـب طپش قلب افت فشـار خـون وضـعیتی کاهش‌دمـای بـدن هـذیان تنگی مردمک چشم خماری تغییر خلق و خو، وابستگی بثورات‌جلدی کهیر و خارش می‌شود.

تداخل‌های دارویی داروهای ضد جنون‌اثرات تسکین دهنده و کاهش فشار خون‌این دارو را افزایش می‌دهند. داروهای ضداضطراب اثر سداتیو این دارو را افزایش‌می‌دهند. این دارو با اثرات گوارشی‌متوکلوپرامید و سیزاپراید ضدیت می‌کند.

نکات قابل توصیه در سالمندان و افرادناتوان مقدار مصرف این دارو کاهش یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۰/۳-۰/۶ میلی‌گرم درهر ۶-۸ ساعت تزریق عضلانی یا تزریق‌آهسته داخل وریدی می‌گردد.

کودکان در کودکان بیش از ۶ ماهه مقدار۳-۶ mcg/kg هر ۶-۸ ساعت (حداکثر تا۹ mcg/kg) تزریق می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۳ mg/ml

CHLORDIAZEPOXIDE

موارد مصرف این دارو در درمان کوتاه‌مدت اضطراب و بصورت کمکی در درمان‌علائم حاد قطع مصرف الکل مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: با اثر برگیرنده‌های‌اختصاصی در غشای سلول عصبی اثرمهاری گاماآمینوبوتیریک اسید (GABA)راکه در تمام نواحی CNS باعث مهارپیش‌سیناپسی و پس سیناپسی می‌گردد،تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی جـذب‌می‌شود. تمایل زیادی برای اتصال به‌پروتئین‌های پلاسـمایی دارد. در کبـدمتابولیزه شـده و به متابولیت‌های فعال‌تبدیل می‌شود. نیمه عمر آن ۵-۳۰ ساعت ودفع آن از طریق کلیه می‌باشد.

موارد منع مصـرف در موارد تضعیف‌تنفسـی نارسـایی حاد ریوی حالات فوبیک‌سایکوز مزمن افسـردگی و اضـطراب‌همراه آن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماری تنفسـی ضعف‌عضـلانی بیماران با سابقه مصـرف نابجای‌دارو و الکل و یا افراد با اختلال شخصیتی‌با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ در افراد مسن نارسائی کبدی و کلیوی‌مقدار مصرف دارو باید کاهش پیدا کند.

۳ ـ از مصرف طولانی مدت خودداری‌گردد.

۴ ـ برای جلوگیری از بروز عوارض قطع مصرف دارو را باید بتدریج قطع کرد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی روز بعد ازمصـرف گیجی و عدم تعادل (بخصوص درافراد مسن ، فراموشی وابستگی تحریک‌پذیری غیر عـادی و در برخی مواردسـردرد، سـرگیجه افت فشـار خون افزایش‌ترشـحات بزاق کرامپ و درد در ناحیه شـکم بثورات جلـدی اختلال بینائی تغییر در میل‌جنسی احتباس ادرار، اختلالات خونی ویرقان از عوارض جانبی دارو هستند.

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمـان باداروهـای مضـعف CNS، ضـد دردهای‌مخـدر، بیهـوش کننـده‌های عمومی مهارکننـده‌های مونوآمینواکسیداز (MAO)،ضـد افسـردگی‌های سه‌حلقه‌ای و داروهای‌پـایین آورنـده فشار خون که باعث تضـعیفCNS می‌شوند (ماننـد کلونیدین و متیل‌دوپا)و رزرپین ممکن است اثر مضـعف CNS این‌دارو را تشدید نماید. آنتی‌اسـیدها جذب‌کلردیازپوکساید را بـه تـأخیر می‌اندازنـد.کاربامـازپین متـابولیسم کلردیازپوکسایـدرا افزایش و غلظـت سـرمی آن را کاهش‌می‌دهـد. سایمتیـدین

متابولیسم کلردیازپوکساید را مهار کرده سبب‌افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو وابستگی‌ایجاد می‌کند و باید بیش از مقدار توصیه‌شده مصرف نشود.

۲ ـ اگر بعد از چند هفته اثر درمانی کاهش‌یابد به پزشک مراجعه شود.

۳ ـ در صورت بروز خواب‌آلودگی سرگیجه منگی از دست دادن مهارت درانجام کار بخصوص در افراد مسن دارو بااحتیاط مصرف شود.

مقدار مصرف در درمان اضطراب ۱۰میلی‌گرم سه بار در روز مصرف می‌شودکه در صورت نیاز می‌تواند تا ۶۰-۱۰۰mg/day در مقادیر منقسم افزایش‌یابد. مقدار مصرف دارو در افراد مسن‌نصف مقدار توصیه شده می‌باشد.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۵mg, ۱۰ mg

CHLORPROMAZINE HCI

موارد مصرف کلرپرومازین در اختلالات‌روانی نظیر اسکیزوفرنی جنون مانیا ونیز بصورت داروی کمکی در درمان‌هیجان شدید و اختلالات روانی ـ حرکتی ونیز بعنوان ضد تهوع و درمان سکسکه‌شدید بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: کلرپرومازین اثر درمانی خودرا بطور عمده با مهار گیرنده‌های پس‌سیناپسی دوپامین در سیستم اعصاب‌مرکزی در مسیر مزولیمبیک ومزوکورتیکال اعمال می‌نماید. همچنین گیرنده‌های موسکارینی هیستامینی سروتونینی و آلفا ـ آدرنرژیک بوسیله این‌دارو تحت تأثیر قرار می‌گیرند.

فارماکوکینتیک با مصرف خوراکی کلرپرومازین جذبی سریع دارد اما تحت‌تأثیر عبور اول کبدی قرار می‌گیرد. دارومتابولیسم کبدی وسیعی داشته (بعضی ازمتابولیت‌ها فعال هستند) و از راه صفرا وادرار دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف همراه با سایر داروهای‌تضعیف کننده CNS، همراه با سایرداروهای تضعیف کننده مغز استخوان ونیز در بیماری فئوکروموسیتوم نبایدمصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ کلرپرومازین در بیماریهای‌قلبی ـ عروقی عروق مغزی تنفسی پارکینسون صرع و عفونت حاد، صدمات‌کلیوی و کبدی باید با احتیاط مصرف‌شود.

۲ ـ در بیماران با سابقه یرقان یا لوکوپنی کم‌کاری تیروئید، میاستنی گراو،هیپرتروفی پروستات و گلوکوم با زاویه‌بسته خصوص ?در افراد مسن با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی علائم خارج هرمی و درمصرف طولانی مدت گاهگاهی دیسکینزی‌دیررس کاهش دمای بدن (گاهی تب ،خواب‌آلودگی بی‌ثباتی خلقی رنگ‌پریدگی کابوس شبانه بی‌خوابی وافسردگی ممکن است ایجاد گردد. آثار ضدموسکارینی نظیر خشکی دهان احتقان‌بینی یبوست اشکال در دفع ادرار و تاری‌دید از عوارض شایع دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف آن همزمان باداروهای ضد آریتمی خطر ایجادآریتمی‌های بطنی را افزایش می‌دهد.مصرف کلرپرومازین به همراه ضدافسردگیها، سبب افزایش غلظت پلاسماییو اثرات ضد موسکارینی آنها خصوص?انواع سه حلقه‌ای می‌گردد. کلرپرومازین بااثر داروهای ضد صرع (با کاهش آستانه‌تشنج مقابله می‌نماید. مصرف‌فنوتیازین‌ها همراه ترفنادین خطر آریتمی‌بطنی را افزایش می‌دهد. پروپرانولول‌غلظت پلاسمایی کلرپرومازین را افزایش‌می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بیمار باید تا ۳۰ دقیقه‌پس از تزریق عضلانی دارو در حالت‌خوابیده قرار گیرد.

۲ ـ تزریق عضلانی دارو دردناك بوده وممکن است سبب کاهش فشار خون وتاکی‌کاردی شود.

۳ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو بایدخودداری شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان کلرپرومازین دراسکیزوفرنی و سایر اختلالات روانی مانیا، تحریکات روانی ـ حرکتی هیجان درمان کمکی در هیجان شدید در کوتاه‌مدت ابتدا به میزان ۲۵ میلی گرم ۳ بار درروز (یا ۷۵ میلی گرم هنگام شب و برحسب پاسخ‌دهی بیمار مصرف می‌شود.مقدار معمول داروی نگهدارنده ۷۵–۳۰۰میلی گرم در روز است (ولی در اختلالات‌روانی روزانه به بیش از یک گرم ممکن‌است نیاز باشد). در افراد مسن یا ضعیف‌به میزان نصف تا یک سوم میزان مصرف‌در بزرگسالان مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان (اسکیزوفرنی دوران‌کودکی ۱ تا ۵ سال ۵۰۰ mcg/kg هر ۴ تا ۶ساعت (ماکزیمم ۴۰ میلی گرم روزانه و۶–۱۲ سال یک سوم تا نصف بزرگسالان ماکزیمم ۷۵ میلی گرم روزانه مصرف‌شود.

تزریقی

بزرگسالان تزریق در عمق عضله (برای‌تسکین علائم حاد بیماری بمیزان ۲۵–۵۰میلی گرم هر ۶ تا ۸ ساعت مصرف می‌شود.

کودکان در سنین ۵ ـ ۱ سال به میزان۵۰۰mcg/kg هر ۸ ـ ۶ ساعت (ماکزیمم ۴۰میلی گرم در روز) و در کودکان ۱۲ـ۶ سال‌مقدار ۵۰۰mcg/kg هر ۸ ـ ۶ ساعت (حداکثر۷۵ میلی گرم در روز) مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

Injection: ۵۰ mg/ ۲ml

CITICOLINE

موارد مصرف سیتی کولین در ضربه‌های‌مغزی در مراحل حاد و تحت حاد آسیب‌عروق مغزی استفاده می گردد.

مکانیسم اثر: به نظر می‌رسد این دارو باتحریک بیوسنتز فسفولیپدها و کاهش‌التهاب باعث تثبیت غشاء سلولی می گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از سد خونی ـمغزی عبور می کند.

هشدارها: این دارو اثر کاهنده فشار خون‌ندارد، بنابراین در صورت آسیبهای عروق‌مغزی ناشی از فشار خون این داروجایگزین داروهای ضد فشار خون‌نمی گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مرحله حاد آسیب عروق‌مغزی مقدار ۵۰۰–۷۵۰ میلی گرم در مقادیرتقسیم شده طی ۲۴ ساعت تزریق عضلانی‌می گردد. در عوارض و خونریزیهای‌مغزی بعد از تصادف مقدار ۲۵۰ میلی گرم‌در ۲۴ ساعت مصرف می‌شود.

کودکان مقدار ۲۵۰ میلی گرم در دو مقدارمنقسم طی ۲۴ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/ ۲ml

CLOBAZAM

موارد مصرف کلوبازام برای درمان کمکی‌صرع و اضطراب (مصرف کوتاه مدت تجویز می گردد.

مکانیسم اثر: این دارو با تحریک‌گیرنده‌های گابا موجب تقویت اثر مهاری‌این واسطه شیمیایی در سیستم اعصاب‌مرکزی می گردد.

در نتیجه موجب تضعیف‌فعالیت تشنجی کانونهای صرع در مغزمی گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب و در کبد متابولیزه می‌شود.متابولیت‌های آن از طریق ادرار دفع‌می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت تضعیف‌تنفس نارسایی حاد تنفسی و نارسایی‌شدید کبدی کلوبازام نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو باید بااحتیاط فراوان تجویز شود: بیماری‌تنفسی ضعف عضلانی (بخصوص‌میاستنی گراو)، اختلال شدید شخصیتی وپورفیری

۲ ـ از مصرف طولانی مدت این دارو و ازقطع ناگهانی مصرف آن نیز باید اجتناب‌شود.

۳ ـ در درمان اضطراب نباید از این دارو به‌تنهایی استفاده کرد، ضمن آنکه بایستی‌مدت تجویز آن بعنوان داروی ضداضطراب کوتاه باشد.

۴ ـ در درمان اضطراب کودکان فقطموقعی که شدید و ناشی از ترس بوده ومنجر به بی‌خوابی گردد، این دارو تجویزمی‌شود.

۵ ـ مصرف این دارو توسط کسانی که‌دارای اختلال شخصیتی هستند، ممکن‌است موجب وابستگی گردد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی توهم عدم‌تعادل (بخصوص در سالمندان ،فراموشی وابستگی افزایش حالت‌تهاجمی (بصورت متناقض ، گهگاه‌سردرد، سرگیجه کمی فشار خون اختلال‌گوارشی بثورات جلدی اختلال دید وتغییر میل جنسی از عوارض جانبی این‌دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای هوشبر، داروهای ضددرد شبه تریاک داروهای ضد افسردگی وضد جنون آنتی‌هیستامین‌ها، داروهای‌مسدد گیرنده آلفا آدرنرژیک و باکلوفن‌موجب افزایش اثر سداتیو می‌شود.سایمتیدین با مهار متابولیسم این داروموجب افزایش غلظت پلاسمایی و اثرسداتیو آن می‌شود. اریترومایسین ایزونیازید، کتوکونازول و ریفامپین باافزایش متابولیسم کبدی این دارو موجب‌کاهش غلظت پلاسمایی آن می‌شوند. این‌دارو موجب افزایش اثر کاهنده فشار خون‌داروهای ضد زیادی فشار خون می گردد.این دارو با اثرات لوودوپا ضدیت می کند.

نکات قابل توصیه این دارو با ایجادخواب‌آلودگی بر انجام کارهایی که نیاز به‌مهارت دارند مثل رانندگی تأثیر می گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان صرع و اضطراب ۲۰-۳۰ میلی‌گرم و حداکثر ۶۰ mg/day مصرف می‌شود. مقدار مصرف درسالخوردگان ۱۰-۲۰ mg/day است

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۳ سال‌حداکثر تا نصف مقدار مصرف بزرگسالان‌تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

CLONAZEPAM

موارد مصرف این دارو در درمان حمله‌مداوم صرعی صرع میوکلونوس و سایرانواع صرع بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر برگیرنده اختصاصی درغشای سلول عصبی اثر مهاری گاماآمینوبوتیریک اسید (GABA) را که در تمام‌نواحی CNS باعث مهار پیش‌سیناپسی وپس سیناپسی می گردد، تسهیل کرده باافزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی وطی ۱-۲ ساعت به خوبی جذب می‌شود. درکبد متابولیزه شده و از کلیه دفع می گردد.نیمه عمر دارو طولانی است

موارد منع مصرف در موارد تضعیف‌تنفسی و نارسایی حاد ریوی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماری تنفسی نارسایی کبدی و کلیوی و پورفیری با احتیاطمصرف شود.

۲ ـ احتمال بروز کمی فشار خون و آپنه درزمان مصرف این دارو وجود دارد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی خستگی ضعف عضلانی اشکال در تمرکز حواس افزایش جریان بزاق پرخاشگری (واکنش‌متناقض ، تحریک‌پذیری و تغییرات روانی از عوارض این دارو است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای مضعف CNS، ضد دردهای‌مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهارکننده‌های مونوآمینو اکسیداز(MAO)، ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای وداروهای پایین‌آورنده فشار خون که باعث‌تضعیف CNSمی‌شوند (مانند کلونیدین ومتیل‌دوپا) و رزرپین ممکن است اثرمضعف CNS این دارو را تشدید نماید.آنتی‌اسیدها جذب کلونازپام را به تأخیرمی‌اندازند. مصرف همزمان با تری‌متافان‌قبل از عمل جراحی باعث تشدید اثرپایین‌آورنده فشار خون شده و خطرسقوط شدید فشار خون شوک و کلاپس‌قلبی ـ عروقی را در حین جراحی افزایش‌می‌دهد. مصرف همزمان با کاربامازپین‌سبب افزایش متابولیسم و کاهش غلظت‌سرمی کلونازپام می گردد. سایمتیدین‌متابولیسم کلونازپام را مهار کرده و سبب‌افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌شود.ایزونیازید ممکن است از طریق مهار دفع‌کلونازپام غلظت پلاسمایی آن را افزایش‌دهد. ریفامپین ممکن است متابولیسم‌کلونازپام را افزایش دهد و منجر به کاهش‌غلظت سرمی آن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی داروپرهیز شود.

۲ ـ این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی برانجام کارهایی که نیاز به مهارت دارند،ممکن است تأثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا ۱ میلی‌گرم (درسالمندان ۰/۵ میلی‌گرم در شب بمدت ۴شب مصرف می‌شود که طی ۲-۴ هفته به‌مقدار نگهدارنده روزانه ۴-۸ میلی‌گرم درمقادیر منقسم افزایش می‌یابد.

کودکان در کودکان یک ساله و کمتر ۰/۲۵میلی‌گرم (تا حد ۱ ـ ۰/۵ میلی‌گرم قابل‌افزایش است و در سنین ۱-۵ سال ۰/۲۵میلی‌گرم (تا حد ۱-۳ میلی‌گرم قابل افزایش‌است ، کودکان ۵-۱۲ سال ۰/۵ میلی‌گرم (تاحد ۳-۶ میلی‌گرم قابل افزایش است ،مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱ mg

CLOZAPINE

موارد مصرف کلوزاپین برای درمان‌شیزوفرنی در بیمارانی که به سایرداروهای ضدسایکوز پاسخ نمی‌دهند یانسبت به آن داروها عدم تحمل دارند،مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ضد سایکوز این داروناشی از مسدود کردن گیرنده‌های‌دوپامینی در مسیر دوپامینرژیک ـمزولیمبیک و مزوفرونتال در سیستم‌اعصاب مرکزی می‌باشد. این دارو دارای‌اثر مسدد گیرنده‌های آلفا آدرنرژیک وموسکارینی نیز می‌باشد.

فارماکوکینتیک کلوزاپین از راه خوراکی‌جذب ناقصی دارد و دچار متابولیسم گذراول کبدی می‌شود. دارو در کبد متابولیزه‌و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودسابقه نوتروپنی و آگرانولوسیتوز ناشی‌از دارو، اختلالات مغز استخوان سایکوزالکلی و سمی سابقه کلاپس جریان خون یافلج ایلئوس اغما، یا تضعیف شدید سیستم‌اعصاب مرکزی و وجود نارسایی شدیدکبدی یا کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر با احتیاطفراوان تجویز شود:
بیماری قلبی ـ عروقی بیماری عروق‌مغزی بیماری تنفسی پارکینسون صرع عفونت‌های حاد، نارسایی کبدی یا کلیوی سابقه یرقان کم‌کاری تیروئید، میاستنی گراو، بزرگی پروستات گلوکوم با زاویه‌بسته و سالمندان (بخصوص در هوای‌بسیار گرم یا بسیار سرد).
۲ ـ قبل از شروع درمان با این دارو، بایـد ازشـمارش سـلولهای خونی و بخصوص‌لوکوسیت و از طبیعی بودن میزان‌سلولهای خونی اطمینان حاصل کرد.
۳ ـ در طول درمـان بـا این دارو، می‌بایست‌در ۱۸ هفته اول درمـان بصورت هفته‌ای‌یکبـار و پس از ۱۸ هفته حـداقل هر ۴ هفته‌یکبار شمارش سلولهای خونی انجام شود.در صورت کاهش شدید گلبول‌های سفیدمصرف دارو باید قطع شود.
۴ ـ از مصـرف همزمان داروهایی که تولیدلوکوسیت‌ها را تضـعیف می‌کننـد مثل‌کوتریموکسازول و کاربامازپین باکلوزاپین اجتناب شود.
۵ ـ از قطع ناگهانی مصرف این داروواجتناب شود تا از بروز علائم قطع مصرف‌و عود بیماری جلوگیری گردد.
عوارض جانبی تسکین روانی نوتروپنی وآگرانولوسیتوز کشنده سردرد و گیجی افزایش ترشح بزاق مشکل در دفع ادرار،نعوذ دائم پریکـاردیت و میوکـاردیت هـذیان نـدرت ?تغییرات فشـار خـون تهوع واسـتفراغ افزایش قنـد خون عوارض خـارج‌هرمی کـاهش یا افزایش دمای بـدن رنگ‌پریـدگی کابوس شـبانه خشـکی دهان احتقان بینی یبوست تاری دیـد، آریتمی افزایش تعـداد ضـربان قلب اختلال درقاعـدگی گالا ـ کتوره ژینکومـاستی افزایش‌وزن نـاتوانی جنسـی کم‌خونی همولیتیـک بثورات جلـدی و یرقـان از عوارض جانبی‌دارو هستند.
تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمـان این‌دارو بـا داروهـای کاربامازپین کوتریموکسازول کلرامفنیکل سولفونامیـدها و پنی‌سیلامین خطرتضعیف شدید مغز استخوان و بروزآگرانولوسیتوز را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای هوشبر،داروهای ضد درد شبه تریاک داروهای‌ضد اضطراب و خواب‌آور موجب افزایش‌اثر سداتیو می‌شود. اریترومایسین وسایمتیدین متابولیسم این دارو را مهـار وموجب افزایش غلظت پلاسـمایی آن‌می‌شونـد. مصـرف همزمـان کلوزاپین باداروهـای ضـد افسـردگی مهار کننـده آنزیم‌مونوآمینواکسیداز، موجب افزایش اثرات‌این داروها می‌شود. این دارو با اثر پایین‌آورنـده قند خون سولفونیل اوره‌ها و اثرضـد تشنجی داروهای ضد صرع ضدیت‌می‌کند. فنی‌توئین متابولیسم کلوزاپین راتسریع می‌کند. مصرف همزمان این دارو باترفنادین خطر بروز آریتمی بطنی راافزایش می‌دهد. این دارو با لیتیوم و نیزمتیل‌دوپا خطر بروز عوارض خارج هرمی‌را بالا می‌برد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ قطع مصـرف داروبتدریج و طی حداقل ۱–۲ هفته انجام شود.در صورتی که قطع یکباره مصـرف داروضروری باشد، بیمار باید تحت نظر باشد.
۲ ـ به بیمار توصیه شود که در صورت‌بروز هرگونه عفونت پزشک معالج خود رامطلع کند.
۳ ـ در آغاز درمان بااین دارو، بدلیل بروزکلاپس ناشی از افت فشار خون بیمار بایدتحت مراقبت دقیق پزشکی باشد.
مقدار مصـرف در روز اول شـروع درمان۱۲/۵ میلی‌گرم یـک یـا دو بـار در روز و روزدوم ۲۵–۵۰ میلی‌گرم مصرف می‌شود که‌در صورت تحمـل بیمار بتدریـج در مقادیر۲۵–۵۰ میلی‌گرم و طی ۱۴–۲۱ روز تا۳۰۰ mg/day در مقادیر منقسم افزایش‌می‌یابـد (تا مقدار ۲۰۰ mg/day را می‌توان‌بصورت یکباره در موقع خواب مصرف‌نمود). در صورت لزوم می‌توان با مقادیر۵۰–۱۰۰ میلی‌گرم یـک یـا دو بار در هفته مقـدار مصـرف را افزایش داد. مقدارمصـرف معمول ضـد سایکوز این دارو۴۵۰–۲۰۰ mg/day (حداکثر ۹۰۰ mg/day)می‌باشد. متعاقب ?باید مقدار دارو را به‌مقدار نگهدارنده ۱۵۰–۳۰۰ میلی‌گرم کاهش داد.
در سالمنـدان ۱۲/۵ میلی‌گرم یکبـاره در روزاول مصرف می‌شـود کـه بعـد مقـدار دارو راتـا حـد ۲۵ mg/day بایـد تنظیم نمود. دربیماری قلبی و نارسایی کبدی یا کلیوی یاسابقه صرع ۱۲/۵ میلی‌گرم در روز اول‌مصرف می‌شود و سپس باهستگی مقدارمصرف

افزایش می‌یابد. در صورت بروزتشنج ۲۴ ساعت مصرف دارو را قطع‌نموده و سپس دو باره با مقادیر کم‌می‌توان مصرف دارو را آغاز کرد.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg

CODEINE PHOSPHATE

موارد مصرف کدئین برای کنترل دردخفیف تا متوسط بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو از یک طرف آستانه‌احساس درد را افزایش داده و از طرف‌دیگر موجب می‌شود که درد برای بیمارناخوشایند و آزاردهنده نباشد. کدئین ازطریق اتصال به گیرنده‌های اختصاصی‌خودش در سیستم‌های اعصاب مرکزی ومحیطی اثرات خود را ایجاد می کند.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی بخوبی‌جذب در کبد متابولیزه و از طریق کلیه دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در مواقعی که فشارداخل جمجمه افزایش یافته یا در حالات‌ضربه مغزی نارسائی شدید کلیه یا حمله‌حاد آسم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر مصرف این داروبا احتیاط کامل انجام شود: کمی فشار خون کم‌کاری غده تیروئید، آسم کم‌بودن ذخیره‌تنفسی نارسایی کبدی یا نارسایی کلیوی

۲ ـ مصرف فرآورده‌های حاوی کدئین درکودکان زیر یک سال توصیه نمی‌شود.

۳ ـ مصرف مکرر این دارو، ممکن است‌موجب وابستگی و تحمل به اثرات داروگردد.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (در ابتدای‌مصرف ، یبوست خواب‌آلودگی کاهش‌فشار خون و تضعیف تنفس با مصرف‌مقادیر زیاد، اشکال در ادرار کردن اسپاسم صفرا یا مثانه خشکی دهان تعریق سردرد، گرگرفتگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشار خون وضعیتی افزایش فشارخون ریوی کاهش دمای بدن توهم حالت‌خماری تغییر خلق و خو، وابستگی اختلال در تفکر، تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اگر بطور هم زمان باسایر داروهای مضعف CNS مصرف‌شود، تضعیف CNS تشدید شده می‌تواندموجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش فشارخون بشود. مصرف هم‌زمان با داروهای‌شبه آتروپینی نیز موجب تشدید احتباس‌ادرار و یبوست شده ممکن است انسدادفلجی روده ایجاد نماید.

نکات قابل توصیه این دارو با ایجادخواب‌آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی‌که نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل‌رانندگی تأثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۳۰–۶۰ میلی‌گرم که درصورت لزوم هر ۴ ساعت تکرار می‌شود(تا حداکثر ۲۴۰ mg/day مصرف می‌شود).

کودکان ۱–۱۲ سال ۳ mg/kg در مقادیرمنقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet : ۳۰ mg

DIHYDROERGOTAMINE MESYLATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌سردردهای عروقی مانند میگرن درمان‌کمی فشار خون در حالت ایستاده ناشی ازعوامل مختلف مانند بی‌کفایتی اعصاب‌خودکار و بیحسی نخاعی استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: دی‌هیدروار گوتامین مسدودکننده گیرنده آلفا آدرنرژیک ضدسروتونین و دارای اثر مستقیم روی‌عضلات صاف می‌باشد. اثر مستقیم آن برروی عروق خونی باعث تنگ شدن عروق‌در مرحله گشادی عروق می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو احتمالاکبدی است و در عبور اول از کبد به مقدارزیادی متابولیزه می‌شود. نیمه عمر آن۱/۳-۳/۹ ساعت است و طول اثر آن درتزریق عضلانی ۳-۴ ساعت است دفع آن‌کلیوی بوده و کمتر از ۱۰٪ آن بصورت‌تغییر نیافته و بقیه آن به‌صورت متابولیت‌دفع می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود بیماری‌شریان کرونر، بیماری کبدی زیادی شدیدفشار خون بیماری انسدادی عروق‌محیطی کهیر شدید بخصوص هنگامی که‌با بیماری کبد همراه باشد یا عیب کار کلیه‌با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی سرگیجه سردرد، تهوع یااستفراغ خارش پوست بیحسی رنگ‌پریدگی یا سردی دست و ضعف پاها ازعوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌آلکالوئیدهای ارگوت با سایر تنگ‌کننده‌های عروقی از جمله موادی که دربعضی از بیحس‌کننده‌های موضعی وجوددارند، باعث افزایش انقباض عروقی‌می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ احتمال بروزمسمومیت با ارگوت و گانگرن با مصرف‌مقادیر زیاد دارو وجود دارد.

۲ ـ برای دستیابی به نتیجه مطلوب بیماربایـد با بروز اولین علامت حمله میگرنی‌دارو را مصرف نماید و حداقل به مدت ۲ساعت در یک اطاق آرام و تاریک استراحت‌نماید.

۳ ـ طی درمان با این دارو از استعمال‌دخانیات خودداری شود.

۴ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی در حملات ضعیف میگرنی ۱-۳میلی‌گرم مصرف می‌شود که در صورت‌نیاز هر نیم‌ساعت تکرار می‌گردد تا به‌مقدار تام ۱۰ میلی‌گرم برسد. برای کاهش‌شدت و تعداد دفعات حمله مقدار ۱-۲میلی‌گرم سه بار در روز مصرف می‌شود.

تزریقی در شروع حمله مقدار یک میلی‌گرم‌و به دنبال آن هر ۱ ساعت ۱ میلی‌گرم درصورت نیاز تا حداکثر ۳ میلی‌گرم در هرحمله میگرن یا ۶ میلی‌گرم در هفته تزریق‌عضلانی می‌شود. از راه وریدی در شروع‌حمله مقدار ۱ میلی‌گرم و به دنبال آن هرساعت ۱ میلی‌گرم در صورت نیاز، تاحداکثر ۲ میلی‌گرم در هر حمله میگرن یا ۶میلی‌گرم در هفته تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲.۵ mg

Injection : ۱ mg/ml

DIHYDROERGOTOXINE MESYLATE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی‌کمکی در معالجه بیماران سالخورده مبتلابه‌زوال خفیف تا متوسط عقل بکار می‌رود.

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلابه‌برادی کاردی شدید باید بااحتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی برافروختگی بثورات جلدی احتقان بینی کرامپ شکمی و سرگیجه از عوارض‌جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای شروع اثر این‌دارو معمولا ۳ـ۲ هفته وقت لازم است وگاهی برای بهبود علائم حداقل ۳ ماه بایددارو

مصرف شود.

۲ ـ دارو باید قبل از غذا مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار ۱/۵ میلی گرم سه باردر روز یا ۴/۵ میلی گرم یک بار در روزمصرف شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱.۵ mg

DROPERIDOL

موارد مصرف دراپریدول برای ایجادآرامش و کنترل سریع وضعیت بیمار دراختلالات روانی نظیر مانیا و نیز کنترل تهوع‌و استفراغ ناشی از شیمی درمانی و به عنوان‌داروی پیش بیهوشی به تنهایی و یا همراه باداروهای دیگر نظیر فنتانیل و نیتروزاکسایدبرای ایجاد بیهوشی عمومی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دراپریدول اثر خود را عمدت?با انسداد گیرنده‌های دوپامینی در سیستم‌اعصاب مرکزی ایجاد می‌نماید. این داروگیرنده‌های الفا ـ آدرنرژیک را نیز مهارمی‌نماید.

فارماکوکینتیک اثر دراپریدول ۱۰ ـ ۳ دقیقه‌بعد از تزریق عضلانی ظاهر می‌گردد.سریع ?در بدن توزیع شده و متابولیسم‌کبدی وسیعی دارد. نیمه عمر آن ۶ ـ ۳ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف دراپریدول با سایرداروهای تضعیف کننده سیستم اعصاب‌مرکزی نباید مصرف گردد، زیرا ممکن‌است منجر به ایجاد اغماء گردد. همچنین‌همراه با داروهای تضعیف کننده مغزاستخوان و نیز در مبتلایان به‌فئوکروموسیتوم نباید مصرف گردد.

هشدارها: دراپریدول در بیماری‌های قلبی ـعروقی یا عروق مغزی و نیز بیماری‌های‌تنفسی پارکینسون صرع و عفونت حاد ودر صدمات کبدی و کلیوی باید با احتیاطفراوان به‌کار رود.

عوارض جانبی عوارض خارج هرمی ودیسکینزی دیررس خواب آلودگی کابوس شبانه افسردگی بی‌ثباتی خلقی بی‌خوابی و اغتشاش شعور بوسیله این‌دارو ممکن است ایجاد شود. عوارض‌خارج هرمی خصوص ?واکنش‌های‌دیستونیک و آکاتزی شایع‌تر و بویژه درافراد دچار تیروئید سمی بروز می‌نماید.

تداخل‌های دارویی خطر بروز آریتمی بطنی‌همزمان با مصرف داروهای آنتی هیستامین‌مانند ترفنادین افزایش می‌یابد. داروهای‌خواب آور و ضد هیجان اثر آرامبخش این‌دارو را افزایش می‌دهند. داروهایی نظیرمتوکلوپرامید و لیتیوم عوارض خارج هرمی‌دراپریدول را افزایش می‌دهند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای القاء بیهوشی در صورت مصرف وریدی میزان نیاز به‌داروهای همراه با دراپریدول کمتر ازمعمول می‌باشد.

مقدار مصرف حداکثر مقدار مصرف تا ۱۰میلی گرم می‌باشد که در صورت نیاز هر ۶ ـ ۴ساعت تکرار می گردد. در افراد مسن نصف‌بزرگسالان و در کودکان ۱ ـ ۰/۵ میلی گرم‌مصرف می‌شود که در صورت نیاز هر ۶ ـ ۴ساعت قابل تکرار است در پیشگیری ازتهوع و استفراغ ناشی از شیمی درمانی‌بیماریهای سرطانی به میزان ۱۰ ـ ۱میلی گرم ۳۰ دقیقه قبل از شروع درمان و درادامه با انفوزیون وریدی به میزان ۳ ـ ۱میلی گرم در ساعت یا ۵ ـ ۱ میلی گرم‌به‌صورت تزریق داخل عضلانی یا وریدی‌هر ۶ ـ ۱ ساعت مصرف می گردد. در کودکان

۷۵ mcg / kg ـ ۲۰ عضلانی یا وریدی تجویزمی‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۵ mg / ۱۰ ml

Injection: (Droperidol Compound) ۱۵mg Droperidol + ۰.۵ mg Fentanyl (ascitrate) / ۱۰ ml

ENFLURANE

موارد مصرف انفلوران بعنوان بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی مصرف‌می‌شود. انفلوران همچنین با مقادیرمصرف کم به عنوان ضد درد در اعمال‌جراحی زنان و زایمان و برای اعمال‌جراحی که در آنها به بیهوشی کامل بیمارنیاز نیست مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی MAC) انفلوران هنگام مصرف با اکسیژن۱/۶۸٪ و هنگام مصرف با نیتروزاکسایدهفتاد درصد، ۰/۵۷٪ است ضریب توزیع‌خون به گاز آن ۱/۹۱ است تا حدود ۲/۴٪مقدار مصرف آن متابولیزه می‌شود. حدود ۸۰ درصد آن به‌صورت تغییر نیافته ازطریق ریه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف درصورت وجودهیپرترمی بدخیم یا سابقه ابتلاء به آن و درافراد مستعد حملات صرعی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ انفلوران با غلظت‌های بیهوش کننده ممکن است باعث شل شدن رحم شده‌و همچنین پاسخ رحم به داروهای‌اکسی‌توسیک را کاهش دهد.

۲ ـ سطوح عمیق‌تر بیهوشی با انفلوران بخصوص در حضور تنفس بیش از حدممکن است باعث ایجاد فعالیت‌های تشنجی‌در الکتروآنسفالوگرام شود.

۳ ـ این دارو شدید ?موجب تضعیف‌عملکرد قلب و دستگاه تنفس می‌شود.

۴ ـ تضعیف عضله قلب توسط این داروممکن است موجب افت برون ده قلبی وکاهش فشارخون شریانی گردد.

۵ ـ در افراد حساس به هوشبرهای‌هالوژنه ممکن است سمیت کبدی ایجادنماید.

تداخل‌های دارویی انفلوران باآمینوگلیکوزیدها، خون حاوی ترکیبات‌ضد انعقاد سیترات (در صورت انتقال‌مقادیر زیاد خون ، عوامل مهار کننده‌عصبی ـ عضلانی کاتکل آمین‌ها (دوپامین اپی‌نفرین نوراپی‌نفرین ، پلی میکسین‌ها ولوودوپا تداخل دارد. ایزونیازید ممکن‌است باعث افزایش تولید متابولیت‌های‌فلوراید از انفلوران که بالقوه نفروتوکسیک‌هستند، شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌انفلوران برای ادامه بیهوشی توصیه‌می‌شود مقدار آن بتدریج افزایش یابد.

۲ ـ در صورت استفاده از تنفس مکانیکی برای جلوگیری از خطر بروز تشنج و یاتحریک CNS از تنفس بیش از حد بایدخودداری شود.

۳ ـ انفلوران به دلیل طول اثر کوتاه خودهیچ‌گونه اثرات ضد دردی قابل توجهی بعداز جراحی ایجاد نمی‌کند. بنابراین برخلاف‌سایر بیهوش کننده‌ها ممکن است به‌مصرف یک داروی ضد درد بعد از پایان‌جراحی نیاز باشد.

مقدار مصرف برای القاء بیهوشی درجراحی‌ها مقدار مصرف دارو باید برای هربیمار جداگانه تعیین شود. به عنوان ادامه‌دهنده بیهوشی ۳ ـ ۰/۵ درصد در مخلوطاکسیژن و نیتروزاکساید استنشاق‌می‌شود. به عنوان داروی همراه در اعمال‌جراحی زنان ـ زایمان ۱ ـ ۰/۵ درصد وبرای زایمان واژینال ۱ ـ ۰/۲۵ درصداستنشاق می‌شود. حداکثر مقدار مصرف‌در بزرگسالان برای القاء بیهوشی ۴/۵٪ وبه عنوان ادامه دهنده بیهوشی ۳٪ در هوا،اکسیژن یا مخلوط اکسیژن و نیترواکسایداست مقدار مصرف دارو در کودکان بایدبرای هر بیمار به‌طور جداگانه تعیین شود.

اشکال دارویی

For Inhalation

ERGOTAMINE-C

موارد مصرف ترکیب ارگوتامین و کافئین‌برای درمان سردردهای عروقی مانندحملات حاد میگرن و یا انواع میگرن که به‌سایر داروهای ضد درد پاسخ نمی‌دهداستفاده می گردد.

مکانیسم اثر: این فرآورده دارای اثرات‌مسدود کننده گیرنده آلفا آدرنرژیک ضدسروتونین و تحریک مستقیم عضلات‌صاف بوده و اثراتی بر CNS دارد. درسردردهای عروقی بـا اثر مستقیم بر روی‌عروق جمجمه و تنگ کردن عروق طی‌مرحله گشاد شدن باعث کاهش سردردمی گردد.

فارماکوکینتیک جذب ارگوتامین آهسته وناکامل است اما کافئین جذب آن را تسهیل‌می کند. متابولیسم آن احتمالا کبدی است ونیمه عمر آن در حدود ۲ ساعت است دفع‌آن از صفرا است کافئین به خوبی وسهولت از مجرای گوارش جذب و در تمام‌قسمت‌های بدن انتشار می‌یابد. متابولیسم‌آن کبدی است و راه دفع آن نیز کلیوی‌است

موارد منع مصرف در صورت وجودبیماری عروق کرونر، عیب کار کبد یا

کلیه زیادی شدید فشارخون بیماری‌انسداد عروق محیطی و سندرم رینود،پرکاری تیروئید و پورفیری نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت تکرار تجویزمقادیر بالای دارو، ممکن است قانقاریا واغتشاش شعور دیده شود.

۲ ـ تجویز مقادیر بیش از حد ممکن است‌موجب بروز فیبروز ریوی یا صفاقی شود.

عوارض جانبی بیحسی و گزگز انگشتان‌دست پا یا صورت گرفتگی عضلانی خارش پوست درد در ناحیه بازو، سردشدن یا رنگ پریدگی دستها یا پاها، اسهال سرگیجه تهوع یا استفراغ از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باسایر آلکالوئیدهای ارگو یا داروهای‌تنگ کننده عروق ممکن است باعث ایسکمی‌عروق محیطی و گانگرن شود. استعمال زیاددخانیات همراه با ارگوتامین ممکن است‌موجب بروز ایسکمی عروق محیطی گردد.به‌دلیل داشتن کافئین در این فرآورده‌مصرف همزمان با سایر داروهای محرکCNS موجب تحریک بیش‌ازحد CNSمی گردد. مصرف همزمان لیتیم همراه باکافئین ممکن است دفع ادراری لیتیم راافزایش داده و اثر درمانی آن را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف دارو باشروع اولین علائم حمله میگرنی بیشترین‌اثر را دارد.

۲ ـ به بیمار توصیه می‌شود پس از مصرف‌دارو بمدت ۲ ـ ۱ ساعت در اتاق تاریک‌استراحت نماید.

۳ ـ از استعمال دخانیات خودداری شود.

۴ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در شروع حمله یک تا دوقرص مصرف می گردد و حداکثر مقدارمصرف در شبانه روز ۴ قرص می‌باشد.در صورت نیاز به تکرار حداقل فاصله‌زمانی مصرف ۴ روز و حداکثر ۸ قرص درهفته می‌باشد.

اشکال دارویی

coated Tablet : Ergotamine tartrate ۱ mg+ Caffeine ۱۰۰mg

ETHER

موارد مصرف اتر به عنوان داروی بیهوش‌کننده مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی MAC) اتر ۱/۹۲٪ است

موارد منع مصرف در بیماران مبتلا به‌دیابت عیب کار کلیه افزایش فشار مایع‌مغزی ـ نخاعی و بیماری شدید کبد نبایدمصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ مصرف اتر در شرایط گرم ومرطوب برای بیماران تب دار توصیه‌نمی‌شود. در این موارد اتر ممکن است‌باعث ایجاد حرکات تشنجی بخصوص درکودکان و بیمارانی که آتروپین دریافت‌کرده‌اند، شود.
۲ ـ هوشیابی بعد از بیهوشی طولانی مدت‌با اتر آهسته بوده و استفراغ بعد ازبیهوشی شایع است
۳ ـ اتر در اغلب موارد باعث تحریک‌سیستم تنفسی می گردد.
عوارض جانبی تحریک مخاط تنفسی اسپاسم حنجره کاهش شدید فشار خون افزایش شدید دمای بدن و تشنج ازعوارض جانبی اتر است
تداخل‌های دارویی اتر با داروهای شل‌کننده عضلات تداخل دارد.
نکات قابل توصیه مصرف آتروپین و یاسایر داروهای مشابه برای کاهش‌ترشحات بزاق و برونش توصیه می‌شود.
مقدار مصرف به منظور حصول بیهوشی ابتدا با غلظتی معادل ۲۰ ـ ۱۰ درصد هوای‌دمی استفاده می‌شود که در صورت نیاز،می‌توان این غلظت را افزایش داد. برای‌نگهداری بیهوشی سبک با غلظت ۵ درصدو در مورد بیهوشی عمیق ممکن است تاغلظت ۱۰ درصد نیز مورد استفاده قرارگیرد.
اشکال دارویی
For Inhalation

ETOMIDATE

موارد مصرف اتومیدیت یک داروی بیهوش‌کننده است که برای القاء بیهوشی مصرف‌می‌شود. این دارو بخصوص در بیماران‌مبتلا به اختلالات قلبی ـ عروقی مصرف‌می‌شود.
مکانیسم اثر: اتومیدیت یک خواب آورکوتاه اثر است که احتمالا اثراتی مشابهGABA دارد.
فارماکوکینتیک اتومیدیت سریع ?توسط‌کبد متابولیزه و غیر فعال می گردد. نیمه‌عمر آن حدود ۷۵ دقیقه است و شروع اثرآن طی یک دقیقه بعد از تزریق می‌باشد.طول مدت اثر دارو وابسته به مقدارمصرف و معمولا ۵ ـ ۳ دقیقه است زمان‌هوشیابی آن نیز کمی سریعتر از تیوپنتال‌است
هشدارها: ۱ ـ مصرف اتومیدیت هنگام‌زایمان توصیه نمی‌شود.
۲ ـ مصرف اتومیدیت در اختلالات سیستم‌ایمنی عفونت و موارد پیوند اعضا باید بااحتیاط فراوان صورت گیرد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ تزریق داخل عضلانی‌دارو می‌تواند موجب بروز درد در ناحیه‌تزریق شود که با پیش درمانی با یک ضددرد مخدر و یا استفاده از وریدهای بزرگ‌می‌توان موجب کاهش این عارضه شد.
۲ ـ مصرف توام اتومیدیت با داروهای‌بلوک کننده عصبی ـ عضلانی معمولا تاثیرقابل توجهی بر روی مقدار مصرف این‌داروها هنگام لوله گذاری داخل تراشه‌ای‌نمی گذارد.
مقدار مصرف مقدار مصرف دارو
باید برای هر بیمار جداگانه تعیین
شود. به عنوان یک راهنمای کلی دربزرگسالان و کودکان ۱۰ سال به بالا مقدارمصرف به عنوان بیهوش کننده عمومیmg/kg ۰/۶ ـ ۰/۲ است که به‌صورت تزریق‌آهسته داخل وریدی تجویز می‌شود. دربیماران با ریسک خطر بالا با میزانmg/kg/min۰/۱ تا حصول بیهوشی (حدود۳ دقیقه ، تجویز می گردد. مصرف این دارودر کودکان زیر ۱۰ سال توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۰ mg / ۱۰ ml

FENTANYL

موارد مصرف فنتانیل یک ضد درد مخدراست که به عنوان داروی ضد درد هنگام‌عمل جراحی افزایش بیهوشی و تضعیف‌تنفس در هنگام تنفس کمکی و دردهای‌مزمن سرطانی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ضد دردهای مخدر با اتصال‌به گیرنده‌های خاصی در CNS باعث تغییردر دریافت و پاسخ به تحریکات دردمی‌شوند. آزاد شدن واسطه‌های عصبی ازاعصاب آوران حساس به تحریکات‌دردناک احتمالا با این داروها کاهش یافته‌یا مهار می‌شود.

فارماکوکینتیک فنتانیل براحتی از سدخونی ـ مغزی عبور می‌کند. تجمع فنتانیل‌در بافت‌های چربی ممکن است باعث‌طولانی شدن طول اثر دارو شود.متابولیسم دارو کبدی است فنتانیل نیمه‌عمر سه مرحله‌ای دارد و نیمه عمر دفعی‌آن ۳/۶ ساعت است زمان شروع اثر داروحدود ۱۵ ـ ۷ دقیقه بعد از تزریق عضلانی و۲ ـ ۱ دقیقه بعد از تزریق وریدی است و طی۳۰ ـ ۲۰ دقیقه بعد از تزریق عضلانی و ۵ ـ ۳دقیقه بعد از تزریق وریدی به حداکثر اثرخود می‌رسد. دفع دارو عمدت ?کبدی است

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود عیب کارکبد باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۲ ـ داروهای ضد درد مخدر باعث تشدیدضعف تنفسی می‌شوند.

عوارض جانبی برادی کاردی کاهش‌فشارخون و ضعف تنفسی طی و بعد ازعمل جراحی از عوارض شایع و مهم‌فنتانیل هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌فنتانیل با بنزودیازپین‌ها، داروهای‌تضعیف کننده CNS و داروهای مهار کننده‌آنزیم‌های کبدی باعث تشدید عوارض‌جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ هنگام تجویز دارو‌باید امکانات لازم برای کنترل علائم‌مسمومیت احتمالی با دارو از جمله‌آنتاگونیست‌های مواد مخدر در دسترس‌باشد.

۲ ـ تزریق وریدی دارو بهتر است‌به‌صورت آهسته و طی حداقل ۲ ـ۱ دقیقه‌صورت گیرد.

۳ ـ اگر چه مصرف همزمان بنزودیازپین‌هاممکن است باعث بهبود بیهوشی گردد،احتمال افزایش ضعف تنفسی و یا کاهش‌فشار خون باید در نظر گرفته شود.

۴ ـ مصرف متناوب دارو ممکن است باعث‌ایجاد تحمل به اثرات دارو وابستگی واعتیاد شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در صورت تنفس خود به‌خودی به میزان ۲۰۰ ـ ۵۰ میکروگرم درداخل ورید تزریق می‌شود و سپس درصورت نیاز ۵۰ میکروگرم تجویزمی‌گردد. در تنفس کمکی به میزان

۳/۵ ـ ۰/۳ میلی گرم تجویز که در صورت‌نیاز ۲۰۰ ـ ۱۰۰ میکروگرم اضافه می‌شود.

به‌عنوان داروی قبل از بیهوشی ۱/۴mcg/kg ـ ۰/۷ نیم تا یک ساعت قبل از جراحی تزریق‌عضلانی می‌شود. بعد از عمل جراحی نیزهمین مقدار با فاصله زمانی ۲ ـ ۱ ساعت (درصورت نیاز) تزریق می‌شود.

کودکان در کودکان در صورت تنفس خودبه خودی به میزان ۵ mcg/kg ـ ۳ تزریق‌وریدی می‌شود که در صورت نیاز به میزان۱mcg/kg اضافه می‌شود. در صورت تنفس کمکی به میزان ۱۵ میکروگرم تجویز که درصورت نیاز ۳mcg/kg ـ ۱ به آن افزوده‌می گردد.

اشکال دارویی

:Ascitrate

Injection : ۰.۵ mg/ ۱۰ml

FLUMAZENIL

موارد مصرف فلومازنیل به منظور رفع‌اثرات سداتیو بنزودیازپین‌ها در مواردایجاد بیهوشی مراقبت‌های ویژه وکاربردهای تشخیصی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو آنتاگونیست رقابتی گیرنده بنزودیازپین می‌باشد و با اثرمضعف CNS بنزودیازپین‌ها تداخل‌می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو با تجویز داخل‌وریدی سریع ?عمل می‌کند. به دلیل کلیرانس سریع کبدی دارای نیمه عمرکوتاه حدود ۱/۳ ـ ۰/۷ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در بیماران صرعی که‌به مدت طولانی تحت درمان بابنزودیازپین‌ها بوده‌اند، نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد وابستگی‌به بنزودیازپین‌ها، نارسایی کبدی آسیب‌شدید مغزی سالمندان و کودکان باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ قبل از تجویز این دارو، از برطرف شدن‌بلوک عصب ـ عضله (ناشی از مصرف‌داروهای شل کننده عضلات اسکلتی بایداطمینان حاصل شود.

۳ ـ در بیماران مضطرب یا بعد ازجراحی‌های بزرگ از تزریق سریع این‌دارو باید اجتناب شود.

عوارض جانبی تهوع استفراغ برافروختگی صورت تحریک پذیری اضطراب و ترس افزایش موقتی‌فشارخون و ضربان قلب و ندرت ?تشنج ازعوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه چون این دارو کوتاه

اثر می‌باشد و از طرفی اثرات‌بنزودیازپین‌ها حداقل برای ۲۴ ساعت‌ادامه می‌یابد، ممکن است تجویز مکرر این‌دارو لازم باشد.

مقدار مصرف ابتدا ۲۰۰ میکروگرم در

طی ۱۵ ثانیه تزریق وریدی می‌شود و درصورت نیاز ۶۰ ثانیه بعد ۱۰۰ میکروگرم‌تزریق می‌شود. مقدار مصرف معمول این‌دارو ۶۰۰ ـ ۳۰۰ میکروگرم می‌باشد.حداکثر مقدار مصرف ۱ میلی گرم

(۲ میلی گرم در موارد مراقبت‌های ویژه است در صورتی که بعد از تزریق این‌دارو، خواب آلودگی مجدد ?بروز کند، براساس میزان بیداری بیمار، بین ۴۰۰ ـ ۱۰۰میکروگرم در ساعت انفوزیون وریدی‌می گردد.

اشکال دارویی

Injection : ۰.۵ mg/۵ ml

FLUPENTIXOL DECANOATE

موارد مصرف فلوپن تیگزول دراسکیزوفرنی و حالات روانی دیگرخصوص ?همراه با بی‌ثباتی خلقی وکناره‌گیری (به استثناء مانیا یا افزایش‌فعالیت روانی ـ حرکتی و نیز در افسردگی‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو اثر درمانی خود راعمدت ?با انسداد گیرنده‌های دوپامینی درسیستم اعصاب مرکزی ایجاد می‌نماید.همچنین گیرنده‌های آلفا ـ آدرنرژیکی وموسکارینی تحت تاثیر این دارو تا حدودی‌مهار می گردند.

فارماکوکینتیک حداکثر غلظت پلاسمایی

آن با تزریق عضلانی شکل دکانوات پس از ۱۰ ـ ۳ روز ایجاد می گردد. این دارو به‌طوروسیعی در کبد متابولیزه و به آهستگی ازراه ادرار دفع می گردد.

موارد منع مصرف در حالاتی مانند گیجی‌دوران پیری بیماران تحریک‌پذیر و بیش‌از حد فعال و پورفیری و نیز همراه با سایرداروهای تضعیف کننده مغز استخوان و یاسیستم اعصاب مرکزی نیز در بیماری‌فئوکروموسیتوم نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ فلوپن تیگزول را در مبتلایان‌به بیماری‌های قلبی ـ عروقی بیماری‌عروق مغزی پارکینسون ریوی صرعی‌یا دچار عفونت حاد باید با احتیاط فراوان‌مصرف نمود.

۲ ـ در بیماران دچار صدمات کلیوی وکبدی باید با احتیاط به‌کار رود. درصدمات شدید کبدی نباید مصرف شود.

۳ ـ در بیماران با سابقه زردی لکوپنی کم‌کاری غده تیروئید، میاستنی گراو، بزرگی‌توده پروستات و گلوکوم با زاویه بسته خصوص ?در افراد مسن باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی آرامش بیش از حد و خواب‌آلودگی بی‌ثباتی خلقی کابوس‌های شبانه بی‌خوابی تحریک سرخوشی ممکن است‌بروز نماید. در مصارف طولانی مدت‌دیسکینزی دیررس ممکن است ایجادگردد. آثار ضد موسکارینی نظیر یبوست خشکی دهان احتقان بینی احتباس ادرار وتاری دید نیز بندرت بروز می‌نماید.

تداخل‌های دارویی این دارو ممکن است

اثر آنتی کولینرژیک داروهایی نظیرآتروپین و ضد افسردگیهای سه حلقه‌ای اثر کاهنده فشارخون هوشبرها و بعضی‌داروهای ضد فشار خون نظیر گوانتیدین واحتمالا کلونیدین را افزایش دهد. مصرف‌آن همراه با داروهای ضد آریتمی و نیزترفنادین و بتابلوکرها خطر ایجاد آریتمی‌بطنی را افزایش دهد. همچنین ممکن است‌اثر داروهای ضد صرع را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروبرای درمان افسردگیهای شدید و حالات‌هیجان یا فعالیت زیاد نظیر مانیا توصیه‌نمی‌شود.

۲ ـ این دارو ممکن است در ابتدای درمان‌سبب ایجاد خواب آلودگی گردد، لذارانندگی یا کار با ابزارهای دقیق را ممکن‌است تحت تاثیر قرار دهد.

۳ ـ از قطع مصرف ناگهانی دارو پرهیزشود.

مقدار مصرف در درمان جنون فلوپن‌تیگزول ابتدا به میزان ۹ ـ ۳ میلی گرم دوباردر روز تجویز گردیده و برحسب‌پاسخدهی میزان مصرف آن حداکثر تاmg/day۱۸ افزایش داده می‌شود. در افرادمسن (یا ضعیف ابتدا دارو به میزان نصف‌یا یک چهارم افراد بالغ مصرف می‌شود.مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود. در درمان افسردگی ابتدا به‌میزان ۱ میلی گرم (در سالمندان ۰/۵ میلی‌گرم در هنگام صبح مصرف می‌شود. که‌بعد از یک هفته به میزان ۲ میلی گرم (درسالمندان ۱ میلی گرم و در صورت نیاز تاحداکثر ۳ میلی گرم (در سالمندان ۲ میلی‌گرم در روز افزایش می‌یابد. مقادیر بیش‌از ۲ میلی گرم (در سالمندان ۱ میلی گرم بایستی در دو نوبت منقسم مصرف شود.

مقدار مصرف دوم بایستی تا قبل از ۴ بعداز ظهر در نظر گرفته شود.

اشکال دارویی

Injection : ۲۰ mg / ml

FLUPHENAZINE

موارد مصرف فلوفنازین در درمان‌اسکیزوفرنی و حالات روانی دیگر، مانیا ونیز درمان کمکی کوتاه مدت هیجان شدید،تحریکات روانی ـ حرکتی اضطراب ورفتارهای ناگهانی شدید به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: فلوفنازین گیرنده‌های‌دوپامینی را مهار نموده و اثر درمانی

ود را با مهار این گیرنـده‌ها در سیستم‌مزولیمبیک و مزوکورتیکال اعمال‌می‌نماید. همچنین سـبب مهار گیرنده‌های‌آلفاآدرنرژیک و موسکارینی می گردد.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی خوب جذب‌شده و در کبد متابولیزه می گردد. اشـکال‌تاخیری با تزریق عضلانی آهسته جذب‌شده و تا مدت طولانی (۶ هفته ممکن است‌اثر آن باقی بماند. دفع آن عمدت ?کلیوی و تاحدودی از طریق صفرا است

موارد منع مصرف در حالاتی مانند گیجی‌دوران پیری بیماران تحریک‌پذیر و بیش‌از حد فعال و پورفیری و نیز همراه با سـایر داروهـای تضـعیف کننـده مغزاسـتخوان و یـا سیسـتم اعصاب مرکزی بیماری فئوکروموسـیتوم و نیز در صورت‌افسـردگی نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ فلوفنـازین در بیمـاران دچارپـارکینسون یـا اختلالـات قلبی ـ عروقی ریوی صـرع و عفونت حـاد بایـد بـا احتیـاطفراوان مصرف شود.

۲ ـ در صدمات کلیوی و کبدی باید بااحتیاط مصرف گردد.

۳ ـ در افراد بـا سـابقه یرقان لکوپنی کم‌کاری تیروئیـد، میاسـتنی گراو، بزرگی‌توده پروسـتات و گلوکوم با زاویه بسـته‌خصوص ?در افراد مسن باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی فلوفنازین ممکن است سبب‌کابوس‌های شبانه بی‌خوابی و افسردگی‌یا بی‌ثباتی خلقی گردد. آثار ضدموسکارینی مثل خشـکی دهـان یبوست احتباس ادرار، تاری دیـد و نیز کاهش‌فشارخون وضـعیتی با تجویز این دارو درمقایسه با کلرپرومازین بمیزان کمتری‌ایجـــاد می گردد. تـــاکی کـــاردی آریتمی وتغییر در ECG ممکـن اسـت بروز نمایـد.علاـئم خـارج هرمی خصـوص? واکنش‌های‌دیستونیک و آکاتزی با فلوفنازین شایعترمی‌باشد.

تـداخل‌های دارویی همراه بـا هوشبرهـای‌عمومی اثر کاهنـده فشار خون آن تشدیـدمی گردد. مصـرف فلوفنازین همراه‌داروهای ضـد آریتمی و نیز ترفنـادین وبتابلوکرهـا خطر بروز آریتمی بطنی راافزایش می‌دهـد. مصـرف فلوفنـازین همراه‌بـا ضـد افسـردگیهای سـه حلقه‌ای و نیزداروهای آنتی کولینرژیک سبب افزایش‌اثرات ضد موسـکارینی آنها می گردد. این‌دارو ممکن است با کاهش آسـتانه تشنج اثرداروهای ضد صرع را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو ایجاد خواب‌آلودگی می کند. لذا انجام فعالیتهای دقیق‌مانند رانندگی و کار با ماشـین‌آلات یاوسایلی را که نیاز به دقت و هوشیاری‌دارد، تحت تاثیر قرار می‌دهد.

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو بایدخودداری شود.

۳ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف در اسکیزوفرنی حالات‌روانی دیگر یا مانیا، ابتدا به میزان

۱۰ mg/day ـ ۲/۵ در ۳ ـ ۲ مقدار منقسم‌به‌کار رفته و برحسب پاسخ دهی بیمار تا

۲۰ mg/day مصـرف می‌شود. مقـادیربیشتر از ۲۰ mg/day (در افراد مسـن ۱۰میلی‌گرم فقـط با احتیاط کامل مصـرف‌می‌شود.

فلوفنـازین به‌عنوان داروی کمکی‌و کوتـاه مـدت در درمـان هیجـان شدیـد،تحریکـات روانی ـ حرکتی اضـطراب واختلالات رفتاری ناگهانی ابتدا به میزان ۱میلی گرم ۲ بار در روز و برحسب نیازبیمار تا ۲ میلی گرم ۲ بار در روز به‌کارمی‌رود.

اشکال دارویی

Coated Tablet : ۱ mg, ۲.۵ mg

Injection (As Decanoate) : ۲۵ mg / ml

FLURAZEPAM

موارد مصرف این دارو در درمان کوتاه‌مدت بی‌خوابی به‌کار می‌رود.
مکانیسم اثر: با اثر برگیرنده‌های‌اختصاصی در غشای سلول عصبی اثرمهاری گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) راتسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.
فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به سرعت‌جذب و توسط کبد متابولیزه می‌شود.متابولیت آن و مقدار کمی از داروی تغییرنیافته از طریق کلیه دفع می‌گردد. نیمه عمرآن ۷۰ ـ ۲۰ ساعت است متابولیت آن فعال‌است که نیمه عمر آن ۱۰۰ ـ ۴۷ ساعت‌می‌باشد.
موارد منع مصرف در صورت وجودضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی نارسایی حاد کبد، میاستنی گراو، حالات‌ترس وسواس افسردگی و یا جنون مزمن‌نباید مصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ در بیماریهای تنفسی ضعف‌عضلانی سابقه مصرف نابجای دارو یااختلال شخصیتی باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.
۲ ـ در اختلال کار کبدی و کلیوی سالمندانو افراد ضعیف مقدار مصرف دارو باید کم‌شود.
۳ ـ در پورفیری دارو با احتیاط مصرف‌شود.
۴ ـ از مصرف طولانی مدت و سپس قطع‌ناگهانی مصرف خودداری شود.
عوارض جانبی خواب آلودگی گیجی درروز بعد، منگی عدم تعادل (بخصوص درافراد پیر)، فراموشی و وابستگی به دارو ازعوارض جانبی دارو هستند.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروبا داروهای مضعف CNS مانند ضددردهای مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهار کننده‌های مونوآمینواکسیداز، ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای‌پایین آورنده فشار خون که باعث تضعیفCNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزرپین ممکن است موجب تشدیداثر مضعف CNS آن شود.
نکات قابل توصیه ۱ ـ اگر بعد از چند هفته‌اثر درمانی دارو کاهش یافت به پزشک‌مراجعه شود.
۲ ـ حداکثر اثر بخشی دارو ممکن است‌حتی طی دو یا سه شب بعد از شروع درمان‌نیز حاصل نگردد.
۳ ـ اگر دارو باید به مدت طولانی مصرف‌شود، قبل از قطع مصرف دارو با پزشک‌مشورت شود.
۴ ـ در هنگام این دارو از انجام دادن‌کارهایی که نیاز به دقت و مهارت دارند،پرهیز شود.
مقدار مصرف ۳۰ ـ ۱۵ میلی‌گرم در موقع‌خواب (در افراد مسن یا ناتوان ۱۵میلی‌گرم مصرف می‌شود. مصرف این‌دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.
اشکال دارویی
Capsule : ۱۵ mg

HALOPERIDOL

موارد مصرف هالوپریدول در درمان‌اسکیزوفرنی و حالات روانی دیگر، مانیا،درمان کوتاه مدت و کمکی تحریکات روانی‌ـ حرکتی تحریک پذیری و برآشفتگی و نیزدرمان کوتاه مدت و کمکی اضطراب شدید،بهبود تیک‌های حرکتی و علائم سندرمtourette و حرکات کره‌ای مربوط به آن‌به‌کار می‌رود. همچنین در درمان سکسکه‌مقاوم مصرف می‌گردد.
مکانیسم اثر: هالوپریدول اثر درمانی خودرا عمدت ?با انسداد گیرنده‌های دوپامینی‌اعمال می‌نماید. گیرنده‌های آلفا ـ آدرنرژیک و موسکارینی نیز توسطهالوپریدول تا حدودی مسدود می‌شوند.

فارماکوکینتیک هالوپریدول از راه خوراکی تا حدود ۶۰ درصد جذب می گردد.متابولیسم کبدی وسیعی داشته و حداکثرغلظت خونی آن ۶ ـ ۲ ساعت پس از مصرف‌خوراکی ایجاد می گردد. نیمه عمر این دارو۳۷ ـ ۱۲ ساعت بوده به میزان زیادی از راه‌کلیه و مقداری نیز از راه صفرا دفع‌می گردد.

موارد منع مصرف در حالاتی مانند گیجی‌دوران پیری بیماران تحریک‌پذیر و بیش‌از حد فعال و پورفیری و نیز همراه با سایرداروهای تضعیف کننده مغز استخوان و یاسیستم اعصاب مرکزی در بیماری‌فئوکروموسیتوم و نیز در بیماری‌عقده‌های قاعده‌ای مغز نباید تجویز گردد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماریهای قلبی ـ عروقی پارکینسون صرع اختلالات تنفسی وعفونت حاد باید با احتیاط فراوان مصرف گردد.

۲ ـ در صدمات کلیوی و کبدی باید بااحتیاط فراوان تجویز شود.

۳ ـ بیماران مبتلا به تیروئید سمی و نیزکودکان به واکنش‌های دیستونیک وآکاتزی ناشی از مصرف هالوپریدول‌حساستر می‌باشند. در کودکان زیر ۳ سال‌مصرف آن توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی آرامش بیش از حد و خواب‌آلودگی بی‌ثباتی خلقی کابوس‌های شبانه بی‌خوابی تحریک سرخوشی ممکن است‌بروز نماید. در مصارف طولانی مدت‌دیسکینزی دیررس ممکن است ایجادگردد. آثار ضد موسکارینی نظیر یبوست خشکی دهان احتقان بینی احتباس ادرار وتاری دید نیز بندرت بروز می‌نماید.

عوارض خارج هرمی خصوص?واکنش‌های دیستونیک و آکاتزی بخصوص در تیروئید سمی شایع‌ترمی‌باشند. عوارضی از قبیل خستگی ضعف گاهگاهی بروز می‌نماید.

تداخل‌های دارویی داروهای هوشبر اثرکاهنده فشار خون هالوپریدول را افزایش‌می‌دهند. ریفامپیسین و کاربامازپین‌متابولیسم کبدی هالوپریدول را افزایش‌داده سبب کاهش غلظت پلاسمایی آن‌می گردند. داروهای ضد افسردگی سبب‌افزایش اثر ضد موسکارینی هالوپریدول‌می گردند. فلوکستین غلظت پلاسمایی‌هالوپریدول را افزایش می‌دهد.هالوپریدول احتمالا با کاهش آستانه تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله می‌نماید.داروهای نظیر متیل دوپا و لیتیم سبب‌افزایش عوارض خارج هرمی هالوپریدول‌می گردند.

نکات قابل توصیه اثر سایر داروهای‌تضعیف کننده CNS مانند داروهای‌آرامبخش خواب آور و ضد دردهای قوی‌بوسیله این دارو افزایش می‌یابد.

مقدار مصرف

خوراکی در درمان اسکیزوفرنی و سایرحالات روانی مانیا، درمان کوتاه مدت وکمکی تحریکات روانی حرکتی ورفتارهای پیچیده خطرناک در ابتدا به‌میزان ۳ ـ ۱/۵ میلی گرم ۳ ـ ۲ بار در روز ویا ۵ ـ ۳ میلی گرم ۳ ـ ۲ بار در روز برای‌بیماران مقاوم یا حالات شدید بیماری‌تجویز می‌شود. در اسکیزوفرنی مقاوم‌ممکن است روزانه تا ۱۰۰ میلی گرم بندرت تا ۱۲۰ میلی گرم مورد نیاز باشد.برحسب پاسخ بیمار بایستی حداقل میزان‌دارو را به‌عنوان مقدار مصرف نگهدارنده حدود ۱۰ ـ ۵ میلی گرم در روز)، تجویزنمود. در سالمندان یا افراد ضعیف در ابتدا،معادل نصف مقدار مصرف بالغین تجویزمی گردد.

در کودکان ابتدا ۵۰ mcg/kg/day ـ ۲۵(در ۲ مقدار منقسم حداکثر تا ۱۰ میلی گرم‌تجویز می گردد. در افراد جوان یا بالغ‌حداکثر ۳۰mg/day (در موارد استثنایی ۶۰میلی گرم ، مصرف می‌شود.

در سکسکه مقاوم به میزان ۱/۵میلی گرم ۳ بار در روز تجویز می‌شود که‌بر حسب پاسخدهی بیمار مقدار مصرف رامی‌توان تنظیم نمود. در کودکان مصرف‌دارو توصیه نمی‌شود.

تزریقی

بطریق تزریق داخل عضلانی به‌میزان ۱۰ ـ ۲ میلی‌گرم تجویز می‌شود.مقادیر بعدی هر ۸ ـ ۴ ساعت و برحسب‌پاسخدهی بیمار (تا هر

یک ساعت درصورت ضرورت و حداکثر تا ۶۰میلی گرم تجویز می‌شود. افرادی که به‌شدت دچار اختلال روحی و روانی شده‌باشند ممکن است در ابتدای درمان تا ۳۰میلی گرم دارو نیاز داشته باشند. مصرف‌دارو در کودکان توصیه نمی‌شود.

برای کنترل تهوع و استفراغ به میزان

۲ ـ ۰/۵ میلی گرم تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Oral Solution (As lactate): ۲ mg / ml

Injection : (As lactate) ۵ mg / ml, (Asdecanoate) ۵۰ mg / ml

Scored Tablet : ۲ mg , ۵ mg

HALOTHANE

موارد مصرف هالوتان به عنوان بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی مصرف‌می‌شود. هالوتان همچنین با مقادیرمصرف کم همراه با سایر بیهوش کننده‌هادر جراحی سزارین مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی MAC) هالوتان هنگام مصرف با اکسیژن۰/۷۵٪ و هنگام مصرف با نیتروزاکسایدهفتاد درصد ۰/۲۹٪ است ضریب توزیع‌خون به گاز آن ۲/۳ است تا حدود ۲۰٪مقدار مصرف آن متابولیزه می‌شود. بین ۸۰ ـ ۶۰ درصد آن به‌صورت تغییر نیافته ازطریق ریه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف هالوتان نباید درصورت وجود هیپرترمی بدخیم یرقان باعلت نامشخص و سابقه ابتلاء به این‌بیماری‌ها متعاقب مصرف قبلی دارومصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود عیب کارکبد، یرقان یا آسیب حاد ناشی از مصرف‌قبلی هالوتان تجویز هالوتان باید بااحتیاط فراوان صورت گیرد.

۲ ـ مصرف هالوتان در زایمان واژینال‌توصیه نمی‌شود، مگر آنکه به شل شدن‌رحم نیاز باشد.

۳ ـ هالوتان ضربان قلب و نبض وترشحات بزاق و دستگاه تنفس را کاهش‌می‌دهد.

۴ ـ هالوتان به میزان زیادی عضله قلب رابه اثرات داروهای سمپاتومیمتیک بخصوص کاتکل آمین‌ها، حساس می کند.این امر باعث افزایش خطر بروزآریتمی‌های بطنی شدید می گردد. داروهای‌سمپاتومیمتیک باید با احتیاط فراوان ومقدار مصرف کم در بیمارانی که هالوتان‌دریافت کرده‌اند، مصرف شوند.

۵ ـ بیماران مبتلا به فئوکروموسیتوم ممکن‌است بیشتر در معرض خطر آریتمی ناشی‌از مصرف هالوتان باشند.

عوارض جانبی هالوتان ممکن است باعث‌سمیت کبدی به‌صورت یرقان خفیف‌تانکروز کبدی شود. داروهای بیهوش کننده همچنین ممکن است باعث اختلال درمهارتهای روانی ـ حرکتی شوند. هذیان وتوهم بعد از بیهوشی از عوارض نسبت?شایع هالوتان است هیپوکسمی کاهش‌فشارخون و آریتمی گذرا نیز ممکن است‌بروز نماید.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌هالوتان با آمینوگلیکوزیدها، و عوامل مهارکننده عصبی ـ عضلانی موجب تشدید شل‌شدن عضلات می گردد. تجویز توأم باتئوفیلین ترکیبات تقویت کننده سیستم‌دوپامینی مثل لوودوپا و کاتکل آمین‌ها(دوپامین اپی‌نفرین نوراپی نفرین ،موجب بروز، آریتمی می گردد مصرف‌توام فنی توئین با هالوتان ممکن است باعث‌افزایش سمیت کبدی ناشی از هالوتان‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از تجویز دارو، ازعدم مصرف قبلی دارو یا بروز عوارض‌نسبت به آن در بیمار باید اطمینان حاصل‌شود.

۲ ـ تکرار تجویز دارو در فاصله زمانی کمتر از ۳ ماه صحیح نمی‌باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به منظور القاء بیهوشی مقدارمصرف باید برای هر فرد جداگانه تعیین‌شود. برای القاء بیهوشی بتدریج به میزان۴ ـ ۲ درصد همراه با اکسیژن یانیتروزاکساید استفاده می‌شود و به میزان۱/۵ ـ ۰/۵ درصد برای نگهداری بیهوشی‌مصرف می‌شود.

کودکان برای القاء بیهوشی به میزان

۲ ـ ۱/۵ درصد استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

For Inhalation : ۲۵۰ ml / Bottle

IBUPROFEN

موارد مصرف ایبوپروفن در تسکین درد والتهاب روماتیسمی انواع آرتریت (شامل‌آرتریت جوانان و دیگر اختلالات عضلانی‌ـ اسکلتی به‌کار می‌رود. همچنین دردردهای ملایم تا متوسط نظیر قاعدگی‌دردناک دردهای و بعد از عمل جراحی تب‌و درد در کودکان مصرف می گردد.

مکانیسم اثر: ایبوپروفن اثرات ضد التهاب ضد درد و ضد تب خود را احتمالا از طریق‌مهار ساخت پروستاگلاندین‌ها اعمال‌می‌نماید.

فارماکوکینتیک ایبوپروفن پس از مصرف‌خوراکی سریع ?جذب شده و حداکثر غلظت‌سرمی آن بعد از ۲ ـ ۱ ساعت ایجادمی گردد. ۹۹ درصد دارو به پروتئین‌های‌پلاسما متصل گشته و در کبد متابولیزه‌می گردد. نیمه عمر آن ۲ ـ ۱/۸ ساعت بوده‌و از راه ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف ایبوپروفن در بیماران‌دارای سابقه حساسیت به ASA یا دیگرداروهای NSAID و نیز در بیمارانی که‌سابقه حمله آسم آنژیوادم کهیر یا رینیت‌ناشی از NSAIDs وجود دارد، نبایدمصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران دچار اختلالات‌کلیوی کبدی یا قلبی با احتیاط و با حداقل‌میزان ممکن به‌کار رود. در ضمن عملکردکلیه باید مرتب ?کنترل گردد.

۲ ـ ایبوپروفن در بیماران دچار زخم معده‌فعال نباید به‌کار رود و بهتر است دربیماران دچار زخم گوارشی یا سابقه آن از مصرف این دارو پرهیز نموده و درصورت بروز صدمات معدی ـ روده‌ای‌مصرف آن قطع گردد.

۳ ـ این دارو در افراد سالمند با احتیاط‌تجویز شود.

عوارض جانبی ناراحتی دستگاه گوارش‌نظیر تهوع اسهال و گاهگاهی خونریزی وزخم ممکن است ایجاد گردد. عوارض دیگرشامل واکنش‌های آلرژیک به‌ویژه‌آنژیوادم برونکو اسپاسم و بثورات‌جلدی همچنین سردرد، سرگیجه گیجی اختلالات شنوایی نظیر وزوز گوش و دفع‌خون در ادرار می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف ایبوپروفن

به همراه مهار کننده‌های آنزیم تبدیل

کننده آنژیوتانسین (ACE)، سبب معکوس‌نمودن اثر ضد فشار خون آنها گردیده ونیز خطر نارسایی کلیوی و افزایش

پتاسیم خون احتمالاـ افزایش می‌یابد.ایبوپروفن همراه با داروهای ضد میکروبی‌از دسته کینولون‌ها خطر بروز تشنج راافزایش می‌دهند. اثر داروهای پایین

آورنده قند خون سولفونیل اوره احتمالابوسیله این دارو افزایش می‌یابد. مصرف‌همزمان با سیکلوسپورین خطر سمیت‌کلیوی را

افزایش می‌دهد. دفع لیتیوم واحتمالا متوترکسات بوسیله ایبوپروفن کاهش یافته و سمیت آنها افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در بیماران با سابقه‌زخم در دستگاه گوارش باید با احتیاطمصرف گردد.

۲ ـ در صورت بروز هر گونه اختلال دربینایی باید با پزشک مشورت شود، زیرااحتمال بروز تنبلی چشم (آمبلیوپاتی وجود دارد.

۳ ـ در بیماران دچار اختلالات قلبی کاهش‌فشارخون خیز یا اختلالات انعقادی و نیزتحت درمان با وارفارین باید با احتیاطبه‌کار رود.

۴ ـ مصرف این دارو در کودکان زیر سن ۷سال توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا به میزان ۱/۸ g/day ـ ۱/۲(در ۴ ـ ۳ مقدار منقسم و ترجیح ?بعد از غذامصرف می‌گردد. در صورت نیاز حداکثرتا ۲/۴ g/day به‌کار می‌رود. مقدار مصرف‌نگهدارنده دارو ۱/۲ g/day ـ ۰/۶ است

کودکان در کودکان ۲۰mg/kg/day به‌صورت منقسم و در آرتریت جوانان تا۴۰mg/day مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet : ۲۰۰ mg, ۴۰۰ mg

Oral Suspension : ۱۰۰ mg / ۵ ml

INDOMETHACIN

موارد مصرف ایندومتاسین برای کنترل‌درد و التهاب متوسط تا شدید دربیماریهای روماتیسمی و اختلالات حادعصبی ـ عضلانی دیگر به‌کار می‌رود.همچنین در درمان نقرس حاد، قاعدگی‌دردناک و برای بستن مجرای شریانی درنوزاد مصرف می‌گردد.

مکانیسم اثر: ایندومتاسین یک داروی ضدالتهابی قوی است که با مهار ساخت‌پروستاگلاندین‌ها اثر خود را اعمال‌می‌نماید. این دارو همچنین تحرک و انتقال‌پلی مرفونوکلئرها به ناحیه ملتهب را مهارمی‌کند.

فارماکوکینتیک ایندومتاسین بعد ازمصرف خوراکی بخوبی و سریع جذب‌می‌گردد. مصرف دارو همراه با غذا زمان‌جذب دارو را افزایش می‌دهد. در مایعات‌بدن و از جمله CSF وارد می‌شود. دارومتابولیسم کبدی وسیع داشته و عمدت ?ازطریق صفرا دفع می‌گردد. نیمه عمر داروبه‌طور متوسط ۴/۵ ساعت است

موارد منع مصرف در بیماران با سابقه‌حساسیت به ASA یا دیگر داروهای ضدالهتاب غیر استروئیدی (NSAIDs)، دربیماران با زخم معده فعال و فرم شیاف آن‌در بیماران دچار هموروئید یا التهاب‌راست روده و مقعد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ ایندومتاسین در افراد مسن حالات آلرژیک صرع پارکینسون واختلالات روانی باید با احتیاط مصرف‌شود.

۲ ـ در مصرف طولانی مدت انجام معاینات‌چشم و خون توصیه می‌گردد.

۳ ـ در بیماران مبتلاـ به اختلالات کلیوی قلبی کبدی و نیز گوارشی با احتیاط مصرف‌گردد و در صورت بروز ضایعه یا زخم دردستگاه گوارش مصرف دارو قطع شود.

عوارض جانبی اختلالات دستگاه گوارش‌شایع است تهوع و اسهال و گاهگاهی‌خونریزی و زخم گوارشی ممکن است‌بروز نماید. سردرد، گیجی احساس سبکی‌سر و بندرت خواب آلودگی اغتشاش یابیخوابی تشنج اختلالات روانی افسردگی و سنکوپ اختلالات خونی به‌ویژه کاهش پلاکت‌ها)، افزایش‌فشارخون و نیز افزایش قند خون تاری‌دید، رسوب در قرنیه و نوروپاتی محیطی‌ممکن است بروز نماید. مصرف دارو از راه‌مقعد ممکن است موجب تحریک ناحیه شده‌و خونریزی گهگاه ایجاد نماید.

تداخل‌های دارویی ایندومتاسین با اثرکاهنده فشارخون داروهای مهارکننده‌آنزیم تبدیل کننده آنژیوتانسین (ACE)،مقابله نموده و

خطر بروز نارسایی

کلیوی و هیپرکالمی را افزایش می‌دهد.مصرف همزمان با داروهای ضد میکروبی‌از دسته کینولون‌ها، خطر بروز تشنج راافزایش می‌دهد. اثر داروهای سولفونیل‌اوره احتمالا توسط این دارو افزایش‌می‌یابد. ایندومتاسین دفع متوترکسات واحتمالا لیتیوم را کاهش می‌دهد. مصرف‌ایندومتاسین به همراه سیکلوسپورین

و یا داروهای مدر خطر سمیت کلیوی راافزایش می‌دهد. ایندومتاسین با اثرداروهای مدر مقابله نموده خطر بالارفتن‌پتاسیم خون را در صورت مصرف‌همزمان با داروهای مدر نگهدارنده

پتاسیم افزایش داده و همراه با تریامترن گاهگاهی سبب کاهش عملکرد کلیه‌می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این دارو فقطدر کودکانی توصیه می‌شود که به‌داروهای با سمیت کمتر جواب نداده یا آنهارا تحمل ننمایند.

۲ ـ در افراد مسن خطر بروز عوارض‌جانبی مربوط به CNS به‌ویژه اغتشاش‌شعور بیشتر است

۳ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف ایندومتاسین از راه

خوراکی در بیماری‌های روماتیسمی

۲۰۰mg/day ـ ۵۰ در مقادیر منقسم همراه

با غذا مصرف می گردد. در نقرس حاد۲۵۰mg/day ـ ۱۵۰ در مقادیر منقسم

و در قاعدگی دردناک تا ۷۵mg/day به‌کارمی‌رود. شیاف ایندومتاسین بمیزان

۱۰۰ میلی گرم شبها و در صورت نیازهنگام صبح نیز استعمال می گردد. درمان‌ترکیبی از فرم خوراکی و استعمالی باحداکثر تا میزان ۲۰۰ mg/day ـ ۱۵۰ انجام‌می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۲۵ mg

Tablet SR : ۷۵ mg

Suppository : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

ISOFLURANE

موارد مصرف ایزوفلوران به عنوان‌بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی‌مصرف می‌شود. ایزوفلوران همچنین بامقادیر مصرف کم به عنوان ضد درد دراعمال جراحی زنان و زایمان و برای اعمال‌جراحی که در آنها به بیهوشی کامل بیمارنیاز نیست مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی MAC) ایزوفلوران هنگام مصرف بااکسیژن ۱/۱۵٪ و هنگام مصرف بانیتروزاکساید هفتاد درصد ۰/۵٪ است ضریب توزیع خون به گاز آن ۱/۴۳ است تا حدود ۰/۱۷٪ مقدار مصرف آن‌متابولیزه می‌شود. حدود ۹۵٪ آن‌به‌صورت تغییر نیافته از طریق ریه‌ها دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودهیپرترمی بدخیم و یا سابقه ابتلاء به آن‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ ایزوفلوران با غلظت‌های‌بیهوش کننده ممکن است باعث شل شدن‌رحم شود.

۲ ـ ایزوفلوران ضربان قلب و نبض رابویژه در بیماران جوان‌تر افزایش

می دهد.

عوارض جانبی تضعیف پیشرونده تنفس افت فشارخون و شل شدن عضله صاف‌رحم از عوارض مهم دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با آمینوگلیکوزیدها، و عوامل مهارکننده عصبی ـ عضلانی موجب تشدید شل‌شدن عضلات می گردد تجویز توأم باترکیبات تقویت کننده سیستم دوپامینی‌مثل لوودوپا و کاتکل آمین‌ها (دوپامین اپی‌نفرین نوراپی نفرین ، موجب بروز،آریتمی می گردد. مصرف توام فنی توئین باایزوفلوران ممکن است باعث افزایش‌سمیت کبدی ناشی از دارو شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ ایزوفلوران عملکردقلب را در بزرگسالان تضعیف نمی کند،ولی فشار خون را به دلیل انبساط عروق‌محیطی کاهش می‌دهد.

۲ ـ در صورت مصرف ایزوفلوران برای‌ادامه بیهوشی توصیه می‌شود غلظت آن‌به کندی افزایش یابد.

مقدار مصرف برای القاء بیهوشی بتدریج‌از ۳ ـ ۰/۵ درصد به همراه اکسیژن و یامخلوط اکسیژن و نیتروز اکساید و به‌عنوان ادامه دهنده بیهوشی ۳/۵ ـ ۱ درصددر مخلوط گازهای اکسیژن ونیتروزاکساید تجویز می‌شود. در صورت‌استفاده از گاز اکسیژن به تنهایی ممکن‌است به میزان اضافه ۱ ـ ۰/۵ درصد نیازباشد. در اعمال جراحی سزارین ۰/۷۵ ـ۰/۵ درصد در مخلوط اکسیژن و نیتروزاکساید استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

For Inhalation (۱۰۰ ml)

KETAMINE

موارد مصرف کتامین به عنوان یک بیهوش‌کننده عمومی برای اعمال جراحی یاتشخیص کوتاه مدت که به شل شدن‌عضلات اسکلتی نیاز ندارند، مصرف‌می‌شود. کتامین همچنین به عنوان داروی کمکی همراه با سایر داروهای بیهوش‌کننده مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کتامین احتمالا با مهارپیام‌های عصبی آوران دریافت درد وکاهش فعالیت نخاع اثرات خود را اعمال‌می کند.

فارماکوکینتیک کتامین به سرعت در تمام‌بافت‌های بدن از جمله مغز توزیع می‌شود.متابولیسم آن کبدی است و نیمه عمر دفعی‌آن ۳ ـ ۲ ساعت است شروع اثر آن بعد ازتزریق وریدی ۳۰ ـ ۱۵ ثانیه و بعد از تزریق‌عضلانی ۴ ـ ۳ دقیقه است مدت اثر داروبعد از تزریق وریدی حدود ۱۰ ـ ۵ دقیقه وبعد از تزریق عضلانی حدود ۲۵ ـ ۱۲ دقیقه‌است زمان هوشیابی از دارو سریع است ودفع دارو به‌طور عمده کلیوی است

موارد منع مصرف مگر در موارد بسیارخاص کتامین در صورت وجود بیماری‌شدید قلبی ـ عروقی افزایش شدید فشارخون انفارکتوس اخیر میوکارد، حمله‌قلبی ضربه مغزی خونریزی یا توده‌داخل جمجمه‌ای و یا هر حالتی که به‌افزایش قابل توجه فشار خون منجر شود،نباید مصرف شود.

هشدارها: کتامین در صورت وجود آسیب‌چشم افزایش فشار مایع مغزی ـ نخاعی افزایش فشار داخل چشمی اختلالات‌روانی مانند اسکیزوفرنی و یا تیروئیدسمی باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

عوارض جانبی افزایش فشارخون تاکی کاردی حرکات عضلانی تونیک و کلونیک‌و لرزش از عوارض جانبی شایع کتامین‌هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجایی که تجویزکتامین ممکن است باعث ایجاد تهوع واستفراغ شود، معده بیمار در هنگام تجویزدارو باید خالی باشد.

۲ ـ بدلیل افزایش ترشح بزاق و مخاط،تجویز آتروپین و یا اسکوپولامین قبل ازبیهوشی توصیه می‌شود.

۳ ـ برای جلوگیری از ایجاد آپنه ضعف‌تنفسی و یا افزایش فشار خون تزریق‌وریدی کتامین باید آهسته و طی مدت یک‌دقیقه انجام گیرد.

۴ ـ مصرف مکرر کتامین ممکن است باعث‌ایجاد مقاومت به اثرات دارو در بیمار گردد.

مقدار مصرف به منظور القاء بیهوشی‌عمومی در بزرگسالان یا کودکان

۲ mg/kg ـ ۱ به‌صورت وریدی یا

۱۰mg/kg ـ ۵ به‌صورت عضلانی تجویزمی گردد. از طریق انفوزیون آهسته

داخل وریدی در جراحی‌های طولانی

مدت و القاء بیهوشی کلا به میزان

۲mg/kg ـ ۰/۵ و مقدار مصرف نگهدارنده۰/۰۵mg/kg/min ـ ۰/۰۱ است حداکثرمقدار مصرف تا ۴/۵ mg/kg از راه تزریق‌وریدی و تا ۱۳ mg/kg به‌صورت تزریق‌عضلانی است

اشکال دارویی

Injection (As HCL) : ۵۰۰ mg / ۱۰ ml

LEVODOPA

موارد مصرف لوودوپا در درمان بیماری‌پارکینسون (اما نه برای درمان علائم خارج‌هرمی ناشی از داروها) مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: لوودوپا، پیش ساز دوپامین‌است و عمدت ?با افزایش دوپامین دراستریاتوم عمل می کند. کندی حرکات برادی کینزی و سختی عضلات را بیشتراز رعشه بهبود می‌بخشد.

فارماکوکینتیک لوودوپا از روده کوچک‌سریع ?جذب می‌شود، اما جذب آن بستگی‌به سرعت تخلیه معده و pH محتویات آن‌دارد. ۲ ساعت بعد از مصرف خوراکی دارو به حداکثر غلظت پلاسمایی خودمی‌رسد. حدود دو سوم دارو در کبدمتابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه‌بسته نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو نباید در پارکینسون‌ناشی از مصرف دارو استفاده شود.

۲ ـ در موارد زیر لوودوپا باید با احتیاطفراوان تجویز شود:

بیماریهای ریوی اولسرپپتیک بیماری‌قلبی ـ عروقی دیابت نرمی استخوان گلوکوم با زاویه باز، ملانومای پوست وبیماری روانی

۳ ـ در درمان طولانی مدت بایدسیستم‌های کبدی کلیوی قلب و عروق خون ساز و روان بیمار تحت مراقبت ونظارت باشند.

۴ ـ در بیمارانی که با درمان بتدریج بهبودنسبی پیدا کرده‌اند، نباید مصرف داروبه‌طور ناگهانی قطع شود.

۵ ـ مهمترین عوارض جانبی محدودکننده‌مقدار مصرف لوودوپا، حرکات غیر ارادی‌و اختلالات روانی هستند.

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع واستفراغ بی خوابی سراسیمگی کاهش‌فشارخون وضعیتی (ندرت ?کاهش‌فشارخون پایدار)، گیجی طپش قلب آریتمی قرمز رنگ شدن ادرار و سایرمایعات بدن ندرت ?افزایش حساسیت حرکات غیر ارادی و غیر طبیعی هیپومانیاو سایکوز که ممکن است باعث محدودشدن مقدار مصرف شوند، افسردگی خواب آلودگی سردرد، برافروختگی تعریق خونریزی دستگاه گوارش ونروپاتی محیطی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف توام لوودوپابا هوشبرها مثل هالوتان با خطر آریتمی‌همراه است مصرف توام لوودوپا باداروهای ضد افسردگی مهار کننده آنزیم‌مونوآمینواکسیداز منجر به زیادی‌فشارخون می گردد، به همین دلیل تا حداقل۲ هفته پس از قطع مصرف

داروهـای ضدافسـردگی از مصـرف لوودوپـا خودداری‌شود. مصـرف همزمـان لوودوپا با ویتامین B۶ مـوجب کـاهش اثرات لوودوپا خواهدشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو در بیماران‌سالمنـد و بیمارانی که بمـدت طولانی سابقه‌بیماری پارکینسون دارند، ارزش اندکی‌دارد، چون این افراد نمی‌تواننـد مقادیر زیاددارو را تحمل کننـد. همچنین در بیمارانی که‌علاوه بر بیماری پارکینسون بیماری‌مغزی دیگری نیز دارند، لوودوپا ارزش‌کمی دارد، چون این افراد به عوارض‌جانبی این دارو حساسـیت بیشتری دارند.همچنین در پارکینسون ناشی ازبیماری‌های دژنراتیو مغزی نیز معمولا به‌لوودوپا پاسخ ایجاد نمی‌شود.

۲ ـ درمـان بـا لوودوپـا بایـد با مقادیر کم‌شـروع و به‌صورت تـدریجی مقادیر دارو راافزایش داد (با فواصل ۲ تا ۳ روز). مقدارنهایی معمولاـبر اسـاس افزایش تحرک‌بیمـار از یـک طرف و عـوارض جـانبی محدودکننـده داروی مصـرفی از طرف دیگر تعیین‌می‌شود. فواصل بین مقادیر مصرف مهم‌است و باید بر اساس نیاز هر بیمار به‌طورجداگانه تعیین شود.

۳ ـ تهوع و اسـتفراغ نـدرت ?باعث محدودیت‌در مقدار داروی دریافتی می‌شوند.مصـرف دارو بعد از غذا تحمل آن را برای‌دسـتگاه گوارش بالا می‌برد.

۴ ـ قطع مصرف دارو بتدریج صورت گیرد.

مقدار مصرف در ابتدا ۵۰۰ mg/day ـ ۱۲۵به صورت منقسم بعد از غذا، تجویزمی‌شود که بر اساس پاسخ بیمار افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰۰ mg

LEVODOPA–C

موارد مصرف این دارو در کنترل بیماری‌پارکینسون (اما نه برای درمان علائم خارج‌هرمی ناشی از داروها) مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: لوودوپـا، پیش سـاز دوپـامین‌است و عمــدت ?بـا تـأمین دوپـامین کـاهش یافته‌استریـاتوم عمـل می‌کنـد. کـاربی دوپا مهارکننده خارج مغزی دوپا دکربوکسیلاز بوده‌و تبدیل محیطی لوودوپا به دوپامین رامهار می‌کند، اما برخلاف لوودوپا از سدخونی ـ مغزی عبور نمی‌کنـد. بنابراین درصورتی که همراه با لوودوپا تجویز شود،غلظت مغزی مناسبی از دوپامین فراهم‌می‌گردد و در عین حال بدلیل کاهش‌تشکیل دوپامین در محیط، عوارض جانبی‌محیطی مثل تهوع استفراغ و اثرات قلبی ـعروقی آن کاهش می‌یابد.

فارماکوکینتیک این دارو سـریع ?از دسـتگاه‌گوارش جـذب می‌شود، اما جـذب آن بسـتگی‌به سـرعت تخلیه معـده و pH محتویات آن‌دارد. غذا، ظهور لوودوپا در پلاسما را به‌تأخیر می‌اندازد. حدود دو سوم دارو درکبد متابولیزه و از طریق ادرار دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودگلوکوم با زاویه بسته نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو نباید در پارکینسون‌ناشی از مصرف داروها استفاده شود.

۲ ـ در صورت وجود بیماریهای ریوی اولسرپپتیک بیماری قلبی ـ عروقی دیابت نرمی استخوان گلوکوم با زاویه باز،ملانومای پوست یا بیماری روانی باید بااحتیاط فراوان تجویز شود.

۳ ـ در درمان طولانی مدت بایدسیستم‌های کبدی کلیوی قلب و عروق خون ساز و روان بیمار تحت مراقبت ونظارت باشند.

۴ ـ در بیمارانی که بهبود نسبی پیداکرده‌اند، نباید مصرف دارو به‌طور ناگهانی‌قطع شود.

عوارض جـانبی بی‌اشـتهایی تهوع واسـتفراغ بی‌خوابی سراسـیمگی کاهش‌فشار خون وضـعیتی گیجی طپش قلب آریتمی قرمز رنگ شدن ادرار و سایرمایعات بدن حرکات غیر ارادی و غیرطبیعی هیپومانیا و سایکوز که ممکن است‌باعث محدود شدن مقدار مصـرف

شونـد،افسـردگی خـواب آلـودگی سـردرد،برافروختگی تعریق خونریزی دسـتگاه گوارش و نروپـاتی محیطی از عوارض‌جـانبی دارو هستند.

تـداخل‌های دارویی مصـرف توام این داروبا هوشبرهای اسـتنشاقی ماننـد هالوتان باخطر آریتمی همراه است مصـرف توام این‌دارو با داروهای ضـد افسـردگی (مهارکننده آنزیم مونوآمینواکسـیداز) منجر به‌افزایش شدید فشار خون می گردد. به همین‌دلیل تا حداقل ۲ هفته پس از قطع مصرف‌داروهای ضد افسردگی از مصرف این‌دارو باید خودداری شود.

نکات قابل توصیـه ۱ ـ این دارو در بیماران‌سالخورده و بیمارانی که به مـدت طولانی‌سابقه بیماری پارکینسون دارنـد، ارزش‌انـدکی دارد. چـون ایـن افراد نمی‌تواننـدمقادیر زیـاد دارو را کـه بر بیمـاری آنهـا غلبه‌کنـد، تحمـل کننـد. همچنیـن در پارکینسون‌ناشـی از بیماری‌های دژنراتیو مغزی نیزمعمولا به این دارو پاسخ ایجاد نمی‌شود.

۲ ـ درمان با این دارو را بایـد با مقادیر کم‌شـروع نمود و به‌صورت تـدریجی مقادیردارو را افزایش داد (با فواصل ۲ تا ۳ روز).مقدار مصرف نهایی معمولا بر اساس‌افزایش تحرک بیمار از یک طرف وعوارض جانبی محدود کننده داروی‌مصرفی از طرف دیگر تعیین می‌شود.

۳ ـ تهوع و استفراغ ندرت ?باعث محدودیت‌در مقدار داروی دریافتی می‌شوند.مصرف دارو بعد از غذا تحمل آن را بهترمی کند.

مقدار مصـرف در ابتدا به میزان ۱۰۰میلی گرم ۳ بـار در روز (همراه با ۱۰میلی گرم کـار بی‌دوپا) تجویز می‌شود. که‌می‌توان به میزان ۱۰۰mg/day ـ ۵۰ افزایش‌داد. و یا آنکه یک روز در میان بر اساس‌پاسـخ بیمار تا حداکثر ۸۰۰mg/day درمقادیر منقسم تجویز گردد.

اشکال دارویی

Scored Tablet : Levodopa ۱۰۰ mg +Carbidopa ۱۰ mg

Scored Tablet (Forte) : Levodopa ۲۵۰ mg+ Carbidopa ۲۵ mg

LIDOCAINE

موارد مصـرف به‌عنوان بی حس کننده‌موضـعی در اختلالات پوسـتی خفیف نظیرآفتـاب سوختگی بریـدگیهای جزئی سوختگیهـا و خراشـیدگیها و گزش حشـرات‌به‌کار می‌رود. فرآورده‌هـای لیـدوکائین‌همراه بـا اپی نفرین برای ایجاد بی حسی‌موضـعی در غشاهای مخـاطی قابـل‌دسترس ماننـد مری و دهـان به‌کـار برده‌می‌شونـد. ایـن دارو همچنیـن برای کـاهش‌درد و التهـاب در نـاحیه مری و کاهش‌رفلکسـهای مری نیز به‌کـار برده می‌شـود.لیـدوکائین به‌صـورت تزریقی در اطراف‌سـخت شـامه و یـا زیر نخـاع تجـویز می‌شود.همچنین این دارو برای ایجاد بی‌حسی‌موضـعی یا منطقه‌ای ایجاد اثر ضـد دردبه‌منظور انسداد حرکتی به درجات مختلف‌قبل از اعمال جراحی دندانپزشکی وزایمان به‌کار می‌رود.

مکـانیسم اثر: بی‌حس کننـده‌های موضـعی باتثبیت برگشت‌پـذیر غشای سـلولهای‌عصبی در نتیجه کاهش نفوذپـذیری این‌غشاء به یون سـدیم شـروع و هـدایت امواج‌عصبی را متوقف می‌کند. در صورت جذب‌مقادیر زیاد، لیدوکائین ابتدا می‌تواند اثرتحریکی و سـپس اثر تضعیفی بر روی CNSداشته باشد.

فارماکوکینتیـک ملـح یونیزه این داروبراحتی از پوست سـالم جـذب نمی‌شود، امااز محل ضـربه خورده و یا خراشـیده قادربه جـذب می‌باشـد. متابولیسم لیدوکائین درکبد و تا حد کمی نیز در کلیه انجام می گیرد.شـروع اثر لیدوکائین ۵ ـ ۲ دقیقه و طول‌مدت اثر آن در مصارف جلدی تقریب ?۴۵دقیقه و در مخاط ۶۰ ـ ۳۰ دقیقه است دفع‌لیدوکائین عمدت ?از کلیه و به‌صورت‌متابولیت می‌باشد.

مـوارد منع مصـرف در صـورت وجـود بلوک‌کامـل قلـبی خـونریزی شدیـد، کـاهش شدیـدفشار خـون و شـوک نبایـد از ایـن دارو

برای‌انسداد زیر عنکبوتیه‌ای استفاده گردد. این‌دارو همچنین در صورت وجود عفونت درموضعی که برای تزریق کمری در نظر گرفته شده این دارو برای ایجاد انسدادزیر عنکبوتیه‌ای نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود حساسیت‌به سایر ترکیبات بی‌حس کننده آمیدی‌احتمال وجود حساسیت به این دارو نیزوجود دارد.

۲ ـ در حالاتی نظیر صرع نارسایی تنفسی نارسایی کبد و یا پورفیریا با احتیاطمصرف گردد.

۳ ـ در ناراحتی‌های قلبی ـ عروقی به‌ویژه‌انسداد قلبی و یا شوک و یا عفونت در محل‌تزریق با احتیاط مصرف گردد.

۴ ـ فرآورده‌های حاوی نورآدرنالین دربیماران قلبی از جمله مبتلایان به آریتمی ویا پرکاری تیروئید، باید با احتیاط مصرف گردند.

عوارض جانبی عوارض جانبی به‌طور کلی‌ناشی از مقدار زیاد مصرف غلظت زیادپلاسمایی ناشی از ورود ناخواسته دارو به‌رگ کاهش تحمل بیمار، ناسازگاری فردی‌یا حساسیت مفرط می‌باشد. واکنش‌های‌سیستمیک ممکن است به سرعت یا باتأخیر و تا ۳۰ دقیقه پس از تجویز داروبروز کند. عوارض سیستمیک شامل گیجی تضعیف تنفسی تشنج افت‌فشارخون و برادیکاردی می‌باشد.عوارض با شیوع کم در مصرف موضعی‌عبارتند از سوزش گزش ورم یاحساسیت پوست به لمس خارش و کهیر.

تداخل‌های دارویی داروهای مضعف CNS،از جمله داروهایی که معمولاً ـ قبل از بیهوشی‌مصرف می‌شوند و نیز سولفات منیزیم‌تزریقی ممکن است موجب بروز اثرات‌تضعیفی اضافی CNS شوند. داروهای‌مسدودکننده بتاآدرنرژیک از طریق کاهش‌جریان خون کبدی سرعت متابولیسم‌لیدوکائین را کاهش داده و خطر مسمومیت‌با آن را بالا می‌برند. سایمتیدین متابولیسم‌این دارو را بتأخیر می‌اندازد و در نتیجه‌احتمال خطر مسمومیت افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت حساسیت‌به سایر بیحس کننده‌ها این دارو باید بااحتیاط و زیر نظر پزشک تجویز گردد.

۲ ـ به دلیل طولانی بودن زمان بیحسی بایددقت گردد که اعضای بیحس شده مجروح‌نگردند.

۳ ـ از مصرف لیدوکائین موضعی درنواحی وسیعی از پوست و یا مخاطبخصوص اگر آسیب دیده باشند، بایدخودداری شود.

۴ ـ باید احتیاط گردد که فرآورده‌های‌موضعی وارد چشم نگردند.

مقدار مصرف

بزرگسالان در انفیلتراسیون برای‌بیحسی از طریق تزریقی بر حسب وزن‌بیمار و نوع عمل جراحی حداکثر ۲۰۰ میلی‌گرم (در مورد محلول‌های حاوی آدرنالین‌حداکثر ۵۰۰ میلی گرم تجویز می‌شود. دربیحسی وریدی منطقه‌ای مقدار ۳۰۰ ـ ۵۰میلی‌گرم و برای بیحسی جلدی مقدار

۳۰۰ ـ ۵ میلی‌گرم مصرف می‌شود. برای‌بیحسی اعصاب محیطی در دندانپزشکی‌مقدار ۱۰۰ ـ ۲۰ میلی‌گرم از محلول ۲درصد، در بیحسی بین دنده‌ای مقدار ۳۰میلی‌گرم از محلول یک درصد، در بیحسی‌اطراف گردن رحم مقدار ۱۰۰ میلی‌گرم ازمحلول یک درصد در هر طرف مصرف‌می‌شود. حداکثر مقدار مصرف دربزرگسالان در بیحسی منطقه‌ای وریدی تا۴mg/kg و در دندانپزشکی تا ۶/۶mg/kg یا۳۰۰ میلی‌گرم در هر بار مراجعه به‌دندانپزشکی و در سایر موارد تا ۴/۵mg/kgیا ۳۰۰ میلی‌گرم در هر بار مصرف‌می‌باشد. در مامایی برای بیحسی قسمت‌تحتانی نخاع و زایمان طبیعی از طریق‌مهبل مقدار ۵۰ میلی‌گرم از لیدوکائین و درعمل سزارین و یا زایمان‌هایی که به‌دستکاری داخل رحم نیاز دارد، مقدار ۷۵میلی‌گرم استفاده می‌شود. برای بیحسی‌در جراحی شکم مقدار ۱۰۰ ـ ۷۵ میلی‌گرم‌مصرف می‌شود.

شکل اسپری لیدوکائین بسته به نیاز ووسعت محل استفاده می‌گردد. حداکثرمقدار مصرف برای یک فرد ۷۰ کیلوگرمی ۲۰ اسپری می‌باشد.

پماد این دارو به مقدار لازم در موضع‌مالیده می‌شود. در مورد ژل که برای‌بیحسی پیشابراه به‌کار می‌رود، در زنان

۵ ـ ۳ میلی لیتر و در مردان ۱۰ ـ ۵ میلی لیترو در زمان سوندگذاری و یاسیستوسکوپی ۳۰ میلی لیتر در دو مقدارمنقسم به‌کار می‌رود.

کودکـان در کودکـان در انفیلتراسیون‌موضــعی تـا ۴/۵mg/kg از محلــول ۰/۵ ـ ۰/۲۵درصـد و برای بیحسـی منطقـه‌ای وریـدی تاmg/kg۳ از محلولهای فوق استفاده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Carpool : ٪۲

Injection : (Lidocaine HCl ۲۰ mg +Epinephrine ۱۲.۵ mcg)/ml

Injection : Lidocaine ٪۵ and Dextrose٪۷.۵

Injection : (Lidocaine HCl ۱۰ mg +Epinephrine ۵ mcg)/ml

Topical Ointment: ۵٪

Topical Aerosol : ۱۰ mg/dose

Gel: ۲٪

LITHIUM CARBONATE

موارد مصرف از لیتیوم در درمان وپیشگیری مانیا، بیماری مانیک ـ دپرسیو،افسردگی عود کننده و رفتار تهاجمی‌استفاده می‌شود.

مکـانیسم اثر: مکانیسم اثر لیتیوم دقیق?مشـخص نیست اما به دلیل شـباهت یون‌لیتیوم به یون سـدیم جایگزین سـدیم شـده‌و در ایجاد پتانسـیل عمـل در سـلولهای‌عصبی اختلال ایجاد می‌کنـد، بر روی‌عملکرد واسـطه‌های شـیمیایی عصبی مثل‌نوراپی نفرین سـروتونین دوپامین واستیل کولین و گیرنده‌های آنها تأثیرمی‌گذارد و با کاهش تولید پیام رسان‌ثانویه اینوزیتول‌تری فسـفات ایجاد پاسخ‌سلولی را تضعیف می‌کند.

فارماکوکینتیک کربنات لیتیوم از طریق‌خوراکی به‌طور کامل جـذب می‌شود و بعـداز ۳۰ دقیقه به حداکثر غلظت پلاسمایی‌می‌رسد. ۹۵ درصد دارو بدون تغییر ازطریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصـرف در نارسـایی کلیه بیمـاری قلبی و بیماری‌هـای که در آنهاسـدیم بـدن متعـادل نیست (مثـل بیمـاری‌آدیسون نبـاید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ به دلیل احتمال بروز تغییرات‌بافتی و عملکردی کلیه متعاقب مصـرف‌دراز مدت لیتیوم خواهد شد، به همین دلیل‌درمان با این دارو بیش از ۵ ـ ۳ سال‌توصیه نمی‌شود.

۲ ـ از آنجایی که نمک‌های لیتیوم دارای‌ضـریب درمانی بسـیار باریکی هسـتند، فقطدر صورتی می‌توان آنها را تجویز نمود که‌بتوان غلظت پلاسمایی دارو را به تناوب‌اندازه گرفت افزایش غلظت پلاسمایی‌لیتیوم بالاتر از حد درمانی ممکن است‌کشنده باشد.

۳ ـ در صـورت بروز علائـم مسـمومیت بـالیتیوم (لرزش عـدم تعـادل نیسـتاگموس نارسـایی کلیوی و تشـنج بایـد درمـان راقطع و در صورت لزوم مسمومیت زدایی‌انجام داد.

۴ ـ وقتی که غلظت پلاسمایی لیتیوم به حدسمی می‌رسد، معمولا ۱ یا ۲ روز طول‌می‌کشد تا علائم شدید مسمومیت بروزکند.

۵ ـ در صورت تخلیه سدیم بدن مسمومیت‌با لیتیوم تشدید می‌شود. به همین دلیل ازمصرف داروهای مدر بخصوص تیازیدهاهمزمان با این دارو باید اجتناب

شود.

۶ ـ در موارد میاستنی گراو، جراحی واستفاده همزمان از داروهای مدر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی اختلال گوارشـی لرزش پرنوشـی و پر ادراری افزایش وزن و خیزاز عوارض جانبی دارو هستند. تاری دید،بدتر شدن

اختلال گوارشی (بی‌اشتهایی استفراغ اسهال ، ضعف عضلانی افزایش‌اختلال CNS (خواب آلودگی خفیف کسالت سرگیجه و عـدم تعادل عدم‌هماهنگی هیپررفلکسی تشنج سایکوز،سنکوپ کم ادراری نارسایی گردش‌خون اغماء و معمولا ـ مرگ از علائم‌مسمومیت با لیتیوم هستند.

تداخل‌های دارویی داروهای مهار کننده‌آنزیم مبدل آنژیوتانسین (ACE)، داروهای‌ضد التهاب غیر استروییدی مدرهای موثربر قوس هنله و تیازیدها با کاهش دفع‌لیتیوم غلظت پلاسمایی آن را افزایش‌می‌دهند. لذا احتمال مسمومیت وجودخواهد داشت سدیم بی کربنات استازولامید و تئوفیلین دفع لیتیوم راافزایش و موجب کاهش غلظت پلاسمایی‌آن می‌شوند. گزارش شده که مصرف‌همزمان لیتیوم با مترونیدازول واسپکتینومایسین موجب بروز مسمومیت‌با لیتیوم شده است مصرف همزمان‌لیتیوم با فنی توئین کاربامازپین وراپامیل دیلتیازم و متیل دوپا ممکن است‌موجب سمیت عصبی شود. مصرف‌همزمان لیتیوم با داروهای ضد سایکوزبخصوص هالوپریدول و نیز بامتوکلوپرامید موجب افزایش خطر بروزعوارض خارج هرمی و احتمالا ـ سمیت‌عصبی می گردد. در صورت مصرف‌همزمان با لیتیوم اثر شل کننده‌های‌عضلانی افزایش می‌یابد. لیتیوم با اثرات‌نئوستیگمین و پیریدوستیگمین تداخل‌می کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مقدار مصرف لیتیوم‌را باید به گونه‌ای تنظیم نمود که غلظت‌پلاسمایی در محدوده ۱ mmol/liter ـ ۰/۴قرار بگیرد.

۲ ـ جهت درمان نگهدارنده و در سالمندان مقدار مصرف لیتیوم باید به گونه‌ای

تنظیم شود که غلظت پلاسمایی در حد

۱ mmol/liter ـ ۰/۴ بدست آید.

۳ ـ غلظت پلاسمایی مطلوب در هر فرد بایدبه‌طور جداگانه تعیین شود.

۴ ـ در مسمومیت خفیف با لیتیوم قطع‌دارو و تجویز مقادیر زیاد آب و نمک برای‌رفع مسمومیت کفایت می کند.

۵ ـ وقتی رژیم دارویی لیتیوم تثبیت شد،معمولا هر ۳ ماه یکبار غلظت پلاسمایی آن‌باید اندازه گیری شود.

۶ ـ در طول دوره درمان عملکرد تیروئیدباید تحت نظر باشد.

۷ ـ در طول دوره درمان بیمار باید آب وسدیم به اندازه کافی مصرف کند.

۸ ـ در صورت بروز استفراغ اسهال عفونت و تعریق شدید ممکن است لازم‌باشد مصرف لیتیوم را قطع نمود یا مقدارمصرف را کاهش داد.

۹ ـ در صورت امکان از قطع ناگهانی داروپرهیز شود.

۱۰ ـ فرآورده‌های مختلف لیتیوم از نظرفراهمی زیستی با یکدیگر تفاوت دارند و درصورت تغییر فرآورده مورد استفاده‌بیمار، باید احتیاطات لازم انجام شود.

۱۱ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف را باید به‌گونه‌ای تنظیم نمود که در روز چهارم یاهفتم درمان ۱۲ ساعت پس از زمان‌مصرف دارو، غلظت پلاسمایی لیتیوم درمحدوده ۱ mmol/liter ـ ۰/۴ بدست آید.همچنین تنظیم مقدار لیتیوم باید بصورتی‌باشد که هر هفته و در مرحله بعد هر ۴ هفته‌و نهایت ?هر ۳ ماه محدوده غلظت پلاسمایی‌در حد فوق باشد. در ابتدا مقدار مصرف‌دارو به‌صورت منقسم در روز داده‌می‌شود، اما بعد از تثبیت غلظت پلاسمایی ترجیح ?باید دارو یکبار در روز مصرف‌شود. به منظور درمان و پیشگیری ابتدا۰/۴ـ۱/۲g/day به‌صورت یکی و یا در ۲مقدار منقسم تجویز می‌شود. در سالمندانو بیماران با وزن کمتر از ۵۰ کیلوگرم‌روزانه ۴۰۰ میلی گرم توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۳۰۰ mg

Tablet SR: ۴۰۰ mg

LORAZEPAM

موارد مصرف این دارو به‌طور کوتاه مدت‌در درمان اضطراب و بی خوابی حملات‌صرعی مداوم و به‌عنوان داروی ضداضطراب قبل از جراحی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر برگیرنده‌های‌اختصاصی در غشای سلول عصبی اثرمهاری گاماآمینوبوتیریک اسید (GABA) راکه در تمام نواحی CNS باعث مهار پیش‌سیناپسی و پس سیناپسی می گردد،تسهیل کرده یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به خوبی‌جذب می‌شود. متابولیسم آن از طریق کبدو دفع آن از طریق کلیه می‌باشد. این داروبه‌میزان بالایی به پروتئین‌های پلاسمایی‌اتصال می‌یابد. نیمه عمر پلاسمایی آن

۲۰ ـ ۱۰ ساعت است

موارد منع مصرف در موارد تضعیف‌تنفسی نارسایی حاد ریوی نارسایی حادکبد ترس یا وسواس جنون مزمن افسردگی و اضطراب همراه آن نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماری‌های تنفسی ضعف عضلانی بیماران با سابقه مصرف‌نابجای دارو یا افراد با اختلال شخصیتی‌باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ در افراد مسن مبتلایان به نارسایی‌کبدی و کلیوی مقدار مصرف دارو بایدکاهش داده شود.

۳ ـ از مصرف طولانی مدت این داروخودداری شود.

۴ ـ برای جلوگیری از بروز عوارض قطع‌مصرف مقدار دارو را باید بتدریج کاهش‌داد.

عوارض جانبی خواب آلودگی گیجی درروز بعد، آتاکسی (بخصوص در افرادسالخورده ، فراموشی و وابستگی ازعوارض جانبی شایع این دارو است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان با داروهای مضعف CNS، ضددردهای مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهار کننده‌های مونوآمینواکسیداز، ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای‌پایین آورنده فشار خون که باعث تضعیفCNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزرپین ممکن است اثر مضعفCNS لورازپام تقویت شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو وابستگی‌ایجاد می کند و نباید بیش از مقدار توصیه‌شده مصرف شود.

۲ ـ اگر بعد از چند هفته اثر درمانی داروکاهش یافت به پزشک مراجعه شود.

۳ ـ در صورت بروز خواب آلودگی سرگیجه منگی و از دست دادن مهارت درانجام کار، بخصوص در افراد مسن دارو بااحتیاط مصرف شود.

۴ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی در درمان اضطراب ۴ ـ ۱میلی گرم در مقادیر منقسم مصرف‌می‌شود. در درمان بی خوابی همراه بااضطراب ۲ ـ ۱ میلی گرم در موقع خواب‌مصرف می‌شود. مقدار دارو در افراد مسن‌و ناتوان نصف مقادیر مصرفی افراد بالغ‌است

تزریقی از طریق داخل عضلانی یا تزریق‌آهسته داخل وریدی (در وریدهای بزرگ و در حملات حاد پانیک به میزان

۳۰mcg/kg ـ ۲۵ تجویز می‌شود که درصورت هر ۶ ساعت تکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet : ۱ mg, ۲ mg

Injection : ۲mg/ml

MAGNESIUM SULFATE

موارد مصرف این دارو برای برطرف‌کردن کمبود منیزیم آریتمی بعد از مواردمشکوک به سکته قلبی و جلوگیری از تشنج‌ناشی از اکلامپسی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر منیزیم کاملاشناخته شده نیست اما بر پمپ

Na+/K+ATPase، کانالهای سدیمی پتاسیمی و کلسیمی تأثیر می گذارد.همچنین موجب کاهش آزاد شدن استیل‌کولین در محل اتصال عصب ـ عضله‌می گردد.

فارماکوکینتیک از راه وریدی اثر داروبلافاصله شروع و حدود ۳۰ دقیقه ادامه‌می‌یابد. این دارو از طریق کلیه‌ها دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود بلوک‌قلبی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در نارسایی کبدی ویا کلیوی باید با احتیاط فراوان تجویز شود.

۲ ـ در طول مدت تجویز این دارو، غلظت‌منیزیم و سایر الکترولیت‌های خونی مرتب?کنترل شود.

۳ ـ تزریق داخل عضلانی این دارو دردناک‌است

عوارض جانبی زیادی منیزیم خون تهوع استفراغ تشنگی برافروختگی پوست کاهش فشارخون آریتمی اغماء، تضعیف‌تنفسی خواب آلودگی توهم فقدان‌رفلکس تاندونی و ضعف عضلانی ازعوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو به علت رقابت‌با یون کلسیم اثر داروهای غیر دپلاریزان‌شل کننده عضلات را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در طول مصرف این‌دارو در اکلامپسی ECG، فشارخون وعلائم افزایش غلظت پلاسمایی باید کنترل‌شود و در صورت بروز نشانه‌های‌مسمومیت با منیزیم (عدم رفلکس زانو،ضعف تهوع احساس داغ شدن برافروختگی خواب آلودگی تاری دید ولرزش صدا) تزریق گلوکونات کلسیم‌توصیه می‌شود.

مقدار مصرف در درمان کمبود منیزیم‌حداکثر ۱۶۰ میلی مول یون منیزیم و تا ۵روز ممکن است تجویز شود. منیزیم‌سولفات در آغاز یا به‌صورت تزریق‌عضلانی و یا انفوزیون وریدی تجویزمی گردد. مقدار مصرف نگهدارنده ۲۰ ـ ۱۰میلی مول یون منیزیم در روز است درآریتمی‌ها همراه با کاهش پتاسیم و یاآریتمی از نوع torsades de points مقدار

۸ میلی مول یون منیزیم طی ۱۵ ـ ۱۰ دقیقه‌تزریق وریدی می‌شود که در صورت لزوم‌می‌توان این مقدار مصرف را یکبار دیگرتکرار کرد. بعد از سکته قلبی ابتدا ۸ میلی‌مول یون منیزیم طی ۲۰ دقیقه تزریق‌وریدی می‌شود و سپس ۷۲ ـ ۶۵ میلی مول‌یون منیزیم طی ۲۴ ساعت انفوزیون‌می‌شود. برای جلوگیری از تشنجات‌اکلامپسی در ابتدا چهار گرم سولفات‌منیزیم طی ۲۰ دقیقه تزریق وریدی‌می‌شود. سپس انفوزیون وریدی یک گرم‌در ساعت سولفات منیزیم ادامه می‌یابد. درصورت بروز تشنج مجدد می‌توان ۴ ـ ۲گرم سولفات منیزیم را تزریق وریدی کرد.

اشکال دارویی

, Injection : (As sulphate ۷ H۲O) ۱۰٪

۵۰٪ , ۲۰٪

MEFENAMIC ACID

موارد مصرف این دارو در دردهای ملایم تامتوسط آرتریت روماتوئید (شامل آرتریت‌جوانان ، استئوآرتریت و حالات مشابه قاعدگی دردناك و منوراژی در کوتاه مدت کمتر از ۷ روز) به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: مفنامیك اسید احتمالا ساخت‌پروستاگلاندین‌ها را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیك بعد از مصرف خوراکی به‌آهستگی جذب و حداکثر غلظت سرمی آن

۳ ـ ۲ ساعت پس از مصرف ایجاد می‌گردد.توسط کبد غیر فعال شده و نیمه عمر آن‌حدود ۳ ساعت است و از راه ادرار و مدفوع‌دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در موارد حساسیت بهASA و سایر NSAID، همراه بابرونکواسپاسم رینیت آلرژیك و کهیر،بدلیل احتمال وجود حساسیت متقابل درحالات زخم یا التهاب مزمن نواحی فوقانی‌یا تحتانی دستگاه گوارش پورفیری و درسابقه بیماری کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران با سابقه‌بیماریهای کلیوی کبدی یا آسم با احتیاطفراوان به‌کار رود.

۲ ـ در صورت بروز اسهال مصرف داروباید قطع گردد.

۳ ـ در مصرف طولانی مدت آزمایش خون‌لازم بوده و احتمال بروز پورفیری وجوددارد.

عوارض جانبی خواب آلودگی و عوارض‌گوارشی شامل تهوع اسهال (قطع مصرف‌دارو لازم است ، ناراحتی شکمی خونریزی و زخم گاهگاهی بروز می‌نمایدکه با مصرف دارو همراه با غذا به

حداقل می‌رسد. عوارض دیگر شامل‌واکنش‌های حساسیتی خصوص?آنژیوادم برونکواسپاسم و بثورات جلدی همچنین‌سر درد، سرگیجه گیجی اختلالات‌شنوایی نظیر وزوز گوش و نیز دفع خون‌در ادرار می‌باشند. کم خونی همولیتیک کم‌خونی آپلاستیک و تشنج با مقادیر بالاممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی اثر ضد فشار خون‌مهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده‌آنژیوتانسین بوسیله مفنامیك اسید کاهش‌یافته خطر نارسایی کلیوی و نیز افزایش‌پتاسیم خون احتمالا افزایش می‌یابد. خطربروز تشنج با داروهای ضد میکروبی‌کینولون‌ها بوسیله این دارو افزایش‌می‌یابد. کورتیکواستروئیدها خطر بروزعوارض گوارشی از جمله خونریزی رابوسیله این دارو افزایش می‌دهند. سمیت‌کلیوی سیکلوسپورین بوسیله مفنامیك‌اسید افزایش می‌یابد. دفع لیتیوم و احتمالامتوترکسات بوسیله این دارو کاهش یافته احتمال بروز سمیت بوسیله این داروها به‌همراه یکدیگر وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف دارو ممکن‌است منجر به کاهش فعالیت پلاکت‌هاگردیده و مصرف آن در بیماران دچاراختلالات انعقادی یا تحت درمان باداروهای ضد انعقاد از جمله وارفارین بایدبا احتیاط باشد.

۳ ـ در صورت بروز اسهال مصرف داروباید قطع گردد.

۴ ـ در بیماران مبتلا به آلرژی و افراد مسن‌مبتلا به اختلالات قلبی یا فشارخون و خیزبا احتیاط مصرف گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به میزان ۵۰۰ میلی‌گرم ۳ باردر روز، ترجیح ?بعد از غذا مصرف‌می‌گردد.

کودکان در کودکان بالای سن شش‌ماهگی به میزان ۲۵ mg/kg روزانه درمقادیر منقسم مصرف می‌شود. به جز دربیماری آرتریت نوجوانان بیشتر از ۷ روزنباید مصرف شود.

اشکال دارویی

Film coated tablet / Capsule: ۲۵۰ mg

MEPIVACAINE HCl

موارد مصرف مپی واکائین به‌عنوان بیحس کننـده موضـعی تزریقی برای ایجاد بیحسی‌موضـعی یا منطقه‌ای بمنظور انسـدادحرکتی به درجات مختلف قبل از اعمال‌جراحی دندانپزشکی و زایمان به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: بیحس کننده‌های موضـعی باتثبیت برگشت‌پذیر غشای سـلولهای‌عصبی و در نتیجه کاهش نفوذ پذیری این‌غشاء به یون سدیم شـروع و هدایت امواج‌عصبی را متوقف می‌کنند. این عمل باعث‌مهار مرحله دپولاریزاسـیون غشاء سـلول‌عصبی می‌گردد و در نتیجه از انتشارپتانسیل عمل و هدایت بعدی تکانه‌های‌عصبی جلوگیری می‌کند.

موارد منع مصـرف ۱ ـ در صورت وجودبلوک کامـل قلبی خونریزی شدیـد، افت‌شدیـد فشـارخون و شوک و وجود عفونت‌در محل تزریق نباید استفاده گردد.

۲ ـ در صورت وجود سپتی سمی و افزایش‌احتمال تحریک CNS نباید برای ایجادانسداد زیر عنکبوتیه‌ای استفاده گردد.

هشدارها: ۱ ـ در کودکان و سالمندان امکان‌بروز مسمومیت عمومی با این دارو بیشتراست

۲ ـ در عیب کار قلبی ـ عروقی سابقه‌حساسیت دارویی و وجود التهاب در محل‌تزریق باید با احتیاط فراوان استفاده گردد.

عوارض جـانبی عوارض جـانبی به‌طور کلی‌بمقـدار مصـرف محـل تزریق و غلظت‌پلاسـمایی آن بسـتگی دارد. اختلال بینایی تشـنج سرگیجه همهمه یا زنگ زدن گوش لرزش یا رعشه اضـطراب هیجان عصـبانیت تهوع و اسـتفراغ و سفتی گردن‌در مواقعی که تزریق در نخاع انجام گیرد،از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو با داروهای‌ضد میاستنی داروهای مضعف CNS،داروهای گندزدا حاوی فلزات سنگین گوانتیدین مهار کننده‌های مونوآمین‌اکسیداز و داروهای مسدد عصبی ـعضلانی تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو را در صورت‌لزوم می‌توان با کلرور سدیم ایزوتونیک‌رقیق نمود.

۲ ـ این فرآورده قابل اتو کلاو کردن است

مقـدار مصـرف برای انسـداد عصـبی بـازویی گردنی و بین دنـده‌ای و نـاحیه تناسـلی ۴۰ ـ ۵میلی لیـتر از محلول یـک درصـد، برای انسدادخارج سـخت شامه‌ای و کمری ۳۰ ـ ۱۵ میلی‌لیتر از محلول ۱/۵ درصد، برای‌انفیلتراسیون موضعی غیر از دندانپزشکی ۴۰ میلی لیـتر از محلول ۰/۵ درصـد و برای‌بیحسـی جهت کاهش درد ۵ ـ ۱ میلی لیتر ازمحلول یک درصـد اسـتفاده می‌گردد. حداکثرمقدار مصرف ۷ mg/kg یا ۴۰۰ میلی‌گرم درهر عمل جراحی است مقدار مصرف تا حد۶ mg/kg ـ ۵ در کودکان مجاز می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection (As HCL) : ۲ ٪

METHADONE HCl

موارد مصرف متادون برای کنترل دردشدید و درمان کمکی قطع وابستگی به‌اپیوئیدها به‌کار می‌رود.

مکـانیسم اثر: این دارو بـا اتصـال به‌گیرنـده‌های اپیوئیـدی هم ادراک درد و هم‌واکنش بیمـار به درد را تغییر می‌دهـد، یعنی‌علاوه بر افزایش آستانه احساس درد،موجب می‌شود که دردی که توسط بیماراحساس می‌شود یک درد ناخوشایندوآزار دهنده نباشد.

فارماکوکینتیک از راه تزریقی و خوراکی‌جـذب خوبی دارد. در کبد متابولیزه‌می‌گردد. و به‌طور عمده از طریق کلیه‌ها ومقدار کمی از آن نیز از طریق صفرا دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف از مصرف این دارو، درمواقعی که فشار داخل جمجمه افزایش‌یافته و یا در موارد ضربه مغزی نارسایی‌شدید کلیه و حمله حاد آسم باید خودداری‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر باید با احتیاطفراوان مصرف شود:

کمی فشارخون کم کاری غده تیروئید،آسم کم بودن ذخیره تنفسی نارسایی‌کبدی یا نارسایی کلیوی

۲ ـ خود این دارو باعث وابستگی می‌شود وباید به‌صورت تدریجی قطع شود.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف ، یبوست خواب‌آلودگی کمی فشارخون و تضعیف تنفس‌با مصرف مقادیر زیاد، اشکال در ادرارکردن اسپاسم صفرا یا مثانه خشکی‌دهان تعریق سردرد، گر گرفتگی صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشارخون وضعیتی افزایش‌فشارخون ریوی کاهش دمای بدن توهم حالت خماری تغییر خلق و خو، وابستگی اختلال در تفکر، تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش از عوارض‌جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی فنی توئین و ریفامپین متابولیسم متادون را تسریع کرده و اثرات‌آن را کاهش می‌دهند. اگر به‌طور هم زمان‌با سایر داروهای مضعف CNS مصرف‌شود، تضعیف CNS تشدید شده می‌تواندموجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش‌فشارخون شود. مصرف هم زمان باداروهای شبه آتروپینی نیز موجب تشدیداحتباس ادرار و یبوست شده و ممکن است‌انسداد فلجی روده ایجاد نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو نسبت به‌مرفین اثر تسکین بخش کمتر و طول اثربیشتری دارد.

۲ ـ در مصرف طولانی مدت نباید بیش از دوبار در روز تجویز شود، چون خطر تجمع‌دارو و مسمومیت وجود خواهد داشت

مقدار مصرف از راه خوراکی یا تزریق زیرجلدی یا داخل عضلانی ۱۰ ـ ۵ میلی‌گرم هر۸ ـ ۶ ساعت تجویز می گردد، که متناسب باپاسخ مشاهده شده تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵ mg

Injection : ۵ mg / ml

MIDAZOLAM

موارد مصرف میدازولام برای ایجادتسکین و فراموشی قبل از عمل جراحی و یادر موقع القاء بیهوشی و همچنین به همراه‌داروهای بیحس کننده موضعی تجویزمی‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اثر بر گیرنده‌های‌خاص موجب افزایش اثر مهاری گابا وکاهش تحریک پذیری سلول‌های عصبی‌می‌شود.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی این دارو ازراه خوراکی ۵۰٪ است این دارو در کبدمتابولیزه و از طریق ادرار دفع می‌شود.نیمه عمر آن حدود ۲ ساعت است

موارد منع مصرف در صورت وجودضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی یانارسایی شدی کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو بااحتیاط مصرف شود: بیماری تنفسی ضعف عضلانی سابقه اعتیاد به دارو واختلال شدید شخصیتی

۲ ـ در صورت وجود نارسایی کبدی وکلیوی مقدار مصرف دارو باید کاهش

یابد.

۳ ـ در صورت وجود کاهش حجم خون اسپاسم عروق یا کاهش دمای بدن و یا درصورت مصرف توام داروهای ضد

درداوپیوئیدی مقدار مصرف این دارو بایدکاهش یابد.
عوارض جانبی خواب آلودگی و احساس‌سبکی سر در روز بعد از مصرف دارو،توهم و عدم تعادل فراموشی سردرد،سرگیجه وابستگی کاهش فشار خون اختلالات گوارشی بثورات جلدی اختلال‌بینایی تغییر میل جنسی درد در ناحیه‌تزریق و ترومبوفلبیت از عوارض جانبی‌دارو هستند.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای هوشبر، ضد جنون ضددردهای اپیوئیدی داروهای ضدافسردگی آنتی هیستامین‌ها، داروهای‌ضد زیادی فشارخون مسدد گیرنده آلفاآدرنرژیک و با کلوفن باعث افزایش اثرات‌تسکینی دارو می‌شود. این دارو سرعت‌متابولیسم کلونازپام را افزایش داده وموجب کاهش اثر آن می‌گردد. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ضد زیادی‌فشارخون موجب افزایش اثر کاهنده‌فشارخون می‌گردد. سایمتیدین اریترومایسین دیلتیازم و وراپامیل‌متابولیسم این دارو را مهار و با افزایش‌غلظت پلاسمایی میدازولام اثر سداتیو آن‌را افزایش می‌دهند. این دارو اثر درمانی‌لوودوپا را کاهش می‌دهد.
مقدار مصرف برای ایجاد تسکین از طریق‌تزریق وریدی مقدار ۲ میلی‌گرم سالخوردگان ۱/۵ ـ ۱ میلی‌گرم طی ۳۰ثانیه تجویز می‌شود. و در صورت کافی‌نبودن میزان تسکین بعد از ۲ دقیقه به‌میزان ۱ ـ ۰/۵ میلی گرم تکرار می‌شود نیازاین مقدار تکرار می‌شود. محدوده معمولی‌مقدار مصرف ۷/۵ ـ ۲/۵ میلی‌گرم ۷۰mcg/kg) و در سالخوردگان ۲ـ۱میلی‌گرم می‌باشد. به‌عنوان داروی پیش‌بیهوشی ۱۰۰ mcg/kg ـ ۷۰ که ۶۰ ـ ۳۰دقیقه قبل از جراحی تزریق عضلانی‌می‌شود. مقدار مصرف معمول ۵ میلی گرم در سالمندان ۲/۵ میلی گرم می‌باشد.برای القاء بیهوشی از راه تزریق آهسته‌وریدی مقدار ۳۰۰ mcg/kg ـ ۲۰۰(سالخوردگان ۲۰۰ mcg/kg ـ ۱۰۰) و درکودکان بالای سن ۷ سال به میزان۱۵۰mcg/kg تجویز می‌شود. برای ایجادتسکین در بیمارانی که تحت مراقبت شدیدهستند از راه انفوزیون وریدی ابتدا۳۰۰ mcg/kg ـ ۳۰ طی ۵ دقیقه و سپس ۲۰۰ mcg/kg/h ـ ۳۰ تجویز می‌شود.
اشکال دارویی
Injection: ۵ mg/ml

MORPHINE SULFATE

موارد مصرف مرفین برای تسکین دردهای‌متوسط تا شدید خصوص ?دردهای‌احشایی تسکین دردهای شدید بیماران‌نزدیک به مرگ ادم حاد ریوی و به‌عنوان‌ضد درد در موقع عمل جراحی (داروی‌پیش بیهوشی به‌کار می‌رود.
مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به‌گیرنده‌های اختصاصی در سیستم‌اعصاب مرکزی و محیطی اثرات‌فارماکولوژیک خود را ایجاد می‌کند. این‌دارو قادر است هم ادراک درد و هم واکنش‌بیمار به درد را تغییر دهد، یعنی علاوه برافزایش آستانه احساس درد، موجب‌می‌شود که دردی که توسط بیمار احساس‌می‌شود یک درد ناخوشایند و مخرب‌نباشد.
فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود اما متابولیسم گذراول کبدی آن زیاد بوده و برای رسیدن به‌اثر درمانی نسبت به راههای غیر خوراکی مقدار بیشتری از مرفین نیاز خواهد بود.این دارو در اکثر بافت‌ها تجمع می‌یابد،ضمن ?در کبد با گلوکورونیک اسیدکونژوگه شده و سپس از طریق کلیه‌ها دفع‌می‌شود. مقدار کمی از دارو نیز بدون تغییراز کلیه‌ها دفع می‌گردد.
موارد منع مصرف در مواقعی که فشارداخل جمجمه افزایش یافته و یا در حالات‌ضربه مغزی نارسایی شدید کلیه حمله‌حاد آسم تضعیف حاد تنفسی فلج ایلئوس دردهای حاد شکمی و فئوکروموسیتوم‌نباید مصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر مصرف این‌دارو با احتیاط کامل انجام شود: کمی‌فشارخون کم کاری غده تیروئید، اسم کم‌بودن ذخیره

تنفسی نارسایی کبدی نارسایی کلیوی بزرگی پروستات اختلالات تشنجی سالمندان و بیماران‌ناتوان در مواردی که کنترل درد ضروری‌باشد مثلا در بیماران نزدیک به مرگ رعایت احتیاطهای فوق ضرورتی ندارد.

۲ ـ مصرف مکرر این دارو، باعث ایجادوابستگی و تحمل به اثرات دارو می‌گردد،اما این مسئله در بیماران نزدیک به مرگ‌مانع از مصرف این دارو نمی‌شود.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف یبوست خواب‌آلودگی کاهش فشارخون و تضعیف‌تنفس در مقادیر مصرف زیاد، مشکل درادرار کردن اسپاسم صفرا یا مثانه خشکی دهان تعریق سردرد،برافروختگی صورت سرگیجه کاهش‌ضربان قلب تپش قلب افت فشارخون‌وضعیتی کاهش دمای بدن توهم حالت‌خماری تغییر خلق و خو، وابستگی اختلال در تفکر، تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اگر به‌طور هم‌زمان باسایر داروهای مضعف CNS مصرف‌شود، تضعیف CNS تشدید شده می‌تواندموجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش‌فشارخون بشود. مصرف هم زمان باداروهای شبه آتروپینی نیز موجب

تشدید احتباس ادرار و یبوست شده وممکن است انسداد فلجی روده ایجاد

نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو با ایجادخواب آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی‌که نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل‌رانندگی تاثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای کنترل دردهای حاد،

۱۵ ـ ۱۰ میلی‌گرم از راه زیر جلدی یاعضلانی که در صورت لزوم هر ۴ ساعت‌تکرار می‌شود مصرف می‌گردد. در سکته‌قلبی ۱۰ میلی‌گرم تزریق آهسته وریدی‌می‌شود که در صورت لزوم ۱۰ ـ ۵میلی‌گرم دیگر تجویز می‌شود. درسالمندان مقدار مصرف به نصف کاهش‌داده می‌شود. در ادم حاد ریوی مقدار ۱۰ ـ۵ میلی‌گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود.در دردهای مزمن مقدار ۲۰ ـ ۵ میلی‌گرم هر۴ ساعت یکبار از طریق خوراکی تزریق‌زیر جلدی یا عضلانی مصرف می‌شود که‌در صورت نیاز مقدار مصرف قابل افزایش‌است

کودکان برای کنترل دردهای حاد درکودکان تا سن یک ماه به میزان۱۵۰mcg/kg، کودکان ۱۲ ـ ۱ ماهه به

میزان ۲۰۰mcg/kg، یک تا ۵ ساله به

میزان ۵ ـ ۲/۵ میلی‌گرم و ۱۲ ـ ۶ ساله

به میزان ۱۰ ـ ۵ میلی‌گرم تجویز

می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰ mg/ml

Tablet : ۱۰ mg

NALOXONE HCl

موارد مصرف نالوکسان برای برطرف‌کردن تضعیف تنفسی ناشی از داروهای‌شبه تریاک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو مسدد گیرنده mاوپیوئیدی می‌باشد و از این طریق مانع‌اثراتی از داروهای شبه تریاک که از طریق‌تحریک این

گیرنده اعمال می‌شود از جمله‌تضعیف مرکز تنفس در سیستم اعصاب‌مرکزی می‌شود.

فارماکوکینتیک طول مدت اثر این دارو بعدازتزریق ۲ ـ ۱ ساعت می‌باشد. در کبدمتابولیزه و متابولیت‌های آن از ادرار دفع‌می‌شوند.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در افراد مبتلا به‌بیماری قلبی ـ عروقی یا مصرف داروهای‌سمی برای قلب و یا افراد دارای وابستگی‌فیزیکی به داروهای شبه تریاک باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ تجویز این دارو در بیماران وابسته به‌داروهای شبه تریاک موجب بروزعلایم‌قطع مصرف می‌گردد.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ افزایش‌ضربان قلب و فیبریلاسیون از عوارض‌جانبی این دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه از آنجایی که این دارودارای طول اثر کوتاهی می‌باشد، در موقع‌تجویز بعد از جراحی مقدار دارو در هربیمار باید به‌طور جداگانه تنظیم شود تاضمن حفظ اثر ضد دردی کافی داروی‌شبه تریاک ضعف تنفسی نیز برطرف‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۳ mcg/kg ـ ۱/۵ تزریق وریدی‌می‌شود و در صورت کافی نبودن پاسخ‌هر دو دقیقه ۱۰۰ میکروگرم بر مقدار قبلی‌افزوده می‌شود تا پاسخ کافی ایجاد شود.بعد از ۲ ـ ۱ ساعت مقادیر مورد نیاز بعدی‌را می‌توان از طریق تزریق داخل عضلانی تجویز نمود.

کودکان از راه تزریق وریدی ۱۰ mcg/kgتجویز می‌شود و در صورت عدم پاسخ‌کافی تا ۱۰۰ mcg/kg تجویز می‌شود. درصورتی که تزریق وریدی امکانپذیرنباشد، مقدار مصرف را می‌توان به‌صورت‌منقسم داخل عضلانی یا زیرجلدی تزریق‌نمود. در نوزادان از راه تزریق وریدی داخل عضلانی یا زیر جلدی ۱۰ mcg/kg که‌می‌توان هر ۳ ـ ۲ دقیقه این مقدار را تکرارنمود یا تزریق داخل عضلانی ۲۰۰میکروگرم به‌صورت مقدار واحد در موقع‌تولد نوزاد تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۰.۴ mg/ml

NAPROXEN

موارد مصرف ناپروکسن در درمان‌آرتریت روماتوئید، درد و التهاب نقرس‌حاد، سایر اختلالات عضلانی اسکلتی ودیسمنوره مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ناپروکسن یک داروی ضددرد و ضد التهاب غیر استروئیدی است که‌با مهار تولید پروستاگلاندین‌ها، از اثرات‌آنها جلوگیری می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از دستگاه‌گوارش جذب می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی‌آن حدود ۱۵ ـ ۱۲ ساعت است و به‌طورعمده از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجود زخم‌فعال گوارشی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ ناپروکسن ممکن است باعث‌بروز خونریزی گوارشی شود.

۲ ـ این دارو ممکن است باعث تشدید حملات‌آسمی در بیماران مبتلا به آسم شود.

۳ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا کبدبا احتیاط مصرف شود.

۴ ـ مصرف ناپروکسن در کودکان زیر ۱۶سال مگر در درمان آرتریت نوجوانان توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی شامل‌تهوع استفراغ و دردهای شکمی وخونریزی گوارشی بثورات جلدی کهیر وآنژیوادم از

عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌ناپروکسن با داروهای ضد انعقاد ممکن‌است باعث تشدید اثرات این داروها شود.مصرف همزمان ناپروکسن با لیتیوم ممکن‌است باعث کاهش دفع لیتیوم شود. اثرات‌داروهای مهار کننده گیرنده بتا مانندپروپرانولول در صورت مصرف همزمان‌با ناپروکسن ممکن است افزایش یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آرتریت روماتوئید، ۱۰۰۰ mg/day ـ ۵۰۰ در دو مقدار منقسم ویا ۱gr/day یکبار در روز مصرف می‌شود.در اختلالات حاد عضلانی ـ اسکلتی وایسمنوره در ابتدا ۵۰۰mg/day و سپس‌بسته به نیاز هر ۸ ـ ۶ ساعت به میزان ۲۵۰میلی گرم اضافه می‌شود حداکثر مقدارمصرف پس از اولین روز به میزان۱/۲۵g/day می‌باشد. در نقرس حاد مقدارمصرف اولیه ۷۵۰ میلی گرم و مقدارمصرف نگهدارنده ۲۵۰ میلی گرم هر ۸ساعت تا رفع حمله است

کودکان در درمان آرتریت نوجوانان درکودکان بالای ۵ سال ۱۰ mg/kg/day در دومقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵۰ mg

Entric coated tablet: ۵۰۰ mg

NITROUS OXIDE

موارد مصرف نیتروزاکساید به‌عنوان‌بیهوش کننده برای القاء و ادامه بیهوشی‌مصرف می‌شود. این دارو همچنین بامقادیر مصرف کم به‌عنوان ضد درد دراعمال جراحی زنان و زایمان و برای اعمال‌جراحی که در آنها به بیهوشی کامل بیمارنیاز نیست مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حداقل غلظت آلوئولی MAC) هنگام مصرف با اکسیژن بیشتر از۱۰۰٪ و ضریب توزیع خون به گاز آن۰/۴۷ است نیتروزاکساید در بدن‌متابولیزه نشده به طور کامل به‌صورت‌تغییر نیافته از طریق ریه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ نیتروزاکساید، یک بیهوش‌کننده ضعیف است و باید همراه سایرداروهای بیهوش کننده مصرف شود. دراین حالت مقدار مصرف سایر داروهای‌بیهوش کننده نیز کاهش می‌یابد.

۲ ـ در صورت وجود آمبولی‌های هوا درهر یک از اعضاء بدن انسداد گوارشی و یاپنوموتوراکس نیتروزاکساید باید بااحتیاط فراوان مصرف شود. در این مواردنیتروزاکساید ممکن است باعث افزایش‌فشار در این حفره‌ها شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ نیتروزاکساید بایدهمراه حداقل ۳۰٪ اکسیژن مصرف شود تاخطر بروز کاهش اکسیژن خون کاهش یابد.

۲ ـ نیتروزاکساید ممکن است به‌داخل Cuffلوله داخل تراشه‌ای نفوذ کند. برای‌جلوگیری از این حالت تخلیه دوره‌ای لوله‌داخل تراشه‌ای توصیه می‌شود.

۳ ـ در صورتی که نیتروزاکساید برای‌مدت طولانی مصرف شده باشد، بعد ازقطع مصرف دارو برای جلوگیری از کاهش‌اکسیژن ناشی از دیفوزیون دارو، بایداکسیژن خالص تجویز شود.

مقدار مصرف برای القاء بیهوشی ۷۰٪همراه با ۳۰٪ اکسیژن و به‌عنوان ادامه‌دهنده بیهوشی ۷۰ ـ ۳۰ درصد همراه بااکسیژن استنشاق می‌شود. در اعمال‌جراحی زنان ـ زایمان و برای اعمالی که درآنها به بیهوشی کامل بیمار نیاز نیست ۵۰ ـ ۲۵ درصد استنشاق می‌شود.

اشکال دارویی

For Inhalation

OXAZEPAM

موارد مصرف این دارو در کوتاه مدت برای‌درمان اضطراب به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر برگیرنده‌های‌اختصاصی در غشای سلول عصبی اثرمهاری گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) را که در تمام نواحی CNS باعث‌مهار پیش سیناپسی می‌گردد، تسهیل کرده‌یا افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به خوبی‌جذب می‌شود. اتصال آن به پروتئین‌های‌پلاسمایی بالا است متابولیسم آن کبدی ودفع آن از طریق کلیه می‌باشد. نیمه عمرپلاسمایی آن ۱۵ ـ ۵ ساعت است

موارد منع مصرف در موارد تضعیف‌تنفسی نارسایی حاد ریوی حالات ترس سایکوز مزمن افسردگی و اضطراب‌همراه آن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماری‌های تنفسی ضعف عضلانی بیماران با سابقه مصرف‌نابجای دارو یا افراد با اختلال شخصیتی بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ در افراد مسن نارسایی کبدی و کلیوی‌مقدار دارو باید کاهش داده شود.

۳ ـ از مصرف طولانی مدت خودداری گردد.

۴ ـ برای جلوگیری از بروز عوارض قطع مصرف دارو را باید بتدریج قطع کرد.

عوارض جانبی خواب آلودگی روز بعد ازمصرف گیجی و عدم تعادل (بخصوص درافراد مسن ، فراموشی وابستگی تحریک‌پذیری غیر عادی و در برخی موارد سردرد،سرگیجه افت فشارخون افزایش ترشحات‌بزاق کرامپ و درد ناحیه شکم بثورات‌جلدی اختلال بینایی تغییر در میل جنسی احتباس ادرار، اختلالات خونی و یرقان ازعوارض جانبی این دارو است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای مضعف CNS، ضد دردهای‌مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهارکننده‌های مونوآمینواکسیداز، ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای‌پایین آورنده فشارخون که باعث تضعیف CNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزرپین ممکن است اثر مضعف CNS این داروها را تشدید نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو وابستگی‌ایجاد می‌کند و نباید بیش از مقدار توصیه‌شده مصرف شود.

۲ ـ اگر بعد از چند هفته اثر درمانی داروکاهش یابد به پزشک مراجعه شود.

۳ ـ در صورت بروز خواب آلودگی سرگیجه منگی از دست دادن مهارت درانجام کار بخصوص در افراد مسن دارو بااحتیاط مصرف شود.

۴ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف در درمان اضطراب ۳۰ ـ ۱۵میلی‌گرم سه تا چهار بار در روز مصرف‌می‌شود. در افراد مسن و ناتوان ۲۰ ـ ۱۰میلی‌گرم سه تا چهار بار در روز مصرف‌می‌شود. در درمان بی‌خوابی همراه بااضطراب ۲۵ ـ ۱۵ میلی‌گرم (حداکثر ۵۰میلی‌گرم در موقع خواب مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg

PENTAZOCINE

موارد مصرف پنتازوسین برای کنترل‌دردهای متوسط تا شدید تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو هم آگونیست و هم‌آنتاگونیست گیرنده‌های اپیوئیدی است این دارو علاوه بر افزایش آستانه احساس‌درد باعث می‌شود که دردی که توسطبیمار حس می‌شود یک درد ناخوشایند وآزار دهنده نباشد.

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی‌و تزریقی بخوبی جذب می‌شود. درمصرف خوراکی دارای متابولیسم عبوراول کبدی است این دارو در کبد متابولیزه‌و از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ ـ در حالاتی که فشارداخل جمجمه افزایش یافته یا در مواردضربه مغزی نباید مصرف شود.

۲ ـ در بیماران وابسته به سایر اپیوئیدها،بیماران دارای زیادی فشارخون ریوی یاشریانی و بیماران دارای نارسایی قلبی پورفیری و بعد از وقوع سکته قلبی نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود کمی‌فشارخون کم کاری غده تیروئید، آسم کم‌بودن ذخیره تنفسی نارسایی کبدی ونارسایی کلیوی مصرف دارو باید بااحتیاط فراوان صورت گیرد.

۲ ـ مصرف این دارو در افراد وابسته به‌سایر اپیوئیدها باید با احتیاط صورت‌بگیرد، چون موجب بروز علایم> قطع‌مصرف می‌شود.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف ، یبوست خواب‌آلودگی کاهش فشارخون و تضعیف‌تنفس با مصرف مقادیر زیاد، مشکل درادرار کردن اسپاسم صفرا یا مثانه خشکی دهان تعریق سردرد، گرگرفتگی‌صورت سرگیجه کاهش ضربان قلب طپش قلب افت فشارخون وضعیتی افزایش فشارخون ریوی کاهش دمای‌بدن توهم حالت خماری تغییر خلق و خو،وابستگی به دارو، اختلال در تفکر، تنگی‌مردمک چشم بثورات جلدی کهیر وخارش از عوارض دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌پنتازوسین با سایر داروهای مضعف‌باعث تشدید تضعیف CNS می‌شود وایجاد ضعف تنفسی و کاهش فشار خون‌می‌کند در مصرف همزمان با داروهای‌شبه آتروپینی موجب احتباس ادراریبوست شدید و در مواردی انسداد فلجی‌روده می‌گردد.

نکات قابل توصیه این دارو ممکن است باایجاد خواب آلودگی بر انجام اعمالی که‌نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی تاثیر گذارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان از راه خوراکی ۱۵۰ ـ ۵۰میلی‌گرم هر ۴ ساعت ترجیح ?بعد از غذامصرف می‌شود. مقدار مصرف خوراکی‌در کودکان ۱۲ ـ ۶ سال ۲۵ میلی‌گرم است

از طریق تزریق زیر جلدی یا داخل‌عضلانی به میزان ۱۰۰ ـ ۲۵ میلی گرم‌تجویز که هر ۴ ساعت یکبار تجویزمی‌شود. از طریق تزریق آهسته داخل‌وریدی ۵۰ ـ ۲۵ میلی گرم که هر ۴ ساعت‌تکرار می‌شود. برای ایجاد بی‌دردی درهنگام زایمان به میزان ۱۰۰ ـ ۵۰ میلی گرم‌که در صورت نیاز هر ۳ ـ ۱ ساعت تکرارمی‌شود. حداکثر میزان مصرف ۴۰۰ میلی‌گرم در ۲۴ ساعت می‌باشد.

کودکان از راه خوراکی ۲mg/kg ـ ۰/۵ و ازطریق داخل عضلانی یا زیر جلدی نیز۲mg/kg ـ ۰/۵ تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

Injection : ۳۰ mg / ml

PERPHENAZINE

موارد مصرف پرفنازین در اسکیزوفرنی وحالات روانی مانیا و درمان کمکی کوتاه‌مدت اضطراب شدید، تحریکات روانی‌حرکتی هیجان و تحریکات رفتاری شدیدو ناگهانی استفراغ و تهوع شدید به‌کارمی‌رود.

مکـانیسم اثر: پرفنـازین بـا مهـار گیرنده‌های‌بعـد سیناپسـی دوپـامینی در مسیرمزولیمبیک اثر درمـانی خـود را ایجادمی‌نمایـد. مهـار گیرنـده‌های دوپامینی درمسیر نیگرواستریاتال و توبروانیفندیبولاربه ترتیب با ایجاد اثرات خارج هرمی وافزایش ترشح پرولاکتین در ارتباط است همچنین گیرنده‌های موسکارینی و نیز آلفاـ آدرنرژیک تا حدودی بوسیله این دارومهار می گردند.

فارماکوکینتیک پرفنازین پس از مصرف‌خوراکی سریع ولی ناکامل جذب گردیده‌تحت تاثیر متابولیسم عبور اول کبدی قرارگرفته و غیر فعال می گردد. متابولیت‌ها ومقدار ناچیز داروی تغییر نیافته عمدت ?ازراه ادرار و مقداری نیز از طریق صفرا دفع‌می گردند.

موارد منع مصرف همراه با سایر داروهای‌تضعیف کننده سیستم اعصاب مرکزی همراه با سایر داروهای تضعیف کننده مغزاستخوان در بیماری فئوکروموسیتوم دربیماران مسن دچار آشفتگی و بی‌قراری‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ پرفنـازین در افراد دچاربیماری‌هـای قلـبی ـ عروقی عروق مغزی پـارکینسون اختلالات تنفسـی صرع وعفـونت حـاد، صدمات کلیوی و کبدی باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ در بیمارانی با سابقه یرقان لوکوپنی میاستنی گراو، کم کاری تیروئید،هیپرتروفی پروستات و گلوکوم با زاویه‌بسته خصوص ?در افراد مسن با احتیاطمصرف گردد.

عوارض جانبی آثار خارج هرمی خصوص?دیستونی به‌ویژه با مقادیر مصرف زیادشایع‌تر بوده و در مصرف طولانی مدت‌دیسکینزی دیررس ممکن است بروز نمایـد.خواب آلودگی سـستی کـابوس شـبانه بی‌خوابی بی‌ثبـاتی افسـردگی خشـکی‌دهان یبوست احتباس ادرار، تاری دید واحتقان بینی از عوارض شایع دارو هستند.

تـداخل‌های دارویی مصـرف آن همراه باداروهـای ضـد آریتمی و نیز داروهـای ضدهیسـتامین نظیر ترفنـادین و آسـتمیزول یامسـدد گیرنـده بتـا ماننـد سوتـالول خطربروز آریتمی بطنی را افزایش می‌دهـد.داروهـای ضـد افسـردگی خصوص ?انواع‌سه حلقه‌ای سـبب افزایش غلظت خونی ونیز اثرات ضـد موسـکارینی این دارومی گردند. پرفنازین ممکن است باعث‌کاهش آسـتانه تشـنج شده و با اثر داروهای‌ضـد صـرع مقـابله نمایـد. مصـرف این داروهمراه بـا داروهایی ماننـد متوکلوپرامیـد ولیتیوم خطر بروز عوارض خارج هرمی راافزایش می‌دهد. پرفنازین با اثر داروهای‌ضد پارکینسون مانند بروموکریپتین ولوودوپا مقابله می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این دارو درکودکان زیر سن ۱۴ سال توصیه نمی‌شود.

۲ ـ این دارو ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی نموده و موجب اختلال در انجام‌کارهایی شود که نیاز به دقت و هشیاری‌دارند.

مقـدار مصـرف پرفنـازین در حالا‌تی نظیراسـکیزوفرنی یـا سـایر اختلالات روانی مانیـاو درمـان کمکی کوتـاه مـدت اضـطراب شدیـد،اغتشاشات روانی ـ حرکتی هیجان ورفتارهای خطرناک ابتـدا به میزان ۴ میلی‌گرم ۳ بار در روز تجویز و برحسب پاسخ‌دهی میزان مصرف حداکثر تا ۲۴ میلی گرم‌روزانه تنظیم می گردد. در افراد مسن‌نصف تا یک چهارم افراد بزرگسال به‌کارمی‌رود.

اشکال دارویی

Coted Tablet: ۲ mg, ۴ mg, ۸ mg

Injection : ۵ mg / ml

PETHIDINE HCI

موارد مصـرف پتیدین در کنترل دردهای‌متوسط تا شدید، تسکین درد در موقع‌زایمان و عمل جراحی به‌عنوان داروی‌پیش بیهوشی و به منظور افزایش اثرداروهای هوشبر استفاده می‌شود.

مکـانیسم اثر: این دارو بـا اتصال به‌گیرنـده‌های اوپیوئیـدی در سیسـتم اعصاب‌مرکزی و محیطی اثرات فارماکولوژیک‌خود را اعمال می کنـد. اثر ضـد دردی این‌دارو از دو راه اعمـال می‌شود: تغییر ادراک‌درد و واکنش بیمـار به درد، به عبارت دیگرعلاوه بر افزایش

آستانه احساس درد،موجب می‌شود که درد احساس شده‌توسط بیمار یک حس ناخوشایند و آزاردهنده نباشد.

فارماکوکینتیک دارو در کبد متابولیزه‌می‌شود که نورمپریدین متابولیت فعال وسمی آن است دفع دارو از طریق کلیه‌هابوده و نیمه عمر آن حدود ۳ ساعت است

موارد منع مصرف از مصرف این دارو درمواقعی که فشار داخل جمجمه افزایش‌یافته و یا در حالات ضربه مغزی در حمله‌حاد آسم نارسایی حاد کلیوی بایدخودداری شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود کمی فشارخون کم کاری غده تیروئید، کم بودن‌ذخیره تنفسی نارسایی کبدی و نارسایی‌کلیوی باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ پتیدین برای کنترل دردهای شدیدمداوم مناسب نیست

۳ ـ با مصرف مقادیر زیاد این دارو ممکن‌است تشنج رخ دهد.

۴ ـ مصرف مکرر این دارو باعث ایجادوابستگی و تحمل به اثرات دارو می گردد.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ (بخصوص‌در شروع مصرف ، یبوست خواب‌آلودگی کمی فشارخون و تضعیف مرکزتنفس با مقادیر مصرف زیاد، مشکل درادرار کردن خشکی دهان تعریق سردرد،گرگرفتگی صورت سرگیجه کاهش‌ضربان قلب طپش قلب افت فشار خون‌وضعیتی افزایش فشارخون ریوی کاهش‌دمای بدن توهم حالت خماری تغییر خلق‌و خو، وابستگی تنگی مردمک چشم بثورات جلدی کهیر و خارش و تشنج بامقادیر مصرف خیلی زیاد از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای ضد افسردگی مهارکننده‌مونوآمینو اکسیداز ممکن است موجب‌تحریک یا تضعیف سیستم اعصاب مرکزی‌شود. سایمتیدین متابولیسم این دارو رامهار می کند. اگر به‌طور همزمان با سایرداروهای مضعف CNS مصرف شود،باعث تشدید تضعیف CNS شده و می‌تواندموجب ایجاد ضعف تنفسی و کاهش‌فشارخون بشود. مصرف همزمان باداروهای شبه آتروپین نیز موجب تشدیداحتباس ادرار و یبوست شده و ممکن است‌انسداد فلجی روده ایجاد نماید.

نکات قابل توصیه این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی که‌نیاز به مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی تاثیر گذارد.

مقدار مصرف از راه زیر جلدی یا داخل‌عضلانی ۱۰۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم تجویزمی‌گردد که بعد از ۴ ساعت تکرار می‌شود.از راه تزریق آهسته وریدی ۵۰ ـ ۲۵میلی‌گرم که بعد از ۴ ساعت تکرار می‌شود.به‌عنوان ضد درد در موقع زایمان از راه‌زیر جلدی یا داخل عضلانی به میزان

۱۰۰ ـ ۵۰ میلی‌گرم تجویز که در صورت‌لزوم ۳ ـ ۱ ساعت بعد تکرار می‌شود،حداکثر مقدار مصرف ۴۰۰ میلی‌گرم در ۲۴ساعت می‌باشد.

در کودکان مقدار mg/kg ۲ ـ ۰/۵ به‌صورت‌تزریق عضلانی مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mg/ ml

PIROXICAM

موارد مصرف پیروکسیکام در درد والتهاب بیماری‌های روماتیسمی و دیگراختلالات عضلانی ـ اسکلتی و نقرس حادمصرف می گردد.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم‌سیکلواکسیژناز از ساخت‌پروستاگلاندین‌ها به مدت طولانی‌جلوگیری نموده و مهاجرت سلولها

به‌ناحیه ملتهب را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد.

فارماکوکینتیک بعد از مصرف خوراکی به‌سرعت جذب گردیده ۹۹ درصد آن به‌پروتئین‌های پلاسما اتصال می‌یابد.متابولیسم کبدی دارو وسیع بوده و از راه‌ادرار و مدفوع با نیمه عمر متوسط ۵۰ساعت دفع می گردد.

موارد منع مصرف در موارد پولیپ بینی آنژیوادم و اسپاسم برونش ناشی ازحساسیت به ASA یا دیگر NSAIDs نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در اختلالات کبدی کلیوی وقلبی با احتیاط و حداقل لازم مصرف گرددو عملکرد کلیه نیز مرتب ?کنترل گردد.

۲ ـ در بیماران دچار زخم معده فعال ازمصرف دارو خودداری نموده و درصورت بروز آسیبهای معدی ـ روده‌ای‌مصرف دارو قطع گردد.

۳ ـ در بیماران دچار پورفیری با احتیاطتجویز گردد.

عوارض جانبی عوارض گوارشی شامل‌تهوع اسهال زخم و خونریزی واکنش‌های آلرژیک نظیر انژیوادم برونکواسپاسم و بثورات جلدی همچنین‌سردرد، گیجی و سرگیجه از عوارض‌جانبی دارو هستند. تزریق عضلانی دارودردناک بوده و ممکن است منجر به ایجادصدمات بافتی گردد.

تداخل‌های دارویی مصرف پیروکسیکام‌به همراه داروهای مهارکننده آنزیم ACE،سبب مقابله با اثر ضد فشار خون آنهاگردیده و خطر بروز نارسایی کلیوی وافزایش پتاسیم خون را افزایش می‌دهد.داروهای ضد میکروبی کینولون‌ها، خطربروز تشنج را به وسیله این دارو افزایش‌می‌دهند. اثر داروهای پایین آورنده قندخون (سولفونیل اوره ممکن است به‌وسیله این دارو افزایش یابد. مصرف‌همزمان این دارو با سیکلوسپورین خطرسمیت کلیوی را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در سابقه زخم‌دستگاه گوارش با احتیاط مصرف گردد.

۲ ـ در بیماران با سابقه زیادی فشارخون کاهش ذخیره قلبی خیز، اختلالات انعقادی‌یا تحت درمان با وارفارین با احتیاطمصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در بیماری‌های روماتوئیدی‌از راه خوراکی ابتداء ۲۰ mg/day و با مقدارنگهدارنده ۳۰mg/day ـ ۱۰ میلی‌گرم‌به‌صورت یکجا یا منقسم به‌کار می‌رود. دردرمان اولیه شرایط حاد بیماری با همان‌مقداری که در تجویز خوراکی ذکر شده‌به‌صورت تزریق داخل عضلانی عمیق‌مصرف می‌شود. در اختلالات عضلانی ـاسکلتی حاد ۴۰ mg/day به‌صورت یکجا یامنقسم به مدت ۲ روز و سپس ۲۰ mg/day برای ۱۴ ـ ۷ روز به‌کار می‌رود. در نقرس‌حاد ابتداء ۴۰ میلی‌گرم و سپس ۴۰mg/dayبه‌صورت یکجا یا در مقادیر منقسم به مدت۶ ـ ۴ روز به‌کار می‌رود.

کودکان در ارتریت جوانان و از راه‌خوراکی در کودکان بالاتر از ۶ سال و باوزن کمتر از ۱۵ کیلوگرم ۵ میلی‌گرم ۲۵ ـ ۱۶ کیلوگرم ۱۰ میلی‌گرم ۴۵ ـ ۲۶کیلوگرم ۱۵ میلی‌گرم و بیش از ۴۶ کیلوگرم‌به میزان ۲۰ میلی گرم روزانه مصرف‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Capsule : ۱۰ mg

Topical Gel : ۰.۵٪ w/w

Injection ; ۲۰ mg/ml

PRILOCAINE–F

موارد مصرف این دارو به‌عنوان بیحس‌کننده موضعی یا منطقه‌ایی تزریقی به‌منظور ایجاد بیحسی و انسداد عصبی‌به‌کار می‌رود، این دارو در دندانپزشکی نیزمصرف دارد.

مکانیسم اثر: بی‌حس کننده‌های موضعی باتثبیت برگشت‌پذیر غشای سلولهای‌عصبی و در نتیجه کاهش نفوذپذیری این‌غشاء به یون سدیم شروع و هدایت‌تکانه‌های عصبی را متوقف می‌کنند. این‌عمل باعث مهار مرحله دپولاریزاسیون‌غشاء سلول عصبی می‌گردد و در نتیجه ازانتشار پتانسیل عمل و هدایت بعدی‌تکانه‌های عصبی جلوگیری می‌کند. فلی‌پرسین (F) یک ماده تنگ کننده عروق بوده‌باعث دوام اثر بی حسی پریلوکائین‌می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌ابتلای بیمار به متهموگلوبینمی مادرزادی‌یا اکتسابی کم خونی بلوک کامل قلبی خونریزی شدید، افت شدید فشارخون شوک و وجود عفونت در محل تزریق نبایداستفاده گردد.

هشدارها: ۱ ـ در کودکان و سالمندان امکان‌بروز مسمومیت سیستمیک با این داروهابیشتر است

۲ ـ در عیب کار قلبی ـ عروقی سابقه‌حساسیت دارویی و وجود التهاب در محل‌تزریق با احتیاط استفاده گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی به‌طور کلی‌به مقدار مصرف محل تزریق و میزان‌غلظت پلاسمایی آن بستگی دارد. گیجی ضعف تنفسی تشنج کاهش فشارخون وبرادی کاردی از عوارض جانبی این داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای ضد آریتمی و مسددهای گیرنده بتاآدرنرژیک موجب افزایش خطرتضعیف عضله قلب می‌گردد. سایمتیدین‌موجب مهار متابولیسم دارو و افزایش‌سمیت آن می‌شود. این دارو به دلیل داشتن‌فلی پرسین ممکن است با داروهای‌بیهوشی کننده استنشاقی از دسته‌هیدروکربن‌ها، فنوتیازین‌ها و ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای و مشتقات‌ارگونیز تداخل داشته باشد.

نکات قابل توصیه این فرآورده قابل اتوکلاو کردن است

مقدار مصرف برای ایجاد بی‌حسی ازطریق انفیلتراسیون و یا انسداد عصبی دردندانپزشکی مقدار مصرف بر اساس محل‌تزریق و پاسخ بیمار تنظیم می‌شود.حداکثر مقدار مصرف در بزرگسالان ۶۰۰میلی گرم است در کودکان مقدار مصرف‌بر اساس وزن تعیین می‌گردد.

اشکال دارویی

Carpool : Prilocaine ۳۰ mg +Felypressin ۰.۰۳ I.U. (۰.۵۴ mcg)/ml

PROMETHAZINE HCI

موارد مصرف پرومتازین برای درمان‌علامتی حساسیت‌هایی چون تب یونجه کهیر، درمان فوری واکنش‌های آنافیلاکسی درمان تهوع سرگیجه اختلالات لابیرنت بیماری مسافرت وداروی پیش بیهوشی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تصور می‌شود که این داروبه‌طور غیر مستقیم باعث کاهش تحریک‌سیستم مشبک تنه مغزی می‌گردد. همچنین‌از طریق رقابت با هیستامین برای اتصال‌به گیرنده ۱ H در سلول هدف ازواکنش‌هایی که تنها با واسطه هیستامین‌بروز می‌کند، جلوگیری می‌نماید ولی درصورت بروز آنها را از بین نمی‌برد. این‌دارو احتمالاً‌ـ با مهار گیرنده‌های شیمیایی‌در بصل‌النخاع (CTZ) اثر ضد استفراغ وضد سرگیجه خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک پرومتازین به خوبی از راه‌خوراکی و از محل تزریق جذب می‌شود.متابولیسم آن کبدی است شروع اثر این‌دارو از راه خوراکی یا تزریق عضلانی‌تقریب ?۲۰ دقیقه و از راه وریدی حدود ۵ ـ ۳دقیقه بعد از مصرف می‌باشد. طول مدت‌اثر تسکین بخشی آن حدود ۸ ـ ۲ ساعت وطول مدت اثر ضد هیستامین آن ۱۲ ـ ۶ساعت است این دارو به آهستگی از راه‌کلیه و مدفوع و عمدت ?به‌صورت‌متابولیت‌های غیر فعال دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز سرگیجه تسکین اغتشاش شعور و کمی فشار خون‌در بیماران مسن وجود دارد.همچنین‌علایم

اکستراپیرامیدال بخصوص‌پارکینسون اختلال در نشستن خوابیدن‌و دراز کشیدن و دیسکینزی مداوم نیز دربیماران مسن بیشتر است بخصوص اگرمقادیر مصرف زیاد باشند یا از شکل‌تزریقی دارو استفاده شود.

۲ ـ در آسم حاد، بزرگی پروستات یا زمینه‌ابتلای به احتباس ادرار، اغماء، زمینه‌ابتلای گلوکوم با زاویه بسته و یرقان بایدبا احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خواب آلودگی هیجان عصبانیت بی قراری از دست دادن مهارت‌در انجام کار یا بی ثباتی حرکات پرشی‌عضلات سر و صورت رعشه و تکان دادن‌دست‌ها، تاری دید، کاهش هوشیاری‌به‌ویژه در کودکان خشکی دهان کمی‌فشارخون و حساسیت به نور از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌پرومتازین با داروهای مضعف CNS،داروهای مهار کننده مونوآمینواکسیدازوضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای ممکن است‌موجب تشدید آثار مضعف CNS این‌داروها با پرومتازین گردد. مصرف‌همزمان با داروهایی که باعث ایجادواکنش‌های اکستراپیرامیدال می‌شوندممکن است شدت و دفعات بروزواکنش‌های اکستراپیرامیدال را افزایش‌دهد. مصرف همزمان لوودوپا باپرومتازین ممکن است اثرات لوودوپا را به‌علت مسدود شدن گیرنده‌های دوپامین درمغز مهار کند. آثار برگیرنده آلفا آدرنرژیک‌اپی نفرین در صورت مصرف همزمان باپرومتازین ممکن است مهار شود. مصرف‌همزمان بروموکریپتین با پرومتازین‌ممکن است موجب افزایش غلظت سرمی‌پرولاکتین شود و با اثر بروموکریپتین‌تداخل کند. مصرف همزمان پرومتازین باداروهای ضد تیروئید ممکن است خطربروز آگرانولوسیتوز را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به حداقل‌رسانیدن تحریک گوارشی شکل خوراکی‌این دارو همراه با غذا، آب یا شیر مصرف‌شود.

۲ ـ در صورت مصرف دارو برای‌پیشگیری از بیماری مسافرت باید حداقل ۳۰ دقیقه یا ترجیح ?۲ ـ ۱ ساعت قبل ازمسافرت مصرف شود.

۳ ـ احتمال بروز خشکی دهان با مصرف‌این دارو وجود دارد.

۴ ـ درمان با پرومتازین باید ۲ ـ ۱ هفته قبل‌از زایمان قطع شود تا از بروز یرقان وعلایم اکستراپیرامیدال در نوزاد جلوگیری‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲۵ میلی‌گرم در موقع خواب ودر صورت نیاز تا ۲۵ میلی‌گرم ۲ بار درروز و یا ۲۰ ـ ۱۰ میلی گرم ۳ ـ ۲ بار در روزمصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۵ ـ ۲ ساله ۱۵ ـ ۵میلی‌گرم در روز و در ۲ ـ ۱ مقدار منقسم ودر کودکان ۱۰ ـ ۵ ساله ۲۵ ـ ۱۰ میلی‌گرم درروز و در ۲ـ۱ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ۵۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم و حداکثر تا۱۰۰ میلی‌گرم از طریق تزریق عمیق داخل‌عضلانی تزریق می‌شود. در مواردداورژانسی ۵۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم و حداکثر ۱۰۰میلی‌گرم تزریق آهسته وریدی می‌شود.

کودکان در کودکان ۱۰ ـ ۵ ساله

۱۲/۵ ـ ۶/۲۵ میلی‌گرم تزریق عضلانی‌عمیق می‌شود.

اشکال دارویی

As HCL; coated Tablet : ۲۵ mg

Syrup (۶۰ ml) : ۱۱۳ mg/۱۰۰ ml

Injection (۱,۲ ml): ۲۵ mg/ ۱ ml

PROPOFOL

موارد مصـرف پروپوفول یـک داروی‌بیهوش کننـده است که به منظور القاء وادامه بیهوشـی مصـرف می‌شود. این داروهمچنین برای ایجاد تسکین در حین‌مراقبت‌های ویژه و یا اعمال جراحی وتشخیصی بکار می‌رود.

فارماکوکینتیک پروپوفول به سرعت دربدن توزیع شده و وارد CNS نیز می‌شود.خروج سـریع آن نیز از CNS دلیل طول اثرکوتاه آن است به سـرعت در کبـد متابولیزه‌می‌گردد. نیمه عمر دفع آن حدود ۱۲ ـ ۳ساعت است شـروع اثر آن آرام ولی سریع‌است و طی ۴۰ ثانیه بعد از تزریق بیمارهوشـیاری خود را از دست می‌دهد. طول‌اثر آن حدود ۵ ـ ۳ دقیقه است زمان‌هوشیابی بعد از قطع مصرف دارو نیزسریع بوده و اغلب بیماران طی ۸ دقیقه‌بیدار می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت سابقه‌حساسیت به دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف پروپوفول هنگام‌زایمان توصیه نمی‌شود.

۲ ـ مصـرف پروپوفول در اختلالـات قلبی ـعروقی اختلالـات متابولیسم چربی افزایش فشار داخل جمجمه‌ای و اختلالات‌عروق مغزی باید با احتیاط فراوان صورت‌گیرد.

۳ ـ احتمال بروز تشنج آنافیلاکسی وتأخیر در بازگشت از بیهوشی وجود دارد.

۴ ـ به دلیل احتمال بروز تشنج به‌صورت‌تأخیری تا یک روز بعد از عمل نیز بایدمراقبت از بیمار بعمل آید.

عـوارض جـانبی آپنه برادی کـاردی و کاهش‌فشـارخون و درد در نـاحیه تزریـق درصـورت تزریـق وریـدی از عـوارض جانبی‌شـایع پروپوفول هستند.

نکات قابل توصـیه ۱ ـ تجـویز پروپوفول‌فقـط بایـد توسـط متخصصـین بیهوشـی و درمحلی که به امکانـات اورژانس دسترسـی‌دارند صورت گیرد.

۲ ـ تزریق پروپوفول باید به‌صورت داخل‌وریدی باشد و تزریق داخل شریانی آن‌توصیه نمی‌شود.

۳ ـ به منظور جلوگیری از بروز عفونت‌ناشـی از آلودگی باکتریـایی در هنگام‌کشـیدن دارو در سـرنگ بـایستی کاملاشـرایط استریل ایجاد نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای القاء بیهوشـی از طریق‌تزریق وریدی به میزان ۲/۵mg/kg ـ ۱/۵(در افراد کمتر از ۵۵ سال سن و با سرعت ۴۰ ـ ۲۰ میلی‌گرم در هر ۱۰ ثـانیه (در افرادبالـای سن ۵۵ سـال محـدوده مصـرف‌پایین‌تر است تجـویز می‌شود. برای تداوم‌بیهوشـی از طریق انفوزیون داخل وریدی‌به میزان ۱۲mg/kg/h ـ ۴ یا تزریق داخل‌وریدی به میزان ۵۰ ـ ۲۵ میلی گرم تجویزمی‌شود که بسته به نیاز بیمـار قابل تکرارمی‌باشـد. برای ایجاد تسـکین در حین‌مراقبت‌های ویژه (همراه با تنفس کمکی ، ازطریق انفوزیون داخل وریـدی به میزان

۴mg/kg/h ـ ۰/۳ و تا مدت ۳ روز تجویزمی‌شود. برای ایجاد تسـکین در اعمال‌تشخیصـی یا جراحی در ابتدا از طریق‌تزریق داخل وریدی مقدار ۱mg/kg ـ ۰/۵در مدت زمانی بیش از ۵ ـ ۱ دقیقه تجویزمی‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده از طریق‌انفوزیون داخل وریدی ۴/۵mg/kg/h ـ ۱/۵(در صورت نیاز به افزایش سریع عمق‌تسکین به میزان ۲۰ ـ ۱۰ میلی گرم

افزایش می‌یابد) می‌باشد. در افراد بالاتر ازسن ۵۵ سال ممکن است به مقادیر کمترنیاز باشد.

کودکـان برای القاء بیهوشـی در سـنین‌بالای ۳ سـال بـه میزان ۲/۵mg/kg که بسـته‌به ضـرورت تنظیم می‌شود بر اثر حفظ وتـداوم

بیهوش در سنین بالای ۳ سال به‌میزان ۱۵mg/kg/h ـ ۹ تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰ mg/ml

SELEGILINE

موارد مصرف این دارو به تنهایی (درمراحل اولیه بیماری و به صورت کمکی‌همراه لوودوپا جهت درمان بیماری‌پارکینسون یا علایم آن به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم‌مونوآمینواکسیداز (MAO-B) آنزیم‌مسؤول تجزیه دوپامین مانع تجزیه‌دوپامین می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو دارای متابولیسم گذر اول کبدی شدیدی می‌باشد و به همین‌دلیل پس از مصرف خوراکی فراهمی‌زیستی دارو کم است در کبد متابولیزه‌می‌شود و متابولیت فعال آن از طریق ادراردفع می‌شود. به مقدار زیادی به‌پروتئین‌های پلاسما متصل می‌شود. ونیمه عمر دارو و متابولیت فعال آن ۲ ـ ۱ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجود علائم‌خارج هرمی ناشی از مصرف داروها نبایدتجویز شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت مصرف همزمان‌این دارو با لوودوپا، ممکن است عوارض‌جانبی لوودوپا افزایش یابد.

۲ ـ در صورت وجود زخم‌های گوارشی افزایش فشارخون کنترل نشده آریتمی آنژین و جنون با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون تهوع واستفراغ گیجی یا سایکوز، سرآسیمگی‌خشکی دهان اختلال خواب اختلال‌آنزیم‌های کبدی مشکل در دفع ادرار وواکنشهای پوستی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با پتیدین موجب افزایش دمای بدن وسمیت سیستم اعصاب مرکزی می گردد.در صورت مصرف همزمان این دارو بافلوکستین افزایش فشارخون و تحریک‌سیستم اعصاب مرکزی رخ می‌دهد. تجویزتوأم با مهار کننده‌های منوآمین اکسیدازموجب افت فشارخون می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌همزمان این دارو با لوودوپا، مقدارمصرف لوودوپا ۵۰ ـ ۲۰٪ باید کاهش یابد.

۲ ـ به منظور اجتناب از اغتشاش شعور وسرآسیمگی ناشی از دارو در سالمندان درمان باید با مصرف مقادیر کم شروع‌شود.

مقدار مصرف مقدار ۱۰ میلی گرم‌به‌صورت مقدار واحد صبح‌ها یا دو مقدارمنقسم در صبح و ظهر مصرف می‌شود.در سالمندان بهتر است با مقدار۲/۵mg/day، درمان را شروع نمود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵ mg

SUFENTANIL

موارد مصرف سوفنتانیل یک ضد دردمخدر است که به‌عنوان داروی همراه وهمچنین برای القای بیهوشی مصرف‌می‌شود. این دارو هم چنین با تجویز داخل‌نخاعی و درون سخت شامه برای ایجادبیدردی پس از عمل جراحی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: ضد دردهای مخدر با اتصال‌به گیرنده‌های خاصی در CNS باعث تغییردر دریافت و پاسخ به تحریکات دردمی‌شوند. آزاد شدن نوروترانسمیترها ازاعصاب آوران حساس به تحریکات‌دردناک احتمالا در اثر این داروها نقش‌دارند.

فارماکوکینتیک سوفنتانیل براحتی از سدخونی ـ مغزی عبور می کند. تجمع‌سوفنتانیل در بافت‌های چربی ممکن است‌باعث طولانی

شدن اثر دارو شودمتابولیسم دارو عمدت ?کبدی است سوفنتانیل نیمه عمر سه مرحله‌ای دارد ونیمه عمر دفعی آن ۲/۷ ساعت است زمان‌شروع اثر دارو حدود ۱/۶ ـ ۱ دقیقه بعد ازتزریق وریدی است

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود عیب کارکبد، سوفنتانیل باید با احتیاط فراوان‌تجویز شود.

۲ ـ داروهای ضد درد مخدر باعث تشدیدضعف تنفسی می‌شوند.

عوارض جانبی برادی کاردی کاهش‌فشارخون و ضعف تنفسی طی و بعد ازعمل جراحی از عوارض شایع و مهم‌سوفنتانیل هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌سوفنتانیل با بنزودیازپین‌ها، داروهای‌تضعیف کننده CNS و داروهای مهار کننده‌آنزیم‌های کبدی باعث تشدید عوارض‌جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ هنگام تجویز دارو بایدامکانات لازم برای کنترل‌علایم مسمومیت‌احتمالی با دارو از جمله آنتاگونیست‌های‌مواد مخدر در دسترس باشد.

۲ ـ مقدار مصرف دارو باید برای هر بیماربه‌طور جداگانه و با توجه به سن وزن اندازه بدن شرایط فیزیکی بیمار، مصرف‌همزمان سایر داروها و طول مدت احتمالی‌عمل جراحی تعیین شود.

۳ ـ این دارو ممکن است باعث سختی‌عضلات سینه و شکم شده و در نتیجه‌باعث اختلال در تنفس گردد.

۴ ـ تزریق وریدی دارو بهتر است‌به‌صورت آهسته و طی حداقل ۲ ـ ۱ دقیقه‌صورت گیرد.

۵ ـ اگر چه مصرف بنزودیازپین‌ها ممکن‌است باعث بهبود بیهوشی گردد، احتمال‌افزایش ضعف تنفسی و یا کاهش فشارخون باید در نظر گرفته شود.

۶ ـ مصرف متناوب دارو ممکن است باعث‌ایجاد تحمل به اثرات دارو گردد. این داروماننـد سایر داروهای ضد درد مخدر ممکن‌است باعث ایجاد وابستگی و اعتیاد به داروشود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان داروی بیهوشی‌عمومی مقدار مصرف اولیه آن

۱ mcg/kg ـ ۰/۵ است که در ابتدا تزریق‌وریدی شده و در صورت نیاز مقدارمصرف ۲۵ mcg/kg ـ ۱۰ مجدد ?تزریق‌می گردد.

مقدار مصرف متوسط آن (درجراحی‌های بزرگ مقدار ۵ mcg/kg ـ ۲است و در صورت نیاز مقدار

۵۰ mcg/kg ـ ۱۰ مجدد ?تزریق می گردد.به‌عنوان داروی اصلی در جراحی‌های‌بزرگ ۳۰ mcg/kg ـ ۵ تزریق وریدی‌می‌شود و در صورت نیاز مقدار

۵۰ mcg/kg ـ ۲۵ مجدد ?تزریق

می گردد.

کودکان به‌عنوان داروی اصلی بیهوشی‌در جراحی‌های قلبی ـ عروقی

۲۵ mcg/kg ـ ۱۰ به‌عنوان مقدار مصرف‌اولیه تزریق وریدی می‌شود و مصرف‌نگهدارنده تا ۵۰ mcg/kg ـ ۲۵ است

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mcg / ۱۰ ml

TETRACAINE HCl

موارد مصرف تتراکائین برای ایجادبی‌حسی موضعی یا منطقه‌ای ایجاد اثرضد درد و قبل از اعمال جراحی دندانپزشکی و کانوله نمودن وریدی‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با تثبیت برگشت‌پذیرغشای سلولهای عصبی و در نتیجه کاهش‌نفوذپذیری این غشاء به یون سدیم شروع‌و هدایت رفلکسهای عصبی را متوقف‌می‌کند. این عمل از انتشار پتانسیل عمل وهدایت بعدی رفلکسهای عصبی جلوگیری‌به عمل می‌آورد.

موارد منع مصرف ۱ ـ در صورت وجودبلوک کامل قلبی خونریزی شدید، افت‌شدید فشارخون عفونت در موضع تزریق‌و شوک نباید از این دارو برای ایجادانسداد زیر عنکبوتیه‌ای استفاده گردد.

۲ ـ هر گونه سپتی سمی می‌تواند تحمل‌بیمار را در تزریق در ناحیه زیر عنکبوتیه‌کاهش دهد.

۳ ـ این دارو نباید بر روی بافت ملتهب زخمی یا غنی از بسترهای عروقی استفاده‌می‌شود.

۴ ـ این دارو نباید برای ایجاد بیحسی دربرونکوسکوپی یا سیستوسکوپی استفاده‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماری CNS به هر دلیل ویا اختلالات انعقادی خون با احتیاطمصرف شود.

۲ ـ ضعف طولانی قلبی ـ عروقی و آریتمی‌قلبی در اثر مصرف این دارو گزارش شده‌است

۳ ـ احتمال بروز حساسیت به دارو وجوددارد.

عوارض جانبی واکنش‌های سیستمیک‌ممکن است به سرعت و یا با تاخیر و تا ۳۰دقیقه پس از تجویز دارو بروز کند،عوارض با شیوع کم آن عبارتند از کبودی‌رنگ پوست اختلال بینایی و یا دوبینی تشنج سرگیجه زنگ زدن گوش لرزش یارعشه عصبانیت و یا بیقراری غیر عادی وتهوع و استفراغ اریتم ادم و خارش نیز درمصرف موضعی دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی داروهای مضعف CNS،از جمله داروهایی که معمولاً ـ قبل ازبیهوشی و یا به عنوان کمک همراه باداروهای بیحس کننده موضعی مصرف‌می‌شوند و نیز سولفات منیزیم تزریقی درصورتی که همزمان با داروهای بیحس‌کننده موضعی مصرف گردند، ممکن است‌موجب بروز اثرات تضعیف اضافی CNSشوند. داروهای مسدود کننده بتاآدرنرژیک از طریق کاهش جریان خون‌کبدی سرعت متابولیسم دارو را کاهش‌داده و خطر مسمومیت با آن را بالاـ می‌برد.سایمتیدین متابولیسم این دارو را بتاخیرمی‌اندازد و در نتیجه احتمال خطرمسمومیت را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت حساسیت‌به سایر بیحس کننده‌ها این دارو با احتیاطو زیر نظر پزشک مصرف شود.

۲ ـ بدلیل طولانی بودن زمان بیحسی بایددقت گردد که اعضای بیحس شده مجروح‌نگردند.

۳ ـ مصرف دارو در شیرخواران نارس ویا زیر سن یک ماهگی توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف برای بیحسی نخاعی پایین‌ستون فقرات مقدار ۵ ـ ۲ میلی‌گرم

(۰/۵ ـ ۰/۲ میلی لیتر) از محلول یک درصدهمراه با دکستروز ۱۰٪، در بیحسی ناحیه‌پرینه ۵ میلی‌گرم برای بیحسی ناحیه‌تحتانی پرینه مقدار ۱۰ میلی‌گرم از محلول۱٪ از راه مایع مغزی ـ نخاعی استفاده‌می‌گردد که در دکستروز ۱۰٪ رقیق شده‌است در بیحسی کنار دنده‌ها حداکثر

۲۰ ـ ۱۵ میلی‌گرم از محلول ۱٪ استفاده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱٪

THIOPENTAL SODIUM

موارد مصرف تیوپنتال به‌طور عمده برای‌القای بیهوشی عمومی و به تنهایی به‌عنوان‌بیهوش کننده وریدی در اعمال جراحی‌کوتاه مدت که حداقل تحریکات دردناک رادارند، مصرف می‌شود. همچنین به‌عنوان‌داروی کمکی به همراه سایر بیهوش‌کننده‌ها و برای

ایجاد خواب در حین‌بیهوشی متعادل همراه با داروهای دیگرمانند داروهای ضد درد با شل کننده‌های‌عضلانی به‌کار می‌رود. تیوپنتال ممکن‌است در مقادیر کم همراه با داروهای مخدرو نیتروزاکساید برای ادامه بیهوشی دراعمال جراحی طولانی مدت به‌کار رود.تیوپنتال به‌صورت مصرف کوتاه مدت‌جهت کنترل حالتهای تشنجی طی بیهوشی‌استنشاقی یا پس از آن بیحسی موضعی یاسایر علل مصرف می‌شود.

تیوپنتال در درمان افزایش فشار داخل‌جمجمه‌ای در صورتی که وضعیت تنفسی‌بیمار به اندازه کافی کنترل شده باشدمصرف می‌گردد و نیز ممکن است برای‌کاهش فشار داخل جمجمه‌ای طی استفاده‌از بیهوش کننده‌های استنشاقی مصرف‌شود.

تیوپنتال به منظور نارکوآنالیز در اختلالات‌روانی به‌کار می‌رود. تیوپنتال با مقادیرمصرف زیاد برای جلوگیری از کاهش‌اکسیژن خون و ایسکمی مغز پس از واردشدن آسیب به سر و سایر موارد مشابه‌مصرف شده است

مکانیسم اثر: تیوپنتال یک بیهوش کننده ازدسته باربیتورات‌های خیلی کوتاه اثر بوده‌و دستگاه عصبی مرکزی را تا حد ایجادخواب و بیهوشی تضعیف می‌کند. ولی اثرضد دردی ندارد. به‌نظر می‌رسد که این‌دارو از طریق افزایش پاسخ به GABA،کاهش پاسخ به گلوتامات و کاهش مستقیم‌تحریک پذیری بوسیله افزایش هدایت‌غشایی عمل می‌کند و بدین وسیله موجب‌کاهش تحریک پذیری سلولهای عصبی وایجاد بیهوشی می‌گردد.

در ضمن با انتقال تکانه‌های عصبی به‌طرف قشر مغز تداخل می‌نماید.

فارماکوکینتیک به علت حلالیت زیاد آن درچربی و درجه یوانیزاسیون کم آن به‌سرعت از سد خونی ـ مغزی عبور کرده واز مغز به سایر بافتهای بدن منتشرمی‌شود. متابولیسم دارو عمدت ?کبدی است‌و مقدار کمی از آن نیز در سایر بافتهابه‌ویژه کلیه‌ها و مغز متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به پورفیری حاد یا پورفیری باتظاهرات پوستی یا سابقه ابتلای به آن‌نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد بیماری شدید قلبی ـعروقی کمی فشارخون یا شوک بیماریهای تنفسی شامل تنگی نفس یاانسداد مجاری تنفسی بخصوص آسم‌مداوم این دارو باید با احتیاط فراوان‌تجویز شود.

عوارض جانبی واکنش‌های آلرژیک دردشکم اضطراب یا بیقراری بثورات جلدی کهیر، خارش یا قرمزی پوست تورم‌پلک‌ها یا لبها، کاهش غیر عادی فشارخون خس خس سینه و آریتمی قلبی و تضعیف‌دستگاه تنفسی ترومبوفلبیت ضعف‌گردش خون و تحریکات تنفسی با مصرف‌این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی این دارو با داروهای‌مضعف CNS تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در بیماری حاد کبدی بهتر است مقدار تجویز دارو برای القاءبیهوشی کاهش یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای القای بیهوشی عمومی‌بزرگسالان به‌عنوان یک راهنمای کلی

۱۰۰ ـ ۵۰ میلی‌گرم بر حسب نیاز یا

۴mg/kg ـ ۳ به‌صورت مقدار مصرف واحدتزریق وریدی می‌شود. مقدار نگهدارنده‌نیز باید توسط پزشک برای هر فرد

به‌طور جداگانه تعیین شود، ولی

به‌عنوان یک راهنمای کلی ۱۰۰ ـ ۵۰میلی‌گرم برحسب نیاز بیمار تزریق وریدی‌می‌شود. در افزایش فشار وریدی مغزی۳/۵mg/kg ـ ۱/۵ به‌صورت متناوب که درصورت نیاز تا کاهش فشار داخل جمجمه‌می‌توان آن را تکرار کرد، تجویز می‌شود.در حالتهای تشنجی ۱۲۵ ـ ۵۰ میلی‌گرم هرچه سریعتر بعد از شروع تشنج تزریق‌وریدی می‌شود. و در موارد نارکوآنالیزمحلول ۲/۵ درصد با سرعت ۱۰۰ میلی‌گرم‌در دقیقه همزمان با شمارش معکوس از۱۰۰ توسط بیمار تزریق می‌شود که بعد

از اختلال در شمارش و قبل از این‌که
خواب واقعی ایجاد شود تزریق را باید
قطع کرد.
کودکان برای القای بیهوشی عمومی
در کودکان تا ۱۵ سال مقدار مصرف
برای هر بیمار باید توسط پزشک
تعیین گردد ولی به‌عنوان یک راهنمای
کلی ۷ mg/kg ـ ۲ تزریق می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده نیز برای هر بیمار
باید توسط پزشک تعیین گردد، ولی‌به‌عنوان راهنمای کلی ۱ mg/kg برحسب‌نیاز می‌باشد.
اشکال دارویی
Injection : ۵۰۰ mg, ۱ g

THIORIDAZINE

موارد مصرف در موارد اسکیزوفرنی وسایر حالات جنون مانیا، برای درمان‌کوتاه مدت و کمکی تحریک پذیری روانی حرکتی اضطراب شدید و تحریک‌پذیری وبیقراری در سالمندان مشکلات شدیدرفتاری و ذهنی کودکان تجویز می‌شود.
مکانیسم اثر: تیوریدازین با انسدادگیرنده‌های دوپامینی در مغز موجب بهبودحالات جنون می‌شود. همچنین این دارودارای اثرات آنتی موسکارینی ومسددگیرنده‌های آلفا ـ آدرنرژیک می‌باشد.
فارماکوکینتیک تیوریدازین از راه
خوراکی جذب ناقصی دارد و تحت تاثیرمتابولیسم عبور اول کبدی قرار می‌گیرد.در کبد متابولیزه و به متابولیت فعال
تبدیل می‌شود. دفع این دارو عمدت ?کلیوی‌است
موارد منع مصرف در حالت اغماء ناشی ازمصرف داروهای مضعف CNS، تضعیف‌مغز استخوان و فئوکروموسیتوم نبایدمصرف شود.
هشدارها: در موارد زیر با احتیاط تجویزمی‌شود: بیماری عروق مغزی بیماری‌های‌قلبی عروقی و تنفس صرع پارکینسون عفونت‌های شدید، نارسایی کبدی وکلیوی سابقه یرقان کاهش گلبول‌های‌سفید، کم کاری تیروئید، میاستنی گراو،هیپرتروفی پروستات گلوکوم با زاویه‌بسته سالمندان و پورفیری
عوارض جانبی کاهش فشار خون‌رتینوپاتی رنگدانه‌ای (کاهش دید شبانه کاهش دقت دید، قهوه‌ای رنگ دیدن اجسام با مقادیر زیاد و در مصرف طولانی مدت ناتوانی جنسی بخصوص اختلال در انزال
عوراض خارج هرمی خواب آلودگی رنگ‌پریدگی دیسکنزی تاخیری کابوس‌شبانه بی‌خوابی و افسردگی از عوارض‌جانبی این دارو هستند.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای مهار کننده آنزیم مبدل‌آنژیوتانسین و سایر داروهای ضد فشارخون موجب کاهش شدید فشار خون‌وضعیتی می‌گردد. اثرات کاهنده‌فشارخون این دارو در مصرف همزمان باداروهای هوشبر، مسددهای کانال کلسیم‌و ضد دردهای اپیوئیدی افزایش می‌یابد.آنتی اسیدها جذب این دارو را کاهش‌می‌دهند. مصرف همزمان تیوریدازین باداروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای وسایر داروهای دارای خواص آنتی‌موسکارینی موجب افزایش اثرات ضدموسکارینی این دارو

می گردد. این دارو باکم کردن آستانه تشنج با اثرات داروهای‌ضد صرع ضدیت می کند. مصرف همزمان‌دارو با ترفنادین و آستمیزول خطر بروزآریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. مصرف‌این دارو همراه با پروپرانولول و سایرداروهای ضد آریتمی خطر بروز آریتمی راافزایش می‌دهد. مصرف توام لیتیوم ومتوکلوپرامید با این دارو موجب افزایش

خطر بروز عوارض خارج هرمی می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌طولانی مدت این دارو، معاینات چشم‌پزشکی باید انجام شود.

۲ ـ در صورت نارسایی شدید کبدی وکلیوی از مصرف این دارو اجتناب شود.

۳ ـ از قطع ناگهانی این دارو، خودداری‌شود.

۴ ـ در صورت مصرف طولانی مدت این‌دارو، معاینات قلبی از نظر ECG باید انجام‌تا در صورت بروز هر گونه اختلال درعملکرد قلب مقدار دارو کاهش یابد.

۵ ـ در طول مصرف این دارو، نبض دمای‌بدن و فشار خون باید دائم ?کنترل شود.

۶ ـ در طول مصرف این دارو، بیمار باید به‌اندازه کافی مایعات دریافت کند.

۷ ـ افزایش مقدار مصرف دارو باید بتدریج‌و حداقل هفته‌ای یکبار انجام شود.

۸ ـ تجویز مقادیر زیاد این دارو باید برای‌مدت کوتاهی انجام شود و در صورتیکه‌بعد از ۳ ماه با این مقدار مصرف بهبودی‌حاصل نشد، باید مقدار مصرف را کاهش‌داد.

۹ ـ از آنجا که این دارو دارای متابولیت‌فعال می‌باشد، در ابتدا مقدار مصرف‌روزانه بصورت منقسم و بعد از مدتی‌یکبار در روز تجویز می گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در مانیا، اسکیزوفرنی و سایرحالات جنون مقدار ۶۰۰ mg/day ـ ۱۵۰ که‌در ابتدا به‌صورت منقسم تجویز می‌شود تاحداکثر ۸۰۰mg/day (فقط برای بیماران‌بستری در بیمارستان تا مدت ۴ هفته‌مصرف می‌شود.

در درمان کوتاه مدت و کمکی‌تحریک‌پذیری روانی ـ حرکتی

۲۰۰ mg/day ـ ۷۵ و در درمان کوتاه مدت وکمکی اضطراب شدید، تحریک پذیری وبی‌قراری در سالمندان ۱۰۰ mg/day ـ۳۰مصرف می‌شود.

کودکان (فقط در موارد مشکلات شدیدرفتاری یا ذهنی در کودکان زیر ۵ سال۱ mg/kg در روز و ۱۲ ـ ۵ سال

۱۵۰ mg/day ـ ۷۵ (در موارد شدید تا۳۰۰ mg/day) مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg, ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

THIOTHIXENE

موارد مصرف تیوتیکسین برای کنترل‌اسکیزوفرنی و سایر موارد جنون به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با انسداد گیرنده‌های‌دوپامینی در مغز موجب بهبود حالات‌جنون می‌شود. همچنین دارای اثرات آنتی‌موسکارینی و مسدودکننده گیرنده‌های‌آلفا ـ آدرنرژیک می‌باشد که ممکن است دراثرات درمانی آن دخیل باشند.

فارماکوکینتیک بعد از مصرف خوراکی‌سریع ?جذب می‌شود اما جذب آن ناقص وغیر قابل پیش بینی است در کبد متابولیزه‌و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودتضعیف مغز استخوان یا فئوکروموسیتوم‌نباید مصرف شود.

هشدارها: در صورت وجود بیماری‌های‌عروق مغزی بیماری‌های قلبی ـ عروقی وتنفس صرع پارکینسون عفونت‌های‌شدید، نارسایی کبدی و کلیوی سابقه‌یرقان لوکوپنی کم کاری تیروئید،میاستنی گراو، هیپرتروفی پروستات یاگلوکوم با زاویه بسته باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون ناتوانی‌جنسی بخصوص اختلال در انزال عوارض خارج هرمی خواب آلودگی رنگ‌پریدگی دیسکینزی تاخیری کابوس‌شبانه بی‌خوابی افسردگی ندرت?تحریک‌پذیری و تشنج خشکی دهان احتقان بینی یبوست اشکال در ادرارکردن تاری دید، افزایش ضربان قلب آریتمی اختلال در قاعدگی و بزرگ شدن‌پستانها از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای مهارکننده آنزیم مبدل‌آنژیوتانسین و سایر داروهای ضدفشارخون موجب کاهش شدید فشارخون‌وضعیتی می‌گردد. اثرات کاهنده‌فشارخون این دارو در مصرف همزمان باضد دردهای اپیوئیدی و داروهای هوشبرافزایش می‌یابد. آنتی اسیدها جذب این‌دارو را کاهش می‌دهند. مصرف همزماناین دارو با داروهای ضد افسردگی سه‌حلقه‌ایی و سایر داروهای دارای خواص‌آنتی موسکارینی موجب افزایش اثرات‌ضد موسکارینی این دارو می‌گردد. این‌دارو با کم کردن آستانه تشنج با اثرات‌داروهای ضد صرع ضدیت می‌کند.مصرف همزمان این دارو با ترفنادین وآستمیزول خطر بروز آریتمی بطنی راافزایش می‌دهد. در مصرف همزمان این‌دارو با داروهای آرامبخش و ضداضطراب اثر آرامبخش افزایش می‌یابد.مصرف این دارو همراه با پروپرانولول‌خطر بروز آریتمی را افزایش می‌دهد.مصرف توام لیتیوم با این دارو موجب‌افزایش خطر بروز عوارض خارج هرمی وسمیت عصبی می‌گردد. مصرف همزماناین دارو با متوکلوپرامید نیز خطر بروزعوارض خارج هرمی را افزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در مصرف طولانی‌مدت معاینات چشم پزشکی باید انجام‌شود.

۲ ـ از قطع ناگهانی این دارو، خودداری‌شود.

۳ ـ در صورت مصرف طولانی مدت این‌دارو، معاینات قلبی باید انجام شود

تا در صورت بروز هر گونه اختلال درعملکرد قلب مقدار مصرف دارو کاهش‌یابد.

۴ ـ طی مصرف این دارو، نبض دمای بدنو فشارخون بایستی دائم ?کنترل شود.

۵ ـ طی مصرف این دارو، بیمار باید مایعات‌کافی دریافت کند.

۶ ـ افزایش مقدار مصرف باید تدریجی وحداقل هفته‌ای یکبار انجام شود.

۷ ـ تجویز مقادیر زیاد این دارو باید فقطبرای مدت کوتاهی انجام شود و درصورتی که بعد از ۳ ماه با این مقدارمصرف بهبودی حاصل نشد، باید مقدارمصرف را کاهش داد.

۸ ـ بعد از آنکه مقدار مصرف اولیه داروتثبیت شد، بدلیل نیمه عمر زیاد این دارو،مقدار مصرف روزانه (از راه خوراکی یکبار در روز تجویز شود.

مقدار مصرف در ابتدا ۵ میلی‌گرم دو بار درروز، در صورت نیاز و بر اساس تحمل‌بیمار حداکثر ۶۰ mg/day مصرف می‌شود.بیماران سالخورده به مقادیر کمتری از این‌دارو نیاز دارند و افزایش مقدار مصرف درآنها باید تدریجی باشد.

اشکال دارویی

Capsule : ۵ mg

TOLMETIN

موارد مصرف در حالات درد و التهاب‌ناشی از بیماریهای روماتیسمی (شامل آرتریت جوانان و نیز دیگر اختلالات‌عصبی ـ عضلانی مصرف می گردد.

مکانیسم اثر: تولمتین اثرات ضد درد وضدالتهابی خود را عمدت ?با مهار ساخت‌پروستاگلاندین‌ها اعمال می‌نماید.

فارماکوکینتیک بعد از مصرف خوراکی‌بخوبی جذب گردیده و پس از حدود یک‌ساعت حداکثر غلظت سرمی ایجادمی گردد، ۹۹ درصد دارو به پروتئین‌های‌پلاسما متصل می‌شود. دارو در شیرترشح و در کبد متابولیزه می‌شود، داروی‌غیر فعال از راه ادرار دفع می گردد.

موارد منع مصرف در موارد حساسیت به‌داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی NSAIDs) که همراه با علائمی از قبیل آسم آنژیوادم رینیت آلرژیک یا کهیر می‌باشدنباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران مبتلا به اختلالات‌کبدی کلیوی یا قلبی با احتیاط و با حداقل‌مقدار ممکن به‌کار رفته و عملکرد کلیه‌مرتب? کنترل گردد.

۲ ـ در بیماران دچار زخم معده یا سابقه آناز مصرف این دارو اجتناب شود و درصورت بروز صدمات معدی ـ روده‌ای‌هنگام مصرف دارو قطع گردد.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی مانندتهوع اسهال زخم و خونریزی ممکن است‌ایجاد گردد. واکنش‌های آلرژیک به‌ویژه‌آنژیوادم برونکواسپاسم و بثورات جلدی‌و نیز سردرد، سرگیجه و اختلالات شنوایی‌نظیر وزوز گوش ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی تولمتین اثر ضد فشارخون مهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده‌آنژیوتانسین را معکوس نموده احتمال‌بالا ـ رفتن پتاسیم خون و نارسایی کلیوی راافزایش می‌دهد. مصرف تولمتین همراه‌داروهای ضد میکروبی از دسته‌کینولون‌ها، خطر بروز تشنج را افزایش‌می‌دهد. اثر داروهای پایین آورنده قندخون (سولفونیل اوره احتمالا با مصرف‌تولمتین افزایش می‌یابد. خطر سمیت‌کلیوی سیکلوسپورین در صورت مصرف‌همزمان با تولمتین به وسیله مدرها تشدیدمی گردد. دفع متوترکسات و لیتیوم بوسیله‌این دارو کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش عوارض‌گوارشی بهتر است دارو همراه یا بعد ازغذا مصرف شود.

۲ ـ در بیماران مبتلا به کاهش ذخیره قلبی زیادی فشارخون خیز، اختلالات انعقادی‌یا تحت درمان با وارفارین با احتیاط به‌کاررود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به میزان ۱/۸ g/day ـ ۰/۲به‌صورت منقسم در ۴ ـ ۲ بار و حداکثر ۳۰mg/kg/day به‌کار می‌رود.

کودکان مقدار ۲۵mg/day ـ ۲۰ به‌صورت‌منقسم در ۴ ـ ۳ بار و حداکثر ۳۰ میلی‌گرم‌مصرف می گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۰۰ mg

TRIFLUOPERAZINE

موارد مصرف تری فلوئوپرازین در درمان‌اسکیزوفرنی و حالات روانی دیگر مثل‌جنون و مانیا مصرف می گردد. همچنین درکوتاه مدت به‌عنوان داروی کمکی دردرمان تحریکات روانی ـ حرکتی و هیجان‌و نیز کنترل استفراغ و تهوع شدید به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: تری فلوئوپرازین اثر درمانی‌خود را عمدت ?با مهار گیرنده‌های دوپامینی‌بعد سیناپسی در سیستم مزولیمبیک وبرخی نواحی دیگر مغز اعمال می‌نماید.همچنین گیرنده‌های موسکارینی و آلفا ـآدرنرژیک نیز تا حدودی بوسیله این داروممهار می‌شوند.

فارماکوکینتیک پس از مصرف خوراکی‌جذب گردیده اما دارای متابولیسم عبوراول کبدی است حداکثر غلظت پلاسمایی

۴ـ ۲ ساعت پس از مصرف خوراکی ایجادمی گردد. دارو به میزان زیادی در کبدمتابولیزه شده و عمدت ?از راه کلیه دفع‌می گردد.
موارد منع مصرف همراه با سایر داروهای‌مضعف CNS یا تضعیف کننده مغزاستخوان در بیماران در حال اغماء،ضعف مغز استخوان یا سابقه صدمات‌کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ـ در بیماران مصرف کننده‌تری‌فلوئوپرازین دیسکنزی دیررس ممکن‌است بروز نماید.

۲ـ در بیماران مبتلا به آنژین ممکن است‌در طول مصرف دارو، درد آنژینی تشدیدشود.

۳ـ در بیماران مبتلا به بیماری‌های قلبی ـعروقی کم کاری تیروئید، ضعف تنفسی یاصرع و نیز احتباس ادرار با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی آثار خارج هرمی خصوص?واکنش‌های دیستونیک و آکاتزی خواب‌آلودگی اثرات ضد موسکارینی و کمی‌فشارخون افزایش سرعت ضربان قلب آریتمی و سندرم شبه سنکوب از جمله‌عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی تری فلوئوپرازین خطرایجاد آریتمی‌های بطنی را در مصرف‌همراه با داروهای ضد آریتمی مسددهای‌گیرنده بتاآدرنرژیک و داروهای‌ضدهیستامین مانند ترفنادین و آستمیزول‌افزایش می‌دهد. مصرف فنوتیازین‌هاهمراه با ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای سبب کاهش متابولیسم و افزایش غلظت‌خونی آنها می گردد. این دارو با کاهش‌آستانه تشنج با اثر داروهای ضد صرع مقابله می‌نماید. مصرف این دارو همزمان‌با متیل دوپا، متوکلوپرامید و لیتیوم

سبب افزایش اثرات خارج هرمی آنهاخواهد شد.

نکات قابل توصیه ۱ـ از قطع ناگهانی داروخودداری شود.

۲ـ ترکیبات روان گردان عموم ?نباید درافراد با سابقه سندرم نورولپتیک بدخیم‌مصرف شوند. هر چند در بعضی مواردبدون بروز مجدد این سندرم به‌کاررفته‌اند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در اسکیزوفرنی و حالات‌دیگر روانی درمان کمکی کوتاه مدت‌تحریکات روانی ـ حرکتی و هیجانی ابتدا

۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز مصرف گردیده‌بعد از یک هفته مقدار آن تا ۵ میلی‌گرم‌افزایش می‌یابد، سپس به فاصله هر ۳ روزبرحسب پاسخ دهی بیمار میزان مصرف‌دارو تنظیم می گردد. در درمان کمکی کوتاه‌مدت اضطراب شدید و یا به منظور کنترل‌استفراغ و تهوع شدید ۴ـ ۲ میلی‌گرم درمقادیر منقسم و در صورت نیاز تا

۶ میلی‌گرم روزانه به‌کار می‌رود.

کودکان در درمان اسکیزوفرنی واختلالات روانی دیگر و هیجانات درکودکان تا ۱۲ سال ابتدا تا

۵ میلی‌گرم روزانه در مقادیر منقسم تجویزمی‌شود سپس بر حسب پاسخ دهی بیمار،سن و وزن میزان مصرف تنظیم می گردد.در درمان کمکی و کوتاه مدت اضطراب‌شدید و کنترل استفراغ یا تهوع شدید درکودکان ۵ـ ۳ سال تا ۱ میلی‌گرم روزانه ودر بچه‌های ۱۲ـ ۶ ساله تا ۴ میلی‌گرم‌روزانه تجویز می گردد.

تزریقی

به میزان ۳ـ ۱ میلی‌گرم روزانه درمقادیر منقسم حداکثر تا ۶ میلی‌گرم‌روزانه و در کودکان ۵۰ mg/kg در روزتزریق می گردد.

اشکال دارویی

Coted Tablet : ۱ mg, ۲ mg, ۵ mg, ۱۰ mg

Injection : ۱ mg/ml

AMIODARONE HCI

موارد مصرف آمیوداورون در درمان‌تاکی کاردی همراه سندرم ولف پارکینسون ـ وایت (W-P-W) مصرف‌می‌شود. این دارو ممکن است فقط دردرمان آریتمی‌های قلبی زمانی که سایرداروها موثر نبوده و یا منع مصرف داشته‌باشند، از جمله تاکی کاردی فوق بطنی گهگیر، تاکی کاردی بطنی و گره‌ای فیبریلاسیون دهلیزی فلوتر دهلیزی وفیبریلاسیون بطنی به‌کار رود.

مکانیسم اثر: آمیوداورون با اثر مستقیم بربافتها، بدون تاثیر بارز بر پتانسیل غشاء،طول مدت پتانسیل عمل و دوره‌تحریک‌ناپذیری را در تمام بافتهای قلب‌طولانی می کند. همچنین در بیماران مبتلا به‌سندرم W-P-W، تحریک‌پذیری بافت مسیرفرعی را طولانی کرده و سرعت هدایت رادر این بافتها کند می کند.

فارماکوکینتیک جذب آمیوداورون از راه‌خوراکی کند و متغیر است سرعت‌دستیابی به غلظت پلاسمایی یکنواخت ودرمانی دارو، کند و دفع دارو طولانی است پیوند دارو با پروتئین بسیار زیاد است متابولیسم این دارو کبدی است و نیمه عمرآن در مرحله ابتدایی ۱۰ ـ ۲/۵ روز و درمرحله انتهایی ۱۰۷ ـ ۲۶ روز است اثردارو ۳ ـ ۲ روز تا ۳ ـ ۲ ماه پس از مصرف‌شروع می‌شود. طول مدت اثر متغیر(هفته‌ها تا ماهها) است

موارد منع مصرف این دارو در برادی‌کاردی سینوسی انسداد سینوسی ـدهلیزی قلب اختلالات شدید هدایتی یابیماری گره سینوسی (مگر این‌که ازضربان ساز مصنوعی استفاده شده‌باشد)، اختلال در عملکرد تیروئید،حساسیت به ید، عیب شدید دستگاه‌تنفسی کلاپس گردش خون نارسایی‌احتقانی قلب و افت شدید فشار خون‌شریانی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ آزمون عملکرد کبد و تیروئیددر درمان طولانی مدت ضروری است آمیوداورون می‌تواند سبب بروز اختلال درعملکرد تیروئید شود. بنابراین در طول‌مصرف آن هر سه هورمون‌تیروکسین تری یدوتیرونین و هورمون‌محرک تیروتروپین باید اندازه گیری شوند.

۲ ـ در صورت بروز تنگی نفس یا پیشرفت‌آن و همچنین بروز سرفه در بیمارانی که‌آمیوداورون مصرف می کنند، احتمال وجودپنومونی باید در نظر گرفته شود.

۳ ـ در موارد زیر باید با احتیاط مصرف‌شود:

نارسایی قلب عیب کار کلیه بیماران‌سالخورده برادی کاردی شدید واختلالات هدایتی قلب (به‌ویژه با مصرف‌مقادیر زیاد) و پورفیری

۴ ـ به علت کند بودن شروع اثر دارو،مشکل بودن تنظیم مقدار مصرف و احتمال‌بروز عوارض جانبی شدید، درمان با این‌دارو باید در بیمارستان شروع شود وبیمار حداقل طی دوره مصرف مقدارحمله‌ای دارو در بیمارستان بستری باشد.مقدار مصرف دارو برای هر بیمار بایدجداگانه و بر اساس نیازهای بیمار، پاسخ‌بالینی وجود یا شدت مسمومیت و دربعضی حالات بر اساس غلظت پلاسمایی‌آمیوداورون تنظیم شود.

عوارض جانبی اختلال در بینایی نوروپاتی‌و میوپاتی محیطی برادی‌کاردی واختلالات هدایتی قلب حساسیت به نور وبندرت تغییرات رنگ پوست کم کاری‌تیروئید، پرکاری تیروئید، فیبروزآلوئولیت‌ریوی هپاتیت تهوع استفراغ احساس‌طعم فلزی در دهان لرزش کابوس سرگیجه سردرد، بی‌خوابی افزایش فشارداخل جمجمه التهاب اپی دیدیم بی‌نظمی‌حرکات عضلانی بثورات جلدی التهاب‌عروق کاهش پلاکت خون افزایش زمان‌پروترومبین آنافیلاکسی (با تزریق‌سریع ، اسپاسم برونش و آپنه از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌آمیوداورون با سایر داروهای ضد آریتمی‌ممکن است خطر بروز آریتمی بطنی راافزایش دهد. آمیوداورون غلظت پلاسمایی کینیدین و پروکائین آمید را افزایش‌می‌دهد. ضعف عضله قلب با مصرف‌همزمان هر داروی ضد

آریتمی بـاآمیودارون مشاهـده می‌شـود. اثر انعقادی‌وارفـارین در صـورت مصـرف همزمـان بـاآمیودارون افزایش می‌یابـد. خطر بروزآریتمی بطنی در صورت مصرف همزمان‌داروهـای ضـد افسردگی سه حلقه‌ای وفنوتیازین‌هـا با آمیودارون افزایش می‌یابـد.در صورت مصرف همزمـان آمیودارون باداروهـای مسدودکننـده گیرنـده بتا، دیلتیازم‌و وراپامیل خطر بروز برادی کاردی انسـداد گره دهلیزی بطنی و ضـعف عضـله‌قلب افزایش می‌یابـد. غلظت پلاسمایی‌دیگوکسـین در صورت مصـرف همزمـان بـاآمیودارون افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان بایدکامل شود. مصرف دارو حتی در صورت‌احساس بهبودی باید طبق دستور پزشک‌ادامه یابد.

۲ ـ طی درمان با دارو و چند ماه پس از قطع‌مصرف آن از تابش مستقیم خورشید به‌پوست باید جلوگیری شود.

۳ ـ در صورت بروز مسـمومیت عصبی حساسیت به نور، تهوع اسـتفراغ و التهاب‌اپی دیدیم کاهش مقدار مصرف و در بعضی‌موارد، قطع مصرف دارو توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در آریتمی بطنی مقـدارحمله‌ای ۱/۶ g/day ـ ۰/۸ به مدت ۳ ـ ۲ هفته‌تا دستیابی به پاسـخ درمانی اولیه یا بروزعوارض جانبی مصـرف می‌شود.نگهدارنده تقریب ?۴۰۰ mg/day است که‌می‌توان آن را بر حسب نیـاز افزایش یاکـاهش داد. در درمـان تـاکی کـاردی فوق‌بطنی مقـدار حمله‌ای ۸۰۰ mg/day ـ ۶۰۰ به‌مـدت یـک هفته تـا زمـان دستیابی به پاسـخ‌درمانی اولیه یا بروز عوارض جانبی‌مصرف می‌شود. مقدار نگهدارنده تقریب?۴۰۰ mg/day ـ ۲۰۰ است

کودکان به‌عنوان ضـد آریتمی بطنی و دردرمان آریتمی فوق بطنی مقـدار حمله‌ای۱۰ mg/kg/day برای ۱۰ روز تا زمان‌دستیابی به پاسخ درمانی اولیه یا بروزعوارض جانبی مصرف شود. مقدارنگهدارنده ۲/۵ mg/kg/day است

تزریقی

از راه انفوزیون وریـدی مقدار ۵mg/kg درطول ۱۲۰ ـ ۲۰ دقیقه همراه با پی‌گیری‌الکتروکاردیوگرام مصرف می‌شود. بیشینه‌مقدار مصرف ۱/۲g/day است

توجه فقط در موارد اضـطراری شدید، از راه‌تزریق آهسـته وریدی مقدار ۳۰۰ ـ ۱۵۰میلی‌گرم در ۲۰ ـ ۱۰ میلی لیتر محلول گلوکز۵ درصد طی حداقل ۳ دقیقه همراه با پیگیری‌الکتروکاردیوگرام (معمولا در بخش‌مراقبتهای ویژه مصرف می‌شود. مقدارمصرف بعدی نباید زودتر از ۱۵ دقیقه باشد.

اشکال دارویی

Injection : ۱۵۰ mg/۳ ml

Tablet : ۲۰۰ mg

BETA – ADRENERGIC

BLOCKING AGENTS

ATENOLOLث PROPRANOLOL ث

داروهـای مسدودکننـده گیرنـده‌های بتـا ـآدرنرژیـک اثر آگونیستی واسطه‌های‌عصبی سـمپاتیک را با رقابت در اتصال به‌گیرنـده‌ها مسدود می‌کنند. اگر این داروهافقط یک نوع گیرنده بتا را مسدود کنند، به‌آنها انتخابی و در صورتی که هم گیرنده‌های‌بتا ـ یک و هم گیرنـده‌های بتـا ـ دو (که دربافتهـایی به‌جز قلب وجود دارنـد) را مسدودکننـد، غیر انتخـابی نامیـده می‌شونـد. بعضـی ازمسـدود

کننـده‌های گیرنـده‌های بتا با مقادیرکم گیرنـده‌های بتا ـ یک را مسـدود می‌کننـد وبا افزایش مقدار، شـروع به انسداد گیرنده بتاـ دو می‌کنند. آلپرنولول و پروپرانولول اثرتثبیت غشاء نیز دارند.
به‌عنـوان ضـد آنژیـن احتمالاًـ بـاعث کاهش‌نیـاز میوکـارد بـه اکسـیژن می‌شونـد و اثرضـد آریتمی آنهـا بـه علت وقفه در تحریک‌آدرنرژیـک در قلـب است مکـانیسم اثر پایین‌آورنـدگی فشـارخون آنهـا هنـوز شـناخته‌نشده است ولی احتمـال دارد به‌علت کـاهش‌برون‌ده قلب کـاهش جریان خروجی‌سـمپاتیک به عروق محیطی و مهارآزادسازی رنین توسط کلیه‌ها باشـد. درپیشـگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد باکاهش نیاز میوکارد به اکسیژن موجب‌کاهش احتمالی شدت ایسکمی میوکاردمی‌شود.

ATENOLOL

موارد مصـرف آتنولول در درمان آنژین‌صـدری مزمن کنترل زیادی فشارخون (به‌تنهایی یا همراه سایر داروهای کاهنـده‌فشارخون و پیشگیری از انفارکتوس‌مجدد میوکارد مصرف می‌شود.
فارماکوکینتیک حدود ۵۰ درصد دارو ازمجرای گوارش جذب می‌شود. پیوند این‌دارو به پروتئین‌های پلاسما اندک است متابولیسم دارو به مقـدار کم در کبـد صـورت‌می‌گیرد. نیمه عمر دارو ۷ ـ ۶ سـاعت و زمان‌لازم برای رسـیدن به اوج اثر ۴ ـ ۲ ساعت‌می‌باشد. دارو از راه کلیه دفع می‌شود.
موارد منع مصرف این دارو در شوک قلبی نارسایی آشـکار قلب بلوک قلبی درجه دویا سه دهلیزی ـ بطنی برادی کاردی‌سینوسی و کاهش فشار خون سیستولیک‌به کمتر از ۱۰۰ میلی‌متر جیوه (برای‌پیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد)نباید مصرف شود.
هشـدارها: ۱ ـ مصـرف ایـن دارو در مـوارد زیربایـد بـا احتیـاط صـورت گیرد: آسـم نـایژه‌ای آمفیزم یـا برونشـیت غیر آلرژیک نارسایی‌احتقانی قلب دیابت پرکاری تیروئید،افسردگی روانی یا سابقه ابتلاء به آن
۲ ـ مقدار مصرف این دارو در سالمندان بایدبر اساس پاسخ بیمار تعیین شود، زیرا ازیک طرف به علت کاهش حساسیت این‌بیماران به اثر دارو ممکن است افزایش مقدارمصـرف لازم باشـد و از طرف دیگر به علت‌کاهش توانایی متابولیسم و دفع دارو کاهش‌مقدار مصرف ممکن است ضرورت یابد.
۳ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه مقادیر مصرف آتنولول باید کاهش یابد.
۴ ـ در صورت بروز افسردگی ناشی از این‌دارو، مصرف آن باید قطع شود.
۵ ـ اگر بعد از یک دوره درمان طولانی بااین دارو قطع مصـرف آن ضـرورت پیداکند، باید بتدریج و حداقل طی سه روز تا دوهفته قطع شود. در طول این مـدت بیماربایـد از فعالیتهـای شدیـد بـدنی پرهیز کنـد تـاخطر بروز انفارکتوس میوکارد یا آریتمی‌به حـداقل برسـد. اگر پس از قطع مصـرف‌دارو، علایم قطع مصـرف بروز کرد، بایدمصـرف دارو را به‌طور موقت از سـر گرفت‌و به دنبال بهبود بیمار، مصرف دارو را بااحتیاط قطع کرد.
عوارض جانبی برادی کاردی نارسایی‌قلب اختلال در هدایت قلب اسپاسم‌برونش انقباض عروق محیطی اختلالات‌گوارشی خستگی اشـکال در بخواب رفتن بثورات جلـدی اشـکال در تنفس یـا خس‌خس کردن سـردی دسـتها و پاهـا،افسـردگی ورم مـچ و سـاق پا، ضربان‌آهسته و غیر عادی قلب و سردرد بامصرف این دارو گزارش شده است
تـداخل‌های دارویی مقدار مصـرف انسولین‌و داروهای خوراکی پایین آورنده قندخون هنگام مصـرف همزمان با این داروباید تنظیم گردد تا از کاهش بیش از حد قندخون جلوگیری شود. در صورت مصـرف‌همزمان داروهای مسدودکننده گیرنده بتا ـآدرنرژیک با داروهای مسـدود کننـده کانالهای کلسـیمی یا کلونیـدین اثرات کاهش‌فشارخون ممکن است تشدید شود.مصـرف همزمان داروهای مهـار کننـده‌مونوآمین اکسـیداز بـا این دارو، به علت‌امکـان افزایش شدیـد فشـارخون توصـیه‌نمی‌شود. در صورت مصـرف همزمـان

این‌دارو با آمین‌های مقلد سمپاتیک که دارای‌فعالیت بتا ـ آدرنرژیک هستند، ممکن است‌اثرات هر دو دسته دارو کاهش یابند. گزانتین‌ها در صورت مصرف همزمان بااین دارو ممکن است موجب مهار اثرات‌درمانی هر دو دسته دارو شوند. همچنین کلیرانس تئوفیلین افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ هیچیک از نوبتهای‌مصرف این دارو نباید فراموش شود،بخصوص اگر روزی یک‌بار مصرف‌می‌شود.

۲ ـ این دارو، زیادی فشار خون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. مصرف‌آن ممکن است تا پایان عمر ضروری باشد.

۳ ـ مصرف دارو، حتی در صورت‌احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۴ ـ اگر صورتی که یک نوبت مصرف داروفراموش شود، به محض بیادآوردن آن‌نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا زمان‌مصرف نوبت بعدی ۴ ساعت باقیمانده‌باشد، از مصرف آن نوبت خودداری شودو مقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۵ ـ در بیماران مبتلا به دیابت با مصرف‌این دارو علایم کمی قندخون ممکن است‌تخفیف یابد یا گاهی غلظت قند خون‌افزایش یابد.

۶ ـ از مصرف با سایر داروها، به‌ویژه‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌پزشک ندارند، باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان آنژین صدری ابتدا۵۰ میلی‌گرم یک بار در روز مصرف‌می‌شود که پس از یک هفته در صورت‌نیاز و تحمل زیاد بتدریج تا ۱۰۰ میلی‌گرم‌افزایش می‌یابد. به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون ابتدا ۵۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم یک یا دوبار در روز مصرف می‌شود که پس از دوهفته در صورت نیاز و تحمل بیمار تا۱۰۰ mg/day ـ ۵۰ افزایش می‌یابد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

PROPRANOLOL HCl

موارد مصرف پروپرانولول در درمان‌آنژین صدری مزمن پیشگیری و درمان‌آریتمی قلبی کنترل زیادی فشارخون درمان کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک وپیشگیری از انفارکتوس مجدد میوکارد، دردرمان کمکی فئوکروموسیتوم و پیشگیری‌از سردردهای عروقی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک حدود ۹۰ درصد دارو ازمجرای گوارش جذب می‌شود. پیوند داروبا پروتئین‌های پلاسما خیلی زیاد است متابولیسم دارو کبدی بوده نیمه عمر آن

۳ ـ ۲ ساعت است زمان لازم برای رسیدن‌به اوج اثر ۱/۵ ـ ۱ ساعت است دفع داروکلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در شوک قلبی نارسایی آشکار قلب بلوک درجه دو یا سه‌دهلیزی ـ بطنی برادی کاردی سینوسی وکاهش فشار خون سیستولیک به کمتر از۱۰۰ میلی‌متر جیوه (برای پیشگیری ازانفارکتوس مجدد میوکارد) نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو در مواردزیر باید با احتیاط صورت گیرد:

آسم نایژه‌ای آمفیزم یا برونشیت غیرآلرژیک نارسایی احتقانی قلب دیابت پرکاری تیروئید، افسردگی روانی یا سابقه‌ابتلاء به آن

۲ ـ مقدار مصرف این دارو در سالمندان‌باید بر اساس پاسخ بیمار تعیین شود، زیرااز یک طرف به علت کاهش حساسیت این‌بیماران به اثر دارو ممکن است افزایش‌مقدار مصرف لازم باشد و از طرف دیگر به‌علت کاهش توانایی متابولیسم و دفع‌داروها، کاهش مقدار مصرف ممکن است‌ضرورت یابد.

۳ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کبد،مقادیر مصرف این دارو باید کاهش یابد.

۴ ـ در صورت بروز افسردگی ناشی از این‌دارو، مصرف آن باید قطع شود.

۵ـ اگر بعد از یک دوره درمان طولانی بااین دارو قطع مصرف آن ضرورت پیداکند، باید مصرف این دارو بتدریج و حداقل‌طی سه روز تا دو هفته قطع شود. در طول‌این مدت بیمار باید از فعالیتهای شدیدبدنی پرهیز کند تا خطر بروز انفارکتوس‌میوکارد یا آریتمی به حداقل برسد. اگر پس‌از قطع مصرف دارو، علایم قطع مصرف‌بروز کرد، باید مصرف دارو را به‌طورموقت از سر گرفت ولی به دنبال بهبودبیمار، آن را با احتیاط قطع کرد.

عوارض جانبی برادی کاردی نارسایی‌قلب اختلال در هدایت قلب اسپاسم‌برونش انقباض عروق محیطی اختلالات‌گوارشی خستگی اشکال در بخواب رفتن بثورات جلدی اشکال در تنفس یا خس‌خس کردن سردی دستها و پاها، اغتشاش‌شعور بخصوص در سالمندان توهم افسردگی روانی ورم مچ و ساق پا،ضربان آهسته و غیر عادی قلب یبوست اضطراب یا نگرانی کاهش توانایی جنسی اسهال خواب آلودگی خفیف سردرد،بیحسی یا گزگز کردن انگشتان دست و پا وخستگی یا ضعف غیر عادی با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مقدار مصرف انسولین‌و داروهای خوراکی پایین آورنده قندخون هنگام مصرف همزمان با این داروباید تنظیم گردد تا از کاهش بیش از حد قندخون جلوگیری شود. در صورت مصرف‌همزمان داروهای مسدودکننده گیرنده بتا ـآدرنرژیک با داروهای مسدود کننده‌کانالهای کلسیمی یا کلونیدین اثرات کاهش‌فشارخون ممکن است تشدید شود.مصرف همزمان داروهای مهار کننده‌مونوآمین اکسیداز با این دارو، به علت‌امکان افزایش شدید فشار خون توصیه‌نمی‌شود. در صورت مصرف همزمان این‌دارو با آمین‌های مقلد سمپاتیک که دارای‌فعالیت بتا ـ آدرنرژیک هستند، ممکن است‌اثرات هر دو دسته دارو کاهش یابند.گزانتین‌ها در صورت مصرف همزمان بااین دارو ممکن است موجب مهار اثرات‌درمانی هر دو دسته دارو شوند. همچنین کلیرانس تئوفیلین افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ هیچیک از نوبتهای‌مصرف این دارو نباید فراموش شود،بخصوص اگر روزی یک‌بار مصرف‌می‌شود.

۲ ـ این دارو، زیادی فشارخون را درمان‌نمی کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. مصرف‌این دارو ممکن است تا پایان عمر ضروری‌باشد.

۳ ـ مصرف دارو، حتی در صورت‌احساس بهبودی باید ادامه یابد.

۴ ـ اگر یک نوبت مصرف دارو فراموش‌شود، به محض بیادآوردن آن نوبت بایدمصرف شود، ولی اگر تا زمان مصرف‌نوبت بعدی ۴ ساعت باقیمانده باشد، ازمصرف آن نوبت باید خودداری شده ومقدار مصرف بعدی نیز دو برابر نگردد.

۵ ـ در بیماران مبتلا به دیابت با مصرف این‌دارو علایم کمی قند خون ممکن است تخفیف‌یابد یا گاهی غلظت قند خون افزایش یابد.

۶ ـ از مصرف سایر داروها، به‌ویژه‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌پزشک ندارند، باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان آنژین صدری مقدار ۲۰ ـ ۱۰ میلی‌گرم ۳ یا ۴ بار در روز مصرف‌می‌شود که این مقدار در صورت لزوم هر ۷ ـ ۳ روز بتدریج تا حداکثر ۳۲۰mg/day افزایش می‌یابد. به‌عنوان ضد آریتمی

۳۰ ـ ۱۰ میلی‌گرم ۳ یا ۴ بار در روز مصرف‌می‌شود که این مقدار بر اساس نیاز و تحمل‌بیمار تنظیم می‌گردد. به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون مقدار ۴۰ میلی‌گرم ۲ بار در روزمصرف می‌شود که این مقدار بر اساس نیازو تحمل بیمار بتدریج تا حداکثر ۶۴۰ mg/day افزایش می‌یابد. در پیشگیری از انفارکتوس‌مجدد میوکارد ۲۴۰ mg/day ـ ۱۸۰ در مقادیرمنقسم و در درمان کمکی کاردیومیوپاتی‌هیپرتروفیک مقدار ۴۰ ـ ۲۰ میلی‌گرم ۳ یا ۴بار در روز مصرف می‌شود که این مقدار براساس نیاز و تحمل

بیمار تنظیم می گردد. دردرمان کمکی فئوکروموسیتوم مقدار ۲۰میلی گرم ۳ بار در روز تا ۴۰ میلی گرم ۳ یا ۴بار در روز، سه روز قبل از جراحی مصرف‌می‌شود. برای پیشگیری از سردردهای‌عروقی ابتدا، ۲۰ میلی گرم ۴ بار در روزمصرف می‌شود که این مقدار بر اساس نیازو تحمل بیمار، بتدریج تا حداکثر ۲۴۰mg/day افزایش می‌یابد.

کودکان به‌عنوان ضد آریتمی و کاهنده‌فشارخون ابتدا ۱ mg/kg/day ـ ۰/۵ در ۴ ـ ۲مقدار منقسم مصرف می‌شود. در صورت‌نیاز، مقدار مصرف این دارو برای کنترل‌زیادی فشارخون و پیشگیری از بروزتاکی کاردی فوق بطنی باید تنظیم شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده ۴ mg/kg/day ـ ۲در ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان ضد آریتمی ۳ ـ ۱میلی گرم با سرعت حداکثر ۱ mg/minتزریق وریدی می‌شود. در صورت نیاز،این مقدار پس از ۴ ساعت تکرار می‌شود.

کودکان به‌عنوان ضد آریتمی ۰/۰۱ـ۰/۱mg/kg (تا حداکثر ۱ میلی گرم در هرنوبت مصرف که هر ۸ ـ ۶ ساعت در صورت‌نیاز تکرار می‌شود، مصرف می گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg, ۴۰ mg, ۸۰ mg

Injection : ۱ mg/ml

BRETYLIUM TOSYLATE

موارد مصرف این دارو در درمان‌آریتمی‌های بطنی که به سایر درمانهامقاوم هستند، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که این داروسبب فرونشاندن سریع فیبریلاسیون‌بطنی می‌شود که ناشی از تاثیر مستقیم آن‌بر روی غشاء سلول میوکارد است علاوه‌بر این تخلیه نوراپی نفرین در انتهای‌اعصاب محیطی آدرنرژیک و سپس انسدادآدرنرژیک و جلوگیری از آزاد شدن‌نوراپی نفرین در پاسخ به تحریک عصب‌سمپاتیک نیز ایجاد می گردد. ظاهر?جلوگیری بیشتر از آزاد شدن نوراپی‌نفرین به فرو نشاندن تاکی کاردی بطنی کمک می‌نماید.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو ناچیزاست نیمه عمر دارو ۱۰ ـ ۵ ساعت است که‌در عیب کار کلیه به ۲۱/۵ ـ ۱۶ ساعت‌می‌رسد. اثر این دارو از راه تزریق وریدی‌در فیبریلاسیون بطنی پس از ۱۰ ـ ۵ دقیقه‌و در تاکی کاردی بطنی پس از ۱۲۰ ـ ۲۰دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای‌رسیدن به اوج اثر کنترل ضربانات نارس‌بطنی ۹ ـ ۶ ساعت می‌باشد. طول اثر دارو۲۴ ـ ۶ ساعت و دفع آن کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو درفئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو باید بااحتیاط مصرف شود:

تنگی آئورت زیادی فشارخون ریوی کاهش برون ده قلبی عیب کار کلیه

۲ ـ برتیلیوم همیشه قبل از تزریق وریدی‌رقیق می‌شود، مگر در فیبریلاسیون بطنی‌خطرناک که باید بدون رقیق شدن و باحداکثر سرعت ممکن تزریق شود.

۳ ـ برتیلیوم فقط در درمان کوتاه مدت‌به‌کار می‌رود و باید پس از ۵ ـ ۳ روز باکاهش تدریجی مصرف آن قطع شده و درصورت لزوم درمان با داروی ضد آریتمی‌خوراکی ادامه یابد.

عوارض جانبی کاهش فشارخون تهوع واستفراغ و نکروز بافت (پس از تزریق‌عضلانی با مصرف دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی مصـرف همزمان این‌دارو با سایر داروهای ضد آریتمی سـبب‌افزایش ضعف عضله قلب می‌شود.مصرف همزمان این دارو با گلیکوزیدهای‌قلبی توصیه نمی‌شود، زیرا تخلیه ابتدایی‌نوراپی نفرین ممکن است سبب افزایش‌سمیت دیژیتال شود.

نکـات قابـل توصـیه ۱ ـ تجـویز عضــلانی ایـن‌دارو بایـد بـه تزریـق ۵ میلی لیـتر رقیـق نشــده‌آن در هر محـل تزریـق محــدود شـود. برای‌جلو گیری از تخریب بافت توصیه می‌شودمحل تزریق ماساژ داده شود.

۲ ـ معمولا طی چند روز نسبت به اثرکاهنده فشار خون این دارو تحمل ایجادمی‌شود. قبل از ایجاد تحمل بیمار باید به‌پشت خوابیده و فشارخون وی دقیق?کنترل شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان از راه تزریق‌وریدی آهسته ابتدا ۱۰ mg/kg ـ ۵ طی

۱۰ ـ ۸ دقیقه (ترجیح ?۳۰ ـ ۱۵ دقیقه

همراه بـا کنترل فشارخون و پی گیری‌الکتروکاردیوگرام تجویز می‌شود. درصورت لزوم این مقـدار پس از ۲ ـ ۱ ساعت تا مقدار تام ۳۰ mg/kg) تکرار می‌شود.مقدار مصـرف وریدی را می‌توان با استفاده‌از محلول انفوزیون وریدی گلوکز ۵ درصدیا کلرور سدیم به میزان ۱۰mg/ml رقیق‌نمود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده مقدار ۱۰ mg/kg ـ ۵ از راه عضلانی یا وریدی (طی ۳۰ ـ ۱۵ دقیقه هر ۸ ـ ۶ ساعت یا ۲ ـ ۱میلی گرم در دقیقه از راه انفوزیون مداوم‌وریدی تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mg/ml

CALCIUM CHANNEL

BLOCKING AGENTS

Nifedipine Diltiazem

Verapamil

داروهـای مسـدود کننـده کانالهـای کلسـیمی‌از ورود یونهای کلسیم به داخل سـلول ازطریق کانالهای آهسـته غشاءهای سـلولی‌فعال جلوگیری می کنند. این داروها،سـلولهای عضـله قلب سـلولهای موجود درسیسـتم هدایت الکتریکی قلب و سلول‌های‌عضلات صاف عروق را تحت تـاثیر قرارمی‌دهنـد و لـذا ممکن است قـدرت انقباضی‌عضـله قلب و تنوس عروق سیسـتمیک وکرونر را کـاهش داده تشکیل و انتشارتکانه‌های الکتریکی قلب را کند نمایند.

داروهــای مسدودکننــده کانالهــای کلســیمی ازنظر محــل اثر بــا هـم متفـاوت بـوده و بنــابراین‌اثرات درمـانی آنهـا نیز مختلف می‌باشـد.تفاوتهای مهمی میان وراپامیل و داروهای‌مسدودکننده کانالهای کلسـیمی از گروه دی‌هیدروپیریدین (مانند نیفدیپین وجود دارد.وراپامیل که در درمان آنژین صدری افزایش فشارخون و آریتمی مصـرف‌می‌شود، برون ده قلبی را کاهش داده سرعت ضربان قلب و انتقـال الکتریکی‌دهلیزی ـ بطنی (AV) را کند می‌نماید. بامقادیر مصـرف بالا، این دارو ممکن استسـبب بروز نارسایی قلبی اختلالات هـدایت‌الکتریکی و کـاهش فشـارخون شود. بنابراین‌نبایـد همزمـان با داروهای مسدودکننده‌گیرنـده‌های بتا ـ آدرنرژیک مصرف شود.

نیفـدیپین عضـلات صـاف عروقی را شل‌می‌کنـد و شـریانهای محیطی و کرونر راگشـاد می‌نمایـد. این دارو در مقایسه باوراپامیل اثر بیشـتری بر عروق دارد و به‌میزان کمتری بر روی عضـله قلب تاثیرمی‌گـذارد و فاقـد هر گونه اثر ضـد آریتمی‌است این دارو بنـدرت سبب بروز نارسایی‌قلب می‌شود، زیرا هر گونه اثر اینوتروپیک‌منفی با کاهش کار بطن جبران می‌شود.

دیلتیـازم در درمـان حالـات مختلـف آنژین‌مـوثر اسـت ایـن دارو ممکن است دربیمـارانی که داروهـای مسدودکننده‌گیرنـده‌های بتا

آدرنرژیک در آنان منع‌مصرف دارد یا غیر موثر می‌باشند،مصرف شود. دیلتیازم دارای اثراینوتروپیک منفی کمتری در مقایسه باوراپامیل می‌باشد و ضعف شدید عضله‌قلب نیز بندرت با مصرف این دارو مشاهده‌می‌شود.

داروهای مسدودکننده کانالهای کلسیم خطر بروز انفارکتوس عضله قلب را دربیماران مبتلا به آنژین غیر پایدار کاهش‌نمی‌دهند. مصرف این داروها باید برای‌بیمارانی که به درمان با داروهای‌مسدودکننده گیرنده‌های بتا آدرنرژیک نیتراتها، داروهای ضد پلاکت و ضدانعقادها (اسید استیل سالیسیلیک و هپارین‌تزریقی مقاوم هستند، محدود شود.

DILTIAZEM HCI

موارد مصرف دیلتیازم در درمان آنژین زیادی فشارخون و آریتمی مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو بخوبی از مجرای‌گوارش جذب می‌شود و به دلیل متابولیسم‌عبور اول از کبد، فراهمی زیستی آن تقریب? ۴۰ درصد می‌باشد. فراهمی زیستی بامصرف طولانی مدت و افزایش مقدارمصرف افزایش می‌یابد. پیوند این دارو به‌پروتئین‌های پلاسما زیاد می‌باشد. نیمه‌عمر این دارو پس از مصرف یک مقدارواحد خوراکی ۳۰ ـ ۲۰ دقیقه و برای مقادیرمصرف تکراری و زیاد، تقریب ?۵ تا ۸ساعت می‌باشد. نیمه عمر آن از راه تزریقی‌نیز تقریب ?۳/۴ ساعت است اثر دیلتیازم ازراه تزریقی طی ۳ دقیقه (به منظور کاهش‌سرعت ضربان قلب یا تبدیل تاکی کاردی‌فوق بطنی حمله‌ای به ریتم سینوسی و بامصرف قرصهای معمولی پس از ۶۰ ـ ۳۰دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای‌رسیدن به اوج اثر با مصرف مکرر از راه‌خوراکی حدود ۲ هفته و با تزریق سریع‌وریدی ۷ ـ ۲ دقیقه است طول اثر دارو ازراه خوراکی ۸ ـ ۴ ساعت از راه تزریق‌سریع وریدی ۳ ـ ۱ ساعت و از راه‌انفوزیون مداوم وریدی ۱ ـ ۰/۵ ساعت‌است

موارد منع مصرف این دارو در برادی‌کاردی نارسایی بطن چپ انسداد درجه ۲یا ۳ دهلیزی بطنی (مگر در مواردی که ازضربان ساز مصنوعی استفاده شده باشد)و سندرم سینوس بیمار نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ مقدار مصرف دیلتیازم دربیماران مبتلا به عیب کار کلیه و کبد بایدکاهش داده شود.

۲ ـ در موارد زیر، این دارو باید با احتیاطمصرف شود: نارسایی قلبی و عیب شدیدکار بطن چپ برادی کاردی خفیف انسداددرجه یک دهلیزی بطنی و افزایش فاصلهPR در الکتروکاردیوگرام

عوارض جانبی برادی کاردی انسدادسینوسی ـ دهلیزی و دهلیزی ـ بطنی کاهش فشارخون کسالت سردرد،اختلالات گوارشی برافروختگی واحساس گرما، خیز (ورم مچ پا) از عوارض‌جانبی مهم دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی خطر بروز برادی‌کاردی انسداد دهلیزی ـ بطنی و ضعف‌عضله قلب ناشی از مصرف آمیودارون بامصرف همزمان دیلتیازم افزایش می‌یابد.اثر کاربامازپین و تئوفیلین با مصرف‌دیلتیازم افزایش می‌یابد. دیلتیازم سبب‌افزایش غلظت پلاسمایی فنی توئین ودیگوکسین می‌شود. مصرف همزمان‌دیلتیازم با داروهای مسدودکننده‌گیرنده‌های بتا ـ آدرنرژیک خطر بروزبرادی کاردی و انسداد دهلیزی ـ بطنی راافزایش می‌دهد. اثر دیلتیازم در مصرف بافنوباربیتال و فنی‌توئین کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از این رو مصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ کاهش دفعات بروز درد قفسه سینه‌ممکن است بیمار را تشویق به فعالیت بیش‌از حد کند. بنابراین در مورد میزان‌تمرینات بدنی باید با پزشک مشورت شود.

۴ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۵ـ نبض بیمار باید کنترل شود و درصورتی که کمتر از ۵۰ بار در دقیقه باشد،مراجعه به پزشک ضروری است

مقدار مصرف

خوراکی

مقدار مصرف این دارو در درمان آنژین یاافزایش فشارخون در بزرگسالان ۶۰میلی گرم ۳ بار در روز (در مورد بیمارانسالخورده ابتدا ۲ بار در روز) است که درصورت نیاز می‌توان این مقدار را با فاصله‌هر ۱ یا ۲ روز بر حسب نیاز و تحمل بیمارافزایش داد. بیشینه مقدار مصرف ۳۶۰mg/day است

تزریقی

از راه تزریق وریدی به‌عنوان ضد آریتمی مقدار ۰/۲۵ mg/kg به آهستگی و در مدت‌بیش از ۲ دقیقه با پی گیری مداوم‌الکتروکاردیوگرام و فشارخون تجویزمی‌شود. اگر پاسخ کافی حاصل نشود،مقدار ۰/۳۵ mg/kg را می‌توان ۱۵ دقیقه پس از خاتمه تزریق مقدار اولیه تجویزنمود. باید توجه داشت که بعضی ازبیماران به مقدار ۰/۱۵ mg/kg پاسخ‌می‌دهند، اگر چه طول اثر دارو ممکن است‌کمتر باشد.

در انفوزیون مداوم وریدی ابتدا

۱۰ mg/hr بلافاصله پس از آخرین تزریق‌سریع وریدی تجویز می‌شود. سرعت‌انفوزیون ممکن است به میزان ۵ mg/hrباشد.

اشکال دارویی

Tablet : ۶۰ mg

For Injection : ۱۰۰ mg

NIFEDIPINE

موارد مصرف نیفدیپین در درمان آنژین وکنترل زیادی فشارخون مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک نیفدیپین به‌طور کامل وسریع از راه خوراکی جذب می‌شود و به‌دلیل متابولیسم عبور اول از کبد، فراهمی‌زیستی آن ۶۰ تا ۷۵ درصد است فراهمی‌زیستی این دارو در صورت عیب کار کبدافزایش می‌یابد. پیوند این دارو باپروتئین‌های پلاسما بسیار زیاد است

(۹۸ ـ ۹۲ درصد). نیمه عمر این دارو تقریب ?۲ساعت است اثر نیفدیپین خوراکی ۲۰ دقیقه‌پس از مصرف شروع می‌شود. زمان لازم‌برای رسیدن به اوج غلظت با مصرف کپسول در حدود ۶۰ ـ ۳۰ دقیقه و با مصرف‌قرص ۲ ـ ۱ ساعت است ۸۰ درصد دارو ازراه کلیه به‌صورت متابولیت و ۲۰ درصد آن‌از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در شوک‌کاردیوژنیک تنگی پیشرفته آئورت وپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف دارو در صورت‌بروز درد ایسکمیک یا تشدید درد موجود،بلافاصله پس از شروع درمان باید قطع‌شود.

۲ ـ در موارد زیر، این دارو باید با احتیاطمصرف شود: اندوخته ضعیف قلب نارسایی قلبی یا عیب شدید کار بطن چپ کاهش شدید فشارخون و دیابت

۳ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کبد، کاهش‌مقدار مصرف دارو ممکن است ضروری‌باشد.

عوارض جانبی سردرد، برافروختگی سرگیجه بیحالی تاکی کاردی تپش سریع‌قلب خیز، بثورات جلدی تهوع تکرر ادرار،درد چشم و هیپرپلازی لثه با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی غلظت پلاسمایی کینیدین با مصرف نیفدیپین کاهش می‌یابد.نیفدیپین غلظت پلاسمایی فنی توئین راافزایش

می‌دهد. مصـرف همزمان نیفدیپین‌با داروهای مسدودکننده گیرنده‌های بتا ـ‌آدرنرژیک ممکن است سـبب کاهش شدیدفشارخون و نارسایی قلب شود. احتمال‌افزایش غلظت پلاسمایی دیگوکسین بامصرف نیفدیپین وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از این رو مصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ کاهش دفعات بروز درد قفسه سینه‌ممکن است بیمار را تشویق به فعالیت بیش‌از حد کنـد. بنابراین در مورد میزان تمرینات‌بدنی باید با پزشک مشورت شود.

۴ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف این دارو دردرمان آنژین و افزایش فشارخون دربزرگسالان ابتدا ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روزمی‌باشد که این مقـدار را می‌توان بر حسب‌نیاز و تحمل بیمار طی ۱۴ ـ ۷ روز افزایش‌داد. در مورد بیماران بستری در بیمارستان‌که تحت مراقبت دقیق می‌باشند، می‌توان‌مقدار مصرف دارو را هر ۶ ـ ۴ ساعت به‌میزان ۱۰ میلی‌گرم افزایش داد تا نشانه‌های‌بیماری کنترل شود.

بیشـینه مقدار مصرف در صورت‌مصرف مقدار واحد تا ۳۰ میلی‌گرم و مقدارمصـرف تام این دارو تا ۱۸۰ mg/day است بر اساس شـدت و میزان شـیوع نشانه‌های‌بیماری مقـدار مصـرف لازم دارو را می‌توان‌طی ۳ روز تعیین کرد، البته به شـرطی که‌وضـعیت بیمـار به‌طور مرتب پی‌گیری شود(در شـروع ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز تجویزمی‌شود و سـپس مرحله به مرحله هر بارمقدار مصـرف از ۱۰ میلی‌گرم به ۲۰ میلی‌گرم‌و سپس به ۳۰ میلی‌گرم بر اساس نیاز وتحمل بیمار افزایش می‌یابد).

اشکال دارویی

Capsule / Tablet : ۱۰ mg

VERAPAMIL HCl

مـوارد مصـرف وراپامیـل در درمـان آنژین آریتمی کنـترل زیـادی فشـارخون وبه‌عنـوان درمـان کمکی کاردیومیوپـاتی‌هیپرتروفیک مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک بیش از ۹۰ درصـد دارو ازراه خوراکی جـذب می‌شود. به دلیل‌متابولیسم عبور اول از کبـد، فراهمی زیستی‌آن ۳۵ ـ ۲۰ درصـد است پیوند این دارو باپروتئین حدود ۹۰ درصد است نیمه عمر این‌دارو از راه خوراکی پس از مصـرف مقدارواحد ۷/۴ ـ ۲/۸ ساعت و برای مقادیرتکراری ۱۲ ـ ۴/۵ ساعت است نیمه عمروراپامیل در تزریق وریدی دو مرحله‌ای‌است که در مرحله کوتاهتر حدود ۴ دقیقـه ودر مرحله طولانـی‌تر ۵ ـ ۲ سـاعت است اثروراپامیـل از راه خـوراکی پس از ۲ سـاعت واثر ضـد آریتمی آن از راه وریدی طی ۱۵ ـ ۱دقیقه شـروع می‌شود. اثر همودینامیـک دارونیز از راه وریـدی پس از ۵ ـ ۳ دقیقه شـروع‌می‌شود. زمان لازم برای رسـیدن به اوج‌غلظت از راه خوراکی ۲ ـ ۱ سـاعت است زمـان لازم برای رسـیدن به اوج اثر از راه‌خوراکی ۹۰ ـ ۳۰ دقیقـه و از راه تزریقی ۵ ـ ۳دقیقه پس از خـاتمه تزریـق است طول اثردارو از راه خوراکی ۱۰ ـ ۸ ساعت و طول اثرضـد آریتمی و همودینامیک به ترتیب حدود ۲ساعت و ۲۰ ـ ۱۰ دقیقه پس از تزریق وریـدی‌است وراپامیل از راه کلیه به میزان ۷۰درصد به‌صورت متابولیت طی ۵ روز دفع‌می‌شود.

مـوارد منع مصـرف این دارو در کمی‌فشـارخون برادی کـاردی انسـداد درجه دوو سه دهلیزی ـ بطنی سـندرم سـینوس‌بیمار، شـوک کاردیوژنیـک انسدادسینوسـی ـ دهلیزی سـابقه نارسـایی قلـب یـاعیب شدیـد کـار بطـن چـپ سـندرم W-P-Wهمراه بـا فلـوتر یا فیبریلاسیون دهلیزی وپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو باید بااحتیاط مصرف شود:

انسداد درجه یک دهلیزی ـ بطنی مرحله‌حاد انفارکتوس عضله قلب (در صورت‌بروز برادی کاردی کاهش فشارخون نارسایی بطن چپ مصرف دارو باید قطع‌شود)، مصرف همزمان با داروهای‌مسدود کننده گیرنده‌های بتا ـ آدرنرژیک

۲ ـ مقدار مصرف وراپامیل در بیماران‌مبتلا به عیب کار کبد باید کاهش داده شود.

عوارض جانبی یبوست تهوع استفراغ برافروختگی سردرد، سرگیجه کسالت خیز مچ پا و بندرت عیب برگشت‌پذیر کارکبد، واکنش‌های آلرژیک ژینکوماستی وهیپرپلازی لثه با مصرف این دارو گزارش‌شده است پس از تزریق وریدی کاهش‌فشارخون برادی کاردی انسداد قلبی وآسیستول نیز مشاهده شده است

تداخل‌های دارویی خطر بروز برادی‌کاردی انسداد دهلیزی ـ بطنی و ضعف‌عضله قلب ناشی از مصرف آمیودارون بامصرف همزمان وراپامیل افزایش می‌یابد.افزایش خطر بروز ضعف عضله قلب وآسیستول در صورت مصرف همزمان این‌دارو با دیسوپیرامید وجود دارد. افزایش‌غلظت پلاسمایی کینیدین (و کاهش شدیدفشارخون و دیگوکسین (انسداد دهلیزی ـبطنی و برادی کاردی در صورت مصرف‌همزمان وراپامیل ممکن است بروز کند. اثرکاربامازپین و تئوفیلین با مصرف همزمان‌با وراپامیل افزایش می‌یابد. اثر وراپامیل درمصرف همزمان با فنوباربیتال و فنی توئین‌کاهش می‌یابد. آسیستول کاهش شدیدفشارخون و نارسایی قلبی در صورت‌مصرف توام با داروهای مسدود کننده‌گیرنده‌های بتا ـ آدرنرژیک بروز می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف این دارو ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ کاهش دفعات بروز درد قفسه سینه‌ممکن است بیمار را تشویق به فعالیت بیش‌از حد کند. بنابراین در مورد میزان‌تمرینات بدنی باید با پزشک مشورت شود.

۴ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۵ ـ نبض بیمار باید کنترل شود و درصورتی که کمتر از ۵۰ بار در دقیقه باشد،مراجعه به پزشک ضروری است

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ابتدا ۱۲۰ ـ ۸۰ میلی گرم ۳ باردر روز مصرف می‌شود که این مقدار رامی‌توان بر حسب نیاز و تحمل بیمار هر ۳ روز یا هر هفته افزایش داد. مقدارمصرف تام این دارو در روز ۴۸۰ ـ ۲۴۰میلی گرم و بیشینه مقدار مصرف تا ۴۸۰میلی گرم در مقادیر منقسم است (دردرمان کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک تا ۷۲۰ mg/day). در بیماران سالخورده ابتدا۴۰ میلی گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شودو سپس مقدار مصرف بر اساس نیاز وتحمل بیمار، تنظیم می‌شود.

کودکان مقدار مصرف ۸ mg/kg/day ـ ۴می‌باشد که در مقادیر منقسم مصرف‌می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ابتدا مقدار ۱۰ mg/kg ـ ۵ به‌آهستگی در مدت بیش از ۲ دقیقه تزریق‌وریدی می‌شود. تزریق وریدی باید باپی گیری مداوم الکتروکاردیوگرام وفشارخون همراه باشد. در صورت عدم‌بروز پاسخ کافی می‌توان ۳۰ دقیقه پس ازخاتمه تزریق مقدار اولیه مصرف دارو راتکرار نمود. در بیماران سالخورده تزریق‌باید در مدت بیش از ۳ دقیقه صورت گیرد.

کودکان در شیرخواران تا سن یکسال ابتدا ۰/۲ mg/kg ـ ۰/۱ (مقدار واحد معمول۲ ـ ۰/۷۵ میلی گرم تجویز می‌شود. درکودکان

۱۵ ـ ۱ سال ابتدا ۰/۳ mg/kg ـ ۰/۱(مقدار واحد معمول ۵ ـ ۲ میلی گرم تزریق‌می‌شود که این مقـدار نباید از مقدار تام ۵میلی گرم تجاوز کند. مقادیر مصرف‌تکراری این دارو (۳۰ دقیقه پس از خاتمه‌تزریق مقدار اولیه نباید از ۱۰ میلی گرم‌تجاوز کند.

اشکال دارویی

Tablet : ۴۰ mg

Injection : ۵ mg / ۲ ml

CLOFIBRATE

موارد مصـرف کلوفیبرات در درمان زیادی‌چربی خون در بیمارانی که به درمان بارژیم غـذایی یا سایر روشـها پاسـخ کافی‌نداده‌اند، مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: کلوفیبرات ممکن است ازطریق مهار بیوسـنتز کلسترول افزایش‌دفع استرولهای خنثی افزایش کاتابولیسم‌لیپوپروتئین‌های با دانسیته کم و یا افزایش‌کلیرانس تری گلیسریدها (VLDL) از گردش‌خون اثر خود را اعمال کند.

فارماکوکینتیک این دارو از روده به‌طورکامل و به آهستگی جذب می‌شود. پیوندکلوفیبرات به پروتئین بسیار زیاد است (۹۶درصد). این دارو در کبـد و مجرای گوارش‌متابولیزه می‌شود. نیمه عمر دارو بامصـرف مقـدار واحد ۲۵ ـ ۶ ساعت می‌باشد.غلظت پلاسمایی VLDL طی ۵ ـ ۲ روز بعد ازمصـرف دارو کاهش می‌یابد. زمان لازم‌برای رسیدن به اوج غلظت پلاسمایی ۶ ـ ۲ساعت و زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر۳ هفته است غلظت VLDL طی ۳ هفته پس‌از قطع درمان به مقدار قبل از درمان بازمی گردد.

موارد منع مصـرف این دارو در عیب شدیـدکار کلیه یا کبـد، کاهش آلبومین خون سـیروز اولیه کبـد، بیماری کیسه صـفرا وسـندرم نفروتیک نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در بیماران مبتلا به عیب‌کار کلیه باید با احتیاط مصـرف شود، زیراافزایش پیشرونده غلظت سرمی کرتینین‌ممکن است منجر به بروز عوارض جانبی به‌ویژه میوپاتی و رابدومیولیز شود.

عوارض جانبی عوارض گوارشـی (از قبیل‌تهوع بی‌اشتهایی درد معده ، خارش کهیر، کاهش توانایی جنسی سردرد،سرگیجه کسالت ریزش مو، مسمومیت‌بافت عضلانی (همراه با میاستنی یا دردعضلانی و سنگهای صفراوی با مصرف‌این دارو گزارش شده است

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌داروهای ضـد انعقاد خوراکی با کلوفیبرات‌ممکن است به‌طور قابل توجهی اثر ضدانعقادی این داروها را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در طول درمان بایداز رژیم غذایی تجویز شده از سوی‌پزشک استفاده نمود.

۲ ـ در طول مصرف دارو، بیمار باید تحت‌نظارت دقیق پزشک باشد.

۳ ـ قبل از قطع مصرف دارو، باید با پزشک‌مشورت شود، زیرا ممکن است غلظت‌چربی در خون به میزان قابل توجهی‌افزایش یابد.

مقدار مصرف به‌عنوان پایین آورنده چربی‌خون در بزرگسالان ۲ g/day ـ ۱/۵ در ۴ ـ ۲مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۵۰۰ mg

CLONIDINE HCl

موارد مصـرف کلونیـدین برای کنترل زیادی‌فشـارخون پیشـگیری از بروز حملات‌میگرن به‌عنوان داروی کمکی در درمان‌قاعـدگی دردناک و گر گرفتگی ناشـی ازیائسـگی و برای رفع سـریع عوارض ناشـی‌از سـندرم قطع مصـرف مواد مخـدر شـبه‌تریاک مصـرف

می‌شود.

مکانیسم اثر: تصور می‌شود که اثرکلونیدین در پایین آوردن فشارخون ناشی‌از تحریک گیرنده‌های آلفا ـ ۲ آدرنرژیک‌مرکزی باشد که منجر به کاهش جریان‌خروجی سمپاتیک به سمت قلب کلیه‌ها وبستر عروق محیطی می‌شود. نتیجه آن‌کاهش مقاومت عروق محیطی کاهش‌فشارخون سیستولیک و دیاستولیک وکاهش سرعت ضربان قلب است

فارماکوکینتیک کلونیدین از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود. پیوند این دارو به‌پروتئین کم تا متوسط است (۴۰ ـ ۲۰درصد). متابولیسم این دارو کبدی است نیمه عمر کلونیدین در افراد با کلیه سالم‌حدود ۱۶ ـ ۱۲ ساعت می‌باشد. زمان شروع‌اثر کاهش فشارخون ۶۰ ـ ۳۰ دقیقه پس ازمصرف خوراکی است اوج اثر دارو پس از

۴ ـ ۲ ساعت ظاهر می‌شود. طول اثر دارو ازراه خوراکی تا ۸ ساعت (۳۶ ـ ۲۴ ساعت دربعضی از بیماران می‌باشد. ۶۰ ـ ۴۰ درصددارو از راه کلیه طی ۲۴ ساعت به‌صورت‌تغییر نیافته دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ به منظور جلوگیری از بروزبحران زیادی فشارخون مصرف این دارو‌باید بتدریج قطع شود.

۲ ـ این دارو در موارد زیر باید با احتیاط‌مصرف شود:

سندرم رینود یا سایر بیماریهای انسدادی‌عروق محیطی سابقه افسردگی وپورفیری (در این مورد عدم مصرف داروترجیح داده می‌شود).

۳ ـ در صورت وجود عیب کار کلیه کاهش‌مقدار مصرف دارو ممکن است ضروری‌باشد.

۴ ـ اگر برای جراحی نیاز به قطع درمان‌باشد، توصیه می‌شود که آخرین مقدارمصرف حداکثر ۶ ـ ۴ ساعت قبل از جراحی‌مصرف شود و طی جراحی از داروهای‌تزریقی پایین آورنده فشارخون استفاده‌شود.

عوارض جانبی خشکی دهان تسکین افسردگی احتباس مایعات برادی کاردی پدیده رینود، سردرد، سر گیجه احساس‌سرخوشی بیقراری شبانه تهوع یبوست‌و بندرت کاهش توانایی جنسی با مصرف‌این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی داروهای ضدافسردگی‌سه حلقه‌ای ممکن است اثرات کاهنده‌فشارخون کلونیدین را کاهش دهند. درصورت مصرف هم زمان کلونیدین بامسدود کننده‌های گیرنده‌های بتا ـآدرنرژیک قطع مصرف کلونیدین ممکن‌است موجب بحران زیادی فشارخون‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو، افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف دارو ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ مراجعه به پزشک قبل از قطع مصرف‌دارو ضروری است زیرا ممکن است‌کاهش تدریجی مقدار مصرف برای‌جلوگیری از بروز زیادی واجهشی‌فشارخون لازم باشد.

۴ ـ به علت احتمال بروز خواب آلودگی ازرانندگی و کارکردن با وسایلی که نیاز به‌هوشیاری دارد، خودداری شود.

۵ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۶ ـ توصیه می‌شود به منظور اطمینان ازکنترل فشارخون در طول شب و کاهش‌حالت خواب آلودگی در روز، آخرین مقدارمصرف روزانه دارو هنگام خواب مصرف‌شود.

مقدار مصرف به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون در بزرگسالان ابتدا ۰/۱میلی گرم ۲ بار در روز است که می‌توان‌برای کنترل فشارخون در صورت نیاز هر۴ ـ ۲ روز ۰/۲ ـ ۰/۱ میلی گرم در روز به‌مقدار مصرف اضافه نمود. مقدارنگهدارنده ۰/۲ ـ ۰/۱ میلی گرم ۴ ـ ۲ بار درروز است

به منظور کاهش فوری زیادی فشارخون ولی نه در موارد اضطراری ، مقدارحمله‌ای ۰/۲ میلی‌گرم مصرف شود وسپس ۰/۱ میلی‌گرم هر یک ساعت تا زمانی‌که فشارخون دیاستولی کنترل گردد، یامقدار مصرف تام به ۰/۸ میلی‌گرم برسد،مصرف می‌گردد. سپس بیمار با مقدارنگهدارنده دارو باید کنترل شود.

به‌عنوان پیشگیری از بروز سردردهای‌عروقی در بزرگسالان ابتدا ۰/۰۲۵میلی‌گرم ۴ ـ ۲ بار در روز مصرف می‌شودکه این مقدار می‌تواند تا حداکثر ۰/۰۵میلی‌گرم ۳ بار در روز افزایش یابد.

در درمان قاعدگی دردناک مقدار ۰/۰۲۵میلی‌گرم ۲ بار در روز به مدت ۱۴ روز قبل‌از قاعدگی و طی آن مصرف می‌شود.به‌عنوان داروی کمکی در درمان سندرم‌یائسگی مقدار ۰/۰۷۵ ـ ۰/۰۲۵ میلی‌گرم ۲بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tabelt : ۰.۲ mg

(DIAZOXIDE (Parenteral

موارد مصرف دیازوکساید تزریقی برای‌درمان سریع زیادی شدید فشار خون‌ناشی از بیماری کلیوی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دیازوکساید باعث گشاد شدن‌شریانچه‌ها شده و مقاومت محیطی راکاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک پیوند دیازوکساید به‌آلبومین بسیار زیاد است (بیش از ۹۰درصد). متابولیسم این دارو کبدی است نیمه عمر دارو در افراد سالم ۳۶ ـ ۲۱ساعت و در بیماران مبتلا به بی‌ادراری

۵۳ ـ ۲۰ ساعت است اثر دارو یک دقیقه پس‌از تزریق وریدی شروع می‌شود. زمان‌لازم برای رسیدن به اوج اثر، ۵ ـ ۲ دقیقه وطول اثر دارو، ۱۲ ـ ۲ ساعت است دیازوکساید از راه کلیه دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در صورت وجودبیماری ایسکمیک قلب و یا عیب کار کلیه‌باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ تزریق عضلانی داخل حفره‌ای یا زیرجلدی این دارو توصیه نمی‌شود، زیراممکن است در محل تزریق درد ایجاد کند.

۳ ـ بیمار باید طی تزریق دیازوکساید وهمچنین ۳۰ ـ ۱۵ دقیقه پس از تزریق به‌حالت خوابیده باقی بماند.

عوارض جانبی تاکی کاردی افزایش قندخون احتباس آب و سدیم با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای پایین آورنده فشارخون وداروهای بیهوشی با دیازوکساید ممکن‌است منجر به بروز اثرات اضافی آورنده‌فشارخون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای جلوگیری ازنشت دارو به بافتهای اطراف رگ هنگام‌تزریق وریدی باید دقت کامل بعمل آید،چون ممکن است منجر به سلولیت و دردشود. در صورت نشت دارو به بافتهای‌اطراف رگ درمان با کمپرس سرد توصیه‌می‌شود.

۲ ـ به منظور جلوگیری از بروز آریتمی‌قلبی توصیه می‌شود دیازوکساید فقط به‌داخل ورید محیطی تزریق شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان کاهنده فشارخون تا۱۵۰ میلی‌گرم یا ۳ mg/kg ـ ۱ تزریق وریدی‌می‌شود که در صورت لزوم برای‌دستیابی به نتیجه مطلوب هر ۱۵ ـ ۵ دقیقه‌می‌توان آن را تکرار کرد. بیشینه مقدارمصرف در بزرگسالان تا ۱/۲ g/day است

کودکان به‌عنوان کاهنده فشارخون

۳ mg/kg ـ ۱ تزریق وریدی می‌شود که درصورت لزوم برای دستیابی به نتیجه‌مطلوب هر ۱۵ ـ ۵ دقیقه می‌توان آن را تکرارکرد.

اشکال دارویی

Injection : ۳۰۰ mg / ۲۰ ml

DIGOXIN

موارد مصرف دیگوکسین در درمان‌نارسایی قلب و آریتمی فوق بطنی (به‌ویژه‌فیبریلاسیون دهلیزی مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: دیگوکسین نیروی انقباضی‌قلب را افزایش داده و هدایت الکتریکی آن راکاهش می‌دهد. تصور می‌شود افزایش‌سرعت و نیروی انقباضی عضله قلب ناشی‌از مهار حرکت یونهای سدیم و پتاسیم ازغشاء سلولی عضله قلب باشد. در نتیجه‌جریان ورودی کلسیم و آزاد شدن یونهای‌کلسیم آزاد در سلولهای میوکارد افزایش‌یافته که به نوبه خود بر فعالیت انقباضی‌فیبرهای میوکارد افزوده می‌شود. این‌دارو سرعت هدایت قلبی را کاهش داده ودوره تحریک ناپذیری گره دهلیزی ـ بطنی‌را افزایش می‌دهد.
فارماکوکینتیک فراهمی زیستی قرص‌دیگوکسین ۸۰ ـ ۶۰ درصد، الگزیر ومحلول تزریقی آن ۸۵ ـ ۷۰ درصد است پیوند دیگوکسین به پروتئین کم می‌باشد(۲۵ ـ ۲۰ درصد). متابولیسم این دارو به‌میزان کم در کبد صورت می گیرد. نیمه عمردارو ۴۸ ـ ۳۶ ساعت است که در صورت‌ابتلاء به بی‌ادراری ۶ ـ ۴ روز خواهد بود.اثر دارو از راه خوراکی پس از ۲ ـ ۰/۵ساعت و از راه تزریقی پس از ۳۰ ـ ۵ دقیقه‌شروع می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به‌اوج اثر از راه تزریقی ۴ ـ ۱ ساعت و از راه‌خوراکی ۶ ـ ۲ ساعت است طول اثر دارو ازراه تزریقی و خوراکی ۶ روز است دفع‌دیگوکسین کلیوی است
موارد منع مصرف این دارو در بلوک کامل‌و متناوب قلب بلوک درجه دوم دهلیزی‌بطنی آریتمی فوق بطنی ناشی از سندرم-W-P-W، کاردیومیوپاتی انسدادی‌هیپرتروفیک (مگر در موارد فیبریلاسیون‌دهلیزی همراه با نارسایی قلب که باید بااحتیاط مصرف شود) و وجود علائم‌مسمومیت ناشی از مصرف قبلی هر یک ازفرآورده‌های حاوی این دارو، نبایدمصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:
سکته اخیر، سندرم سینوسی بیمار، کم‌کاری تیروئید، عیب کار کلیه کمی کلسیم وپتاسیم و منیزیم خون زیادی کلسیم‌وپتاسیم خون گلومرولونفریت حساسیت مفرط سینوس کاروتید، بیماری‌شدید ریه یا میکزدم تنگی زیرآئورتی‌هیپرتروفیک با علت نامشخص
۲ ـ در بیماران سالخورده و بیمارانی که ازدستگاه ضربان ساز مصنوعی استفاده‌می کنند، تنظیم دقیق مقدار مصرف داروضروری است زیرا ممکن است دچارمسمومیت شوند.
عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغ اسهال درد شکم اغلب با مصرف مقادیرزیاد دارو مشاهده است اختلالات بینایی سردرد، کسالت خواب آلودگی اغتشاش‌فکر، توهم هذیان آریتمی و بلوک قلبی بامصرف این دارو گزارش شده است
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌کینیدین و آمیودارون با دیگوکسین ممکن‌است موجب افزایش قابل توجه غلظت‌سرمی دیگوکسین شود. مصرف همزمان‌آمفوتریسین B با دیگوکسین ممکن است‌احتمال بروز مسمومیت با گلیکوزیدهای‌قلبی ناشی از کاهش پتاسیم خون راافزایش دهد. کینین کلروکین و هیدروکسی‌کلروکین در صورت مصرف همزمان بادیگوکسین ممکن است غلظت پلاسمایی‌دیگوکسین را افزایش دهند. دیلتیازم وراپامیل و احتمالا نیفدیپین در صورت‌مصرف همزمان با دیگوکسین ممکن است‌غلظت پلاسمایی دیگوکسین را افزایش‌دهند. خطر بروز بلوک دهلیزی ـ بطنی وبرادی کاردی با مصرف همزمان باوراپامیل افزایش می‌یابد. در صورت‌مصرف همزمان استازولامید، مدرهای‌لوپ و تیازیدی با دیگوکسین خطر بروزمسمومیت با دیگوکسین ناشی از کاهش‌پتاسیم خون افزایش می‌یابد. اثردیگوکسین در صورت مصرف همزمان بااسپیرونولاکتون افزایش می‌یابد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان باید‌کامل شود و دارو هر روز در وقت معین‌مصرف شود.
۲ ـ اگر یک نوبت مصرف دارو فراموش‌شود، چنانچه پس از ۱۲ ساعت بیاد آورده‌شود، بهیچ وجه آن نوبت نباید مصرف‌شود و مقادیر مصرف بعدی نیز دو برابرنگردد. اگر به مدت دو روز یا بیشترمصرف دارو فراموش شود، باید به پزشک‌مراجعه شود.
۳ ـ در صورت بروز هر گونه نشانه‌مسمومیت از جمله تهوع استفراغ اسهال کاهش اشتها یا آهسته شدن شدید نبض باید به پزشک

مراجعه شود.

۴ـ از مصرف سایر داروها بدون دستورپزشک باید خودداری شود.

۵ـ مقـدار مصـرف دیگوکسـین بایـد براساس نیاز هر بیمار تعیین گردد. این مقدارباید بر اساس وزن بدن بدون چربی‌محاسـبه شود، زیرا این دارو در بافت‌چربی وارد نمی‌شود.

۶ـ تزریق وریدی دارو بر تزریق عضلانی‌آن ارجحیت دارد. تزریق وریدی باید طی‌حداقل ۵ دقیقه صورت گیرد. تزریق‌عضلانی تنها در صورتی که امکان مصرف‌دارو از راه خوراکی یا وریدی وجودنداشته باشد، انجام می‌شود.

۷ـ در صورت تغییر شکل تزریقی به شکل‌خوراکی دارو، تنظیم مقدار مصرف ممکن‌است ضروری باشد.

مقدار مصرف در بزرگسالان مقدارمصرف دارو بر اساس جدول زیر تعیین‌می‌شود:

مورد مصرف‌خوراکی‌تزریقی

دیژیتالیزه‌کردن۱/۲۵ ـ ۰/۷۵ میلی‌گرم هر ۸ ـ ۶ ساعت‌ابتدا ۰/۶ ـ ۰/۴ میلی‌گرم وریدی

سریع‌و سپس برحسب نیاز و تحمل بیمار

مقادیر اضافی ۰/۳ ـ ۰/۱ میلی‌گرم

هر ۸ ـ ۴ ساعت

دیژیتالیزه کردن۰/۵ mg/day ـ ۰/۱۲۵ به مدت ۷ روز

آهسته

مقدار نگهدارنده۰/۵ mg/day ـ ۰/۵ ۰/۱۲۵mg/day ـ ۰/۱۲۵ در مقادیر منقسم یا واحد

در کودکان مقدار مصرف دارو بر اساس جدول زیر تعیین می‌شود:

مورد مصرف‌خوراکی‌تزریقی (۱)

دیژیتالیزه‌نوزادن نارس و طبیعی تا سن یک‌نوزادان نارس ۰/۰۲۵ mg/kg ـ ۰/۰۱۵

کردن‌یک ماه ۰/۰۳۵ mg/kg ـ ۰/۰۲

شیرخواران با سن یک ماه تانوزادان طبیعی ۰/۰۳ mg/kg ـ ۰/۰۲

۲ سال ۰/۰۶ mg/kg ـ ۰/۰۳۵

کودکان با سن ۵ ـ ۲ سال شیرخواران با سن یک ماه تا

۰/۰۴ mg/kg ـ ۰/۰۳ ۲سال ۰/۰۵ mg/kg ـ ۰/۰۳

کودکان با سن ۱۰ ـ ۵ سال کودکان با سن ۵ ـ ۲ سال

۰/۰۳۵ mg/kg ـ ۰/۰۳۵ ۰/۰۲mg/kg ـ ۰/۰۲۵

کودکان با سن ۱۰ سال و بزرگتر،کودکان با سن ۱۰ ـ ۵ سال

۱/۲۵ ـ ۰/۰۷۵ میلی‌گرم در ۲ مقدار۰/۰۳ mg/kg ـ ۰/۰۱۵

منقسم یا بیشتر هر ۸ ـ ۶ ساعت برای‌کودکان با ۱۰ سال و بزرگتر،

دیژیتالیزه کردن سریع و۰/۰۱۲ mg/kg ـ ۰/۰۰۸

۰/۵ mg/kg ـ ۰/۱۲۵ به مدت ۷ روز

دیژیتالیزه کردن آهسته

مقداریک سوم الی یک پنجم مقدار مصرف‌در نوزادان نارس ۳۰ ـ ۲۰ درصد مقدار

نگهدارنده‌تام مورد نیاز برای دیژیتالیزه‌مصرف تام در ۳ ـ ۲ مقدار منقسم مساوی

کردن یکبار در روزدر روز

در نوزادان طبیعی و کودکان تا سن ۱۰ سال

۳۵ ـ ۲۵ درصد مقدار مصرف تام

در ۳ ـ ۲ مقدار منقسم مساوی در روز

در کودکان با سن ۱۰ سال و بزرگتر

۳۵ ـ ۲۵ درصد مقدار مصرف تام یکبار در روز

(۱) ـ برای دیژیتالیزه کردن مقادیر مصرف تام در ۳ یا چند مقدار منقسم (که مقدار اول آن تقریب ?نصف مقدار مصرف تام‌می‌باشد) با فواصل ۸ ـ ۴ ساعت تزریق وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Oral Drop : ۰.۵ mg/ml

Elixir : ۰.۰۵ mg/ml

Tablet: ۰.۲۵ mg

Injection : ۰.۵ mg/۲ ml

DISOPYRAMIDE

موارد مصرف دیسوپیرامید در پیشگیری ودرمان آریتمی‌های بطنی به‌ویژه پس ازانفارکتوس قلبی و همچنین آریتمی فوق‌بطنی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دیسوپیرامید پاسخ دهی عضله‌قلب و سرعت هدایت الکتروفیزیولوژیک آنرا (به استثنای سرعت هدایت گره دهلیزی ـبطنی و هیس ـ پورکنژ) نضعیف می کند.دپولاریزاسیون دیاستولیک در بافتهایی که‌خودکاری زیادی دارند، کند شده و دوره‌تحریک ناپذیری موثر دهلیز و بطن افزایش‌می‌یابد. با وجود این هدایت در مسیرهای‌فرعی طولانی می گردد. دیسوپیرامید اثراینوتروپیک منفی دارد.

فارماکوکینتیک جذب دیسوپیرامید سریع وتقریب ?کامل است متابولیسم دارو کبدی‌است و متابولیت اصلی آن دارای اثر ضدآریتمی و ضد موسکارینی می‌باشد. نیمه‌عمر دارو در افراد سالم ۷ ساعت و دربیماران مبتلا به عیب کار کلیه ۱۸ ـ ۸ساعت است زمان لازم برای رسیدن به‌اوج غلظت ۳۰ دقیقه تا ۳ ساعت است

با مصرف ۳۰۰ میلی‌گرم از دارو، اثردرمانی طی ۳۰ دقیقه تا ۳/۵ ساعت شروع‌می‌شود. طول اثر دارو پس از مصرف ۳۰۰میلی‌گرم دارو ۸/۵ ـ ۱/۵ ساعت است دفع‌دارو تقریب ?۸۰ درصد کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به انسداد درجه دوم یا سوم قلب ونارسایی عملکرد گره سینوسی (مگر درمواردی که از ضربان ساز مصنوعی‌استفاده می‌شود)، شوک کاردیوژنیک ونارسایی جبران نشده قلب نباید مصرف‌شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

گلوکوم نارسایی قلب بزرگ شدن پروستات عیب کار کبد و کلیه سالخوردگان میاستنی گرا، کمی پتاسیم خون دیابت کاردیومیوپاتی‌و اختلالات در هدایت قلبی

عوارض جانبی تحریک مجرای گوارشی ضعف عضله قلب کمی فشار خون انسداددهلیزی ـ بطنی اثرات ضد موسکارینی مانند

خشکی دهان تاری دید، احتباس‌ادرار)، پسیکوز، یرقان انسدادی و کمی قندخون با مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان سایرداروهای ضدآریتمی به‌ویژه دیلتیازم پروکائین آمید، لیدوکائین پروپرانولول وسایر داروهای مسدودکننده گیرنده‌های بتا ـآدرنرژیک و وراپامیل با دیسوپیرامید باید بااحتیاط صورت گیرد، زیرا ممکن است منجربه‌طولانی شدن بیش از حد هدایت الکتریکی قلب‌همراه با کاهش برون ده قلبی شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان بایدکامل شود و هیچیک از نوبتهای مصرف‌نباید فراموش شود.

۲ ـ در صورتی که یک نوبت مصرف داروفراموش شود، به محض بیادآوردن آن‌نوبت باید مصرف شود، ولی اگر کمتر از ۴ساعت تا نوبت بعدی باقیمانده باشد، ازمصرف آن خودداری کرده و مقدارمصرف بعدی نیز نباید دو برابر شود.

۳ ـ قبل از قطع مصرف دارو، باید با پزشک‌مشورت شود، زیرا با قطع ناگهانی مصرف‌دارو، عوارض جانبی قلبی ممکن است‌بروز نمایند.

۴ ـ به علت احتمال بروز سرگیجه یا منگی‌یا از حال رفتن به‌ویژه هنگام برخاستن‌ناگهانی از حالت نشسته یا خوابیده هنگام‌رانندگی یا کار با آلاتی که نیاز به هوشیاری‌دارند، باید احتیاط شود.

۵ ـ به علت کاهش احتمالی تعریق و عدم‌تحمل گرما، هنگام فعالیت بدنی یا در هوای‌گرم باید احتیاط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد آریتمی مقدارحمله‌ای برای کنترل سریع آریتمی بطنی ۳۰۰ میلی‌گرم و مقدار نگهدارنده ۱۵۰میلی‌گرم هر ۶ ساعت می‌باشد. مقدارمصرف برحسب نیاز و تحمل بیمار تنظیم‌می‌گردد. بیشینه مقدار مصرف دارو دربزرگسالان تا ۸۰۰ mg/day است

کودکان به‌عنوان ضد آریتمی هر ۶ ساعت در کودکان تا سن یکسال ۳۰ mg/kg ـ ۱۰،کودکان ۴ ـ ۱ سال ۲۰ mg/kg ـ ۱۰، کودکان۱۲ ـ ۴ سال ۱۵ mg/kg ـ ۱۰ و کودکان

۱۸ ـ ۱۴ سال ۱۵ mg/kg ـ ۶ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۱۰۰ mg

DIURETICS

Captopril Amiloride-H

Enalapril Chlorthalidone

Furosemide Ethacrynic Acid

Mannitol Hydrochlorothiazide

Triamterene-H Spironolactone ث

داروهای مدر با توجه به محل اثرشان به‌دسته‌های مختلف زیر تقسیم می‌شوند.

۱ ـ داروهای مدر موثر بر قوس هنله این‌داروها باز جذب سدیم و آب در قسمت بالارونده قوس هنله را مهار می کنند. این‌داروها میزان رساندن مایعات توبولی والکترولیتها به ناحیه دیستال و ترشح یون‌پتاسیم و هیدروژن را افزایش می‌دهند. درحالیکه کم شدن حجم پلاسما سبب افزایش‌تولید آلدوسترون می‌شود. این دو اثر، بازجذب سدیم را در لوله‌های دیستال تسریع‌نموده و سبب افزایش دفع پتاسیم و یون‌هیدروژن در لوله‌های دیستال می‌شود. باکاهش حجم مایع خارج سلولی و پلاسما وبرون ده قلبی فشارخون را

پایین می‌آورند.سپس برون ده قلبی به حالت طبیعی‌برمی گردد و مقاومت عروق محیطی کاهش‌می‌یابد.
۲ ـ مدرهای احتباس کننده پتاسیم اسپیرونولاکتون آمیلوراید و تریامترن‌به‌عنوان مدر و بالابرنده پتاسیم خون درجذب مجدد سدیم در لوله‌های جمع کننده‌کلیه دخالت کرده و دفع سدیم و آب واحتباس پتاسیم را تسریع می کنند. این‌داروها به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا با کاهش حجم پلاسما و مایع خارج‌سلولی (و در نتیجه کاهش برون ده قلبی وسپس با کاهش مقاومت عروق محیطی پس از بازگشت حجم مایع خارج سلولی وبرون ده قلبی به میزان طبیعی ، اثر خود رااعمال می‌نمایند. آمیلوراید و تریامترن به‌تنهایی داروهای مدر ضعیفی هستند و ازآنجا که این داروها سبب احتباس پتاسیم‌می‌شوند، می‌توانند به‌عنوان تامین کننده‌پتاسیم همراه با داروهای مدر تیازیدی‌مصرف شوند.
۳ ـ مدرهای تیازیدی داروهای مدرتیازیدی به‌عنوان کاهنده فشارخون ابتدابا کاهش حجم پلاسما و مایع خارجی‌سلولی (و در نتیجه کاهش برون ده قلبی وسپس با کاهش مقاومت عروق محیطی پس از بازگشت حجم مایع خارج سلولی وبرون ده قلبی به میزان طبیعی اثر خود رااعمال می کنند. این داروها با مهار باز جذب‌سدیم در ابتدای لوله‌های دیستال کلیه موجب افزایش دفع ادراری سدیم و آب‌می‌شوند. این داروها همچنین سبب‌افزایش سرعت انتقال مایعات لوله‌ای والکترولیتها به بخش‌های دیستال و ترشح‌یون‌های هیدروژن و پتاسیم می‌شوند. درحالیکه کاهش حجم پلاسما، ترشح‌آلدوسترون را افزایش می‌دهد. مجموع این‌دو اثر سبب تسریع باز جذب سدیم درلوله‌های دیستال شده و موجب افزایش‌دفع ادراری پتاسیم و هیدروژن می‌شود.اثر آنتی دیورتیک این داروها ناشی از دفع‌سدیم و آب به مقدار کم و در نتیجه افزایش‌باز جذب مایع حاصل از فیلتراسیون گلومرولی در لوله‌های پروکسیمال کلیه وکاهش انتقال کلرور سدیم و آب به لوله‌های‌دیستال است
۴ ـ مهارکننده‌های آنزیم مبدل آنژیوتانسیون به‌نظر می‌رسد که اثر این‌داروها ناشی از مهار رقابتی فعالیت آنزیم‌مبدل آنژیوتانسین I باشد که منجر به‌کاهش سرعت تبدیل آنژیوتانسین I به II(که یک تنگ کننده عروق است می گردد.این امر به نوبه خود سبب افزایش مجددفعالیت رنین پلاسما از طریق برداشتن‌فیدبک منفی بر آزادسازی رنین و نیزکاهش مستقیم ترشح آلدوسترون‌می‌شود. داروهای مهار کننده آنزیم مبدل‌آنژیوتانسین مقاومت عروق محیطی را نیزکاهش می‌دهند. کاهش مقاومت عروق‌محیطی فشار گوه‌ای مویرگهای ریوی ومقاومت عروق ریوی و نیز بهبود برون ده‌قلب از آثار مهم این داروها هستند.
۵ ـ مدرهای اسموتیک این داروهااسمولاریته پلاسما را بالا می‌برند و باعث‌افزایش جریان آب از بافت‌ها به پلاسمامی‌شوند.

AMILORIDE–H

موارد مصرف این ترکیب دارویی به‌عنوان‌داروی کمکی در کنترل حالات خیزدار(مانند نارسایی احتقانی قلب سیروزکبدی سندرم نفروتیک خیز ناشی ازکورتیکوستروئید و استروژن و خیز باعلت نامشخص ، در درمان زیادی‌فشارخون (به‌ویژه در مواردی که نیاز به‌یک مدر نگهدارنده پتاسیم باشد) و همچنین‌در درمان کمی پتاسیم خون ناشی ازمصرف داروهای مدر در افراد مبتلا به‌افزایش فشارخون (در صورتی که سایرتدابیر مفید نبوده یا کافی نباشند) مصرف‌می‌شود.
فارماکوکینتیک جذب آمیلوراید از مجرای گوارش کامل نیست (۲۰ ـ ۱۵ درصد).پیوند آمیلوراید به پروتئین بسیار کم‌می‌باشد و متابولیزه نمی‌شود. نیمه عمرآمیلوراید ۹ ـ ۶ ساعت و زمان لازم برای‌شروع اثر دارو به‌عنوان مدر، کمتر از ۲ساعت است زمان لازم برای رسیدن به‌اوج غلظت آمیلوراید، ۴ ـ ۳ ساعت و زمان‌لازم برای رسیدن به اوج اثر پس ازمصرف مقدار واحد، ۱۰ ـ ۶ ساعت‌می‌باشد. طول اثر مدر آمیلوراید با مصرف‌مقدار واحد دارو، ۲۴ ساعت است ۵۰ ـ ۲۰درصد آمیلوراید از کلیه و ۴۰ درصد نیز ازراه مدفوع دفع می‌شود.
موارد منع مصرف این دارو در نارسایی‌کلیه و افزایش پتاسیم خون نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

بی‌ادراری یا عیب کار کلیه افراد مبتلا به‌دیابت و بیماری کلیوی یا عیب کار کبد.

۲ ـ بیمارانی که شدید ?بدحال هستند یاحجم ادرار آنها نسبت ?کم است بیشتر درمعرض خطر زیادی پتاسیم خون هستند.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی خشکی‌دهان بثورات جلدی اغتشاش شعور،کاهش فشارخون در حالت ایستاده افزایش کلسیم خون و کاهش سدیم خون بامصرف آمیلوراید گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای مهار کننده آنزیم مبدل‌آنژیوتانسین ممکن است منجر به افزایش‌پتاسیم خون شده و اثر کاهنده فشارخون‌افزایش یابد. مصرف همزمان این دارو بالیتیم به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم ممکن است سبب بروز مسمومیت با لیتیم‌شود. خطر بالا رفتن پتاسیم خون بامصرف همزمان این دارو با مکمل‌های‌حاوی پتاسیم و سیکلوسپورین افزایش‌می‌یابد. اثرات ضد انعقادی هپارین درصورت مصرف همزمان با این دارو ممکن‌است کاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو زیادی فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو،مصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ احتمال بروز کمی یا زیادی پتاسیم‌خون وجود دارد. بنابراین ممکن است‌پی‌گیری میزان پتاسیم در رژیم غذایی لازم‌باشد.

۴ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف به‌عنوان مدر و پایین آورنده‌فشارخون در بزرگسالان ۲ ـ ۱ قرص درروز تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

+ Tablet : Amiloride HCl ۵ mg

Hydrochlorothiazide ۵۰ mg

CAPTOPRIL

موارد مصرف این دارو برای کنترل زیادی‌خفیف تا متوسط فشارخون به تنهایی یاهمراه یک داروی مدر تیازیدی و همچنین‌در درمان زیادی شدید فشار خون که به‌سایر تدابیر درمانی پاسخ نمی‌دهند،مصرف می‌شود. کاپتوپریل به‌عنوان‌داروی کمکی در نارسایی قلب پس ازسکته قلبی و در آسیب کلیوی در بیماران‌مبتلا به دیابت غیر وابسته به انسولین‌مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌کلیوی ـ عروقی و تنگی آئورت نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو باید بااحتیاط مصرف شود: سابقه آنژیوادم‌زیادی پتاسیم خون تنگی شریان کلیه پیوند کلیه و عیب کار کلیه

۲ ـ در بیمارانی که تحت رژیم غذایی شدید?کم نمک قرار داشته یا دیالیز می‌شوند،کاهش ناگهانی در میزان آنژیوتانسین II به‌علت مصرف داروهای مهار کننده ACE،ممکن است سبب کاهش ناگهانی و شدیدفشارخون شود. علاوه بر این خطرنارسایی کلیه ناشی از مصرف داروهای‌مهار کننده ACE در بیمارانی که سدیم وحجم خون آنها کاهش یافته یا در بیمارانی‌که مبتلا به نارسایی احتقانی قلب هستند،افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی کاهش فشارخون سرگیجه سردرد، تهوع (و گاهگاهی‌استفراغ ، کرامپ عضلانی خشکی مداوم‌دهان سرفه تغییرات صدا و حس چشایی التهاب مخاط دهان سوء هاضمه دردشکم عیب کار کلیه افزایش پتاسیم خون آنژیوادم کهیر، بثورات جلدی و حساسیت‌مفرط و اختلالات خونی با مصرف این‌دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای بیهوش کننده اثر کاهنده‌فشار خون را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ضد التهاب‌غیر استروئیدی ممکن است اثر پایین‌آورنده فشارخون کاپتوپریل را کاهش‌داده و خطر نارسایی کلیه افزایش یابد. درصورت مصرف همزمان این دارو باسیکلوسپورین خطر بروز زیادی پتاسیم‌خون افزایش می‌یابد. در صورت مصرف‌همزمان کاپتوپریل با داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های پتاسیم احتمال بروز زیادی پتاسیم خون وجوددارد. همچنین داروهای مدر ممکن است‌سبب افزایش اثر کاهنده فشارخون کاپتوپریل شوند. در صورت مصرف‌همزمان لیتیم با کاپتوپریل دفع لیتیم‌کاهش یافته و غلظت آن در پلاسما افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ – مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۴ ـ طی مصرف این دارو، رعایت رژیم‌غذایی و محدودیت مصرف سدیم اهمیت‌دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون ابتدا مقدار ۱۲/۵ میلی‌گرم ۲ یا۳ بار در روز مصرف می‌شود که درصورت نیاز، پس از یک یا دو هفته مقدارمصرف را می‌توان به ۲۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳بار در روز افزایش داد. در اختلال عملکردبطن چپ پس از سکته قلبی ابتدا مقدارواحد ۶/۲۵ میلی‌گرم و سپس ۱۲/۵میلی‌گرم ۳ بار در روز مصرف می‌شود که‌بتدریج طی چند روز تا میزان ۲۵ میلی‌گرم۳ بار در روز افزایش می‌یابد. مقدارنگهدارنده ۵۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز است در آسیب کلیوی در بیماران دیابتی ۲۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز مصرف‌می‌شود.

در نارسایی احتقانی قلب ابتدا ۱۲/۵میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روز مصرف‌می‌شود. سپس مقدار مصرف در صورت‌نیاز، هر روز تا میزان ۵۰ میلی‌گرم ۲ یا ۳بار در روز افزایش می‌یابد. مقدارنگهدارنده ۱۰۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار درروز است برای بیمارانی که به علت درمان‌قبلی با داروهای مدر، سدیم و آب بدن آنهاکاهش یافته بیمارانی که درمان باداروهای مدر را ادامه می‌دهند یا بیمارانی‌که نارسایی کلیوی دارند، مقدار اولیه

۱۲/۵ ـ ۶/۲۵ میلی‌گرم ۲ یا ۳ بار در روزاست این بیماران برای مراقبت از کاهش‌بیش از حد فشار خون حداقل یک ساعت‌پس از مصرف مقدار اولیه باید تحت نظرباشند. بیشینه مقدار مصرف دربزرگسالان ۱۵۰ mg/day است

کودکان مقدار اولیه ۰/۳ mg/kg سه بار درروز است که بر حسب نیاز هر ۲۴ ـ ۸ساعت به مقدار ۰/۳ mg/kg افزایش می‌یابد.در نوزادان ابتدا ۰/۰۱ mg/kg دو یا سه باردر روز مصرف می‌شود که سپس برحسب نیاز و تحمل بیمار تنظیم می‌شود.برای بیمارانی که به علت درمان قبلی باداروهای مدر، سدیم و آب بدن آنها کاهش‌یافته بیمارانی که درمان با داروهای مدررا ادامه می‌دهند یا بیمارانی که نارسایی‌کلیوی دارند، مقدار اولیه ۰/۱۵ mg/kg سه‌بار در روز خواهد بود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg, ۵۰ mg

CHLORTHALIDONE

موارد مصرف این دارو در درمان خیز(ناشی از نارسایی احتقانی قلب سیروزکبدی همراه با آسیت درمان باکورتیکوستروئیدها و استروژن و نیزبعضی از حالات عیب کار کلیه (از جمله‌سندرم نفروتیک گلومرولونفریت حاد ونارسایی مزمن کلیه ، زیادی

فشارخون (به‌تنهایی یا به عنوان درمان کمکی و همچنین‌درمان دیابت بی‌مزه (با منشا مرکزی و کلیوی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب کلرتالیدون پس ازمصرف خوراکی نسبت ?سریع است پیوندکلرتالیدون به پروتئین زیاد است این داروبه‌صورت تغییر نیافته و تقریب ?به‌طورکامل از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود. نیمه‌عمر کلرتالیدون ۵۰ ـ ۳۵ ساعت می‌باشد واثر مدری آن پس از ۲ ساعت شروع‌می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثردارو ۲ ساعت و طول اثر آن ۷۲ ـ ۴۸ ساعت‌است اثر کاهنده فشارخون این دارو پس از۴ ـ ۳ روز ممکن است ظاهر شود، ولی برای‌رسیدن به اثر مطلوب ممکن است تا ۴ ـ ۳هفته زمان لازم باشد.

موارد منع مصرف این دارو در کمی شدیدپتاسیم و سدیم خون و زیادی شدید کلسیم‌خون عیب شدید کار کبد و کلیه زیادی‌علامتی اوره خون و بیماری آدیسون نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در صورت وجودبی‌ادراری یا عیب کار کلیه یا عیب کار کبد،باید با احتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ این دارو ممکن است سبب کاهش‌پتاسیم خون تشدید دیابت نقرس ولوپوس اریتماتوزسیستمیک شود.

عوارض جانبی کمی فشارخون وضعیتی اختلالات خفیف گوارشی کاهش توانایی‌جنسی کمی پتاسیم منیزیم و سدیم خون زیادی کلسیم خون آلکالوز همراه با کمی‌کلرور خون زیادی اسید اوریک خون نقرس افزایش قند خون و غلظت کلسترول‌پلاسما، با مصرف دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌کلستیرامین با کلرتالیدون ممکن است‌جذب مدرهای تیازیدی را مهار کند.مصرف همزمان گلیکوزیدهای دیژیتال باکلرتالیدون به علت بروز کمی پتاسیم‌خون ممکن است احتمال مسمومیت بادیژیتال را افزایش دهد. مصرف همزمان‌این دارو با لیتیم به علت کاهش کلیرانس‌کلیوی لیتیم ممکن است سبب بروزمسمومیت با لیتیم شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو زیادی فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ احتمال بروز کمی پتاسیم خون وجوددارد. بنابراین ممکن است مصرف پتاسیم‌اضافی در رژیم غذایی لازم باشد. بدون‌مشورت با پزشک رژیم غذایی نباید تغییریابد.

۴ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۵ ـ اگر برنامه مصرف یک بار در روز باشد،مصرف دارو صبحها هنگام برخاستن ازخواب توصیه می‌شود تا اثر افزایش دفعات‌ادرار در طول شب به حداقل برسد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان مدر، ابتدا

۱۰۰ mg/day ـ ۲۵ یا ۲۰۰ ـ ۱۰۰ میلی گرم‌یک روز در میان و به عنوان کاهنده‌فشارخون ۱۰۰ mg/day ـ ۲۵ (به‌صورت‌مقدار واحد) مصرف می‌شود. به‌عنوان‌آنتی‌دیورتیک ۱۰۰ mg/day مصرف‌می‌شود و مقدار نگهدارنده آن نیز ۵۰ mg/day است

کودکان مقدار ۲ mg/kg/day به مدت ۳ روزدر هفته مصرف می‌شود که این مقدار براساس پاسخ بیمار تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰۰ mg

ENALAPRIL MALEATE

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی‌اولیه فشارخون به‌عنوان داروی کمکی‌نارسایی احتقانی قلب پیشگیری ازنارسایی علامتی قلبی و ایسکمی کرونر دربیماران مبتلا به اختلال عملکرد بطن چپ مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌کلیوی ـ عروقی و تنگی آئورت نبایدمصرف شود.

فارماکوکینتیک جذب گوارشی انالاپریل‌حدود ۶۰ درصد است این دارو پس ازمتابولیسم به متابولیت فعال تبدیل‌می‌شود. اثر دارو پس از یکساعت شروع‌می‌شود و پس از ۶ ـ ۴ ساعت به اوج خودمی‌رسد. این دارو به میزان ۶۰ درصد ازراه کلیه و ۳۳ درصد از راه مدفوع دفع‌می‌شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

سابقه آنژیوادم زیادی پتاسیم خون تنگی‌شریان کلیه پیوند کلیه و عیب کار کلیه

عوارض جانبی کاهش فشارخون سرگیجه سردرد، تهوع (و گاهی استفراغ ،کرامپ عضلانی خشکی مداوم دهان ناراحتی در گلو، تغییرات صدا و حس‌چشائی التهاب مخاط دهان سوء هاضمه درد شکم عیب کار کلیه افزایش پتاسیم‌خون آنژیوادم کهیر، بثورات جلدی وحساسیت مفرط و اختلالات خونی بامصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای بیهوش کننده اثر کاهنده‌فشارخون را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ضد التهاب‌غیر استروئیدی ممکن است اثر پایین‌آورنده فشارخون انالاپریل را کاهش داده‌و خطر نارسایی کلیه را افزایش یابد. درصورت مصرف همزمان این دارو باسیکلوسپورین خطر بروز زیادی پتاسیم‌خون افزایش می‌یابد. در صورت مصرف‌همزمان انالاپریل با داروهای مدرنگهدارنده پتاسیم و مکمل‌های پتاسیم احتمال بروز زیادی پتاسیم خون وجوددارد. همچنین داروهای مدر ممکن است‌سبب افزایش اثر کاهنده فشارخون‌انالاپریل شوند. در صورت مصرف‌همزمان لیتیم با انالاپریل دفع لیتیم کاهش‌یافته و غلظت آن در پلاسما افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف این دارو ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۴ ـ طی مصرف این دارو، رعایت رژیم‌غذایی و محدودیت مصرف سدیم اهمیت‌دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون ابتدا ۵ میلی‌گرم یکبار در روزمصرف می‌شود که در صورت نیاز، پس از ۱ یا ۲ هفته بر اساس پاسخ بیمار تنظیم‌می‌گردد. مقدار مصرف نگهدارنده ۴۰mg/day ـ ۱۰ به‌صورت مقدار واحد یا در ۲ مقدارمنقسم می‌باشد. برای بیمارانی که به علت‌درمان قبلی با داروهای مدر، سدیم و آب‌بدن آنها کاهش یافته بیمارانی که درمان باداروهای مدر را ادامه می‌دهند یا بیمارانی‌که نارسایی کلیوی دارند، مقدار اولیه ۲/۵میلی‌گرم باید تجویز شود. برای کنترل‌فشارخون این بیماران حداقل ۲ ساعت پس‌از مصرف مقدار اولیه (و یک ساعت دیگرپس از تثبیت فشارخون باید تحت نظارت‌باشند.

در نارسایی احتقانی قلب ابتدا مقدار ۲/۵میلی‌گرم یک یا دو بار در روز مصرف‌می‌شود. سپس مقدار مصرف پس از ۲ ـ ۱هفته بر اساس پاسخ بالینی تنظیم می‌گردد.مقدار مصرف نگهدارنده ۲۰ mg/day ـ ۵است که به‌صورت مقدار واحد یا در ۲مقدار منقسم مصرف می‌شود.

در اختلال عملکرد بطن چپ ۲/۵ میلی‌گرم۲ بار در روز تا حداکثر

۲۰ mg/day برحسب تحمل بیمار مصرف‌می‌شود. هنگام تجویز مقدار اولیه بیماربایـد بـه مـدت حداقل ۲ ساعت پس از مصرف‌دارو و یک ساعت دیگر پس از تثبیت‌فشارخون تحت نظارت باشد.

بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان تا۴۰ mg/day است

اشکال دارویی

Tablet : ۵ mg, ۲۰ mg

ETHACRYNIC ACID

موارد مصرف اسید اتاکرینیک در درمان‌خیز (همراه با نارسایی احتقانی قلب سیروزکبدی و بیماری کلیوی و کم ادراری ناشی‌از نارسایی کلیوی مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک پیوند اسیداتاکرینیک به‌پروتئین زیاد است متابولیسم این داروکبدی است اثر دارو از راه خوراکی پس از ۳۰ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم برای‌رسیدن به اوج اثر دارو، ۲ ساعت و طول‌اثر آن ۸ ـ ۶ ساعت است اوج اثر کاهنده‌فشارخون این دارو تا چند روز پس ازشروع درمان ظاهر نمی‌شود. اسیداتاکرینیک به میزان ۶۷ درصد از راه کلیه و۳۳ درصد از صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی‌کلیوی همراه با بی‌ادراری و همچنین‌حالات قبل از اغماء به علت سیروز کبدی‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

دیابت شدید، نقرس شدید، نارسایی کبدی بزرگ شدن پروستات و پورفیری

۲ ـ این دارو ممکن است سبب بروز کمی‌پتاسیم و سدیم خون شود.

۳ ـ بیماران سالخورده ممکن است به‌اثرات این دارو بر روی فشارخون والکترولیت‌ها حساستر باشند و با خطربروز کلاپس گردش خون و حملات‌ترومبوآمبولی رو به رو گردند.

عوارض جانبی کمی سدیم خون کمی‌پتاسیم خون و کمی منیزیم خون آلکالوزناشی از کمی کلرور خون افزایش دفع‌کلسیم کاهش فشارخون تهوع اختلالات‌گوارشی افزایش اوره خون و نقرس افزایش قند خون افزایش موقت غلظت‌کلسترول وتری گلیسرید پلاسما بامصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان لیتیم‌با اسید اتاکرینیک ممکن است موجب بروزمسمومیت ناشی از لیتیم شود. احتمال‌بروز مسمومیت گوشی و کلیوی به‌ویژه‌در صورت وجود عیب کار کلیه درصورت مصرف همزمان اسید اتاکرینیک باسایر داروهای سمی برای کلیه و گوش‌ممکن است افزایش یابد. در صورت‌مصرف همزمان داروهای کاهنده پتاسیم‌خون با این دارو، خطر بروز کمی شدیدپتاسیم خون افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو زیادی فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ در طول مصرف این دارو، احتمال بروزکمی پتاسیم خون وجود دارد. از این رو ممکن است مصرف مکمل‌های پتاسیم‌ضروری باشد.

۴ ـ در هنگام ایستادن به مدت طولانی انجام فعالیت بدنی یا در هوای گرم به علت‌اثر کاهنده فشارخون در حالت ایستاده باید

احتیاط شود.

۵ـ در صورتی که برنامه مصرف دارو یک‌بار در روز باشد، به منظور جلوگیری ازتکرر ادرار در طول شب این دارو بایدصبح مصرف شود.

۶ـ اگر اسید اتاکرینیک به رژیم درمانی‌زیادی فشار خون اضافه شود، به منظورجلوگیری از افت شدید فشارخون کاهش‌مقدار مصرف سایر داروهای کاهنده‌فشارخون ممکن است ضروری باشد.

۷ـ در صورتی که کم ادراری با حداکثرمصرف این دارو به مدت ۲۴ ساعت ادامه‌داشته باشد، توصیه می‌شود مصرف داروقطع گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۱۰۰ mg/day ـ ۵۰به‌صورت مقدار واحد یا در مقادیر

منقسم مصرف می‌شود که برحسب نیاز۵۰ mg/day ـ ۲۵ به مقدار شروع اضافه‌می‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده براساس نیاز بیمار، معمولا ۲۰۰ mg/day ـ ۵۰مصرف می‌شود. بیشینه مقدار مصرف تا۴۰۰ mg/day است

کودکان ابتدا ۲۵ mg/day مصرف می‌شودکه برحسب نیاز ۲۵ mg/day به مقدارشروع اضافه می‌شود و مقدار نگهدارنده‌این دارو بر اساس نیاز بیمار تنظیم‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

FUROSEMIDE

موارد مصرف فوروزماید در درمان خیز(همراه با نارسایی احتقانی قلب سیروزکبدی و بیماری کلیوی و کم ادراری ناشی‌از نارسایی کلیوی و زیادی خفیف تامتوسط فشار خون و به‌عنوان داروی‌کمکی در درمان بحران زیادی فشارخون‌مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک تقریب ?۷۰ ـ ۶۰ درصدفوروزماید پس از مصرف خوراکی جذب‌می‌شود. غذا ممکن است سرعت جذب رابدون تغییر اثر مدری کم کند. پیوندفوروزماید به پروتئین بسیار زیاد است متابولیسم دارو کبدی است اثر دارو از راه‌خوراکی پس از ۶۰ـ ۲۰ دقیقه و از راه‌تزریق وریدی پس از ۵ دقیقه شروع‌می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثرمدر دارو، از راه خوراکی ۲ ـ ۱ ساعت و ازراه وریدی طی ۳۰ دقیقه است اوج اثرکاهنده فشارخون این دارو تا چند روز پس‌از شروع درمان ظاهر نمی‌شود. طول اثردارو از راه خوراکی ۸ـ ۶ ساعت و از راه‌وریدی ۲ ساعت است ۸۸ درصدفوروزماید از راه کلیه و ۱۲ درصد از راه‌صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی‌کلیوی همراه بی‌ادراری و همچنین حالات‌قبل از اغماء ناشی از سیروز کبدی نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

دیابت شدید، نقرس شدید، نارسایی کبدی بزرگ شدن پروستات و پورفیری

۲ـ این دارو ممکن است سبب بروز کمی‌پتاسیم و سدیم خون شود.

۳ـ بیماران سالخورده ممکن است به‌اثرات این دارو بر روی فشارخون والکترولیت‌ها حساستر بوده و در معرض‌خطر بروز کلاپس گردش خون و حملات‌ترومبوآمبولی باشند.

عوارض جانبی کمی سدیم خون کمی‌پتاسیم خون و کمی منیزیم خون آلکالوزناشی از کمی کلرور خون افزایش دفع کلسیم

کاهش فشارخون تهوع اختلالات گوارشی افزایش اوره خون و نقرس افزایش قند خون افزایش موقت غلظت‌کلسترول و تری گلیسرید پلاسما بامصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان لیتیم‌با فوروزماید ممکن است موجب بروزمسمومیت ناشی از لیتیم شود. احتمال‌بروز مسمومیت گوشی و کلیوی به‌ویژه‌در صورت وجود عیب کار کلیه درصورت مصرف همزمان فوروزمایـد باسایر داروهای سمی برای کلیه و گوش‌ممکن است افزایش یابد. در صورت‌مصرف همزمان داروهای کاهنده پتاسیم‌خون با این دارو، خطر بروز کمی شدیدپتاسیم خون افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف این دارو ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ در طول مصرف این دارو، احتمال بروزکمی پتاسیم خون وجود دارد. از اینروممکن است مصرف مکمل‌های پتاسیم‌ضروری باشد.

۴ ـ در هنگام ایستادن به مدت طولانی انجام فعالیت جسمانی یا در هوای گرم به‌علت اثر کاهنده فشارخون در حالت‌ایستاده باید احتیاط شود.

۵ ـ به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ازمصرف سایر داروها بخصوص داروهای‌مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه پزشک‌ندارند، باید خودداری شود.

۶ ـ اگر برنامه مصرف دارو یکبار در روزباشد، به منظور جلوگیری از تکرر ادرار درطول شب این دارو باید صبح مصرف‌شود.

۷ ـ اگر فوروزماید به رژیم درمانی‌فشارخون اضافه شود، به منظورجلوگیری از افت شدید آن کاهش مقدارمصرف سایر داروهای کاهنده فشارخون‌ممکن است ضروری باشد.

۸ ـ اگر کم ادراری با حداکثر مصرف این‌دارو به مدت ۲۴ ساعت ادامه داشته باشد،توصیه می‌شود مصرف دارو قطع شود.

۹ ـ احتمال بروز حساسیت به نور بامصرف فوروزماید وجود دارد. از تماس‌بیش از حد با نور خورشید باید خودداری‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان بی‌ادراری ابتدا

۸۰ ـ ۲۰ میلی‌گرم به‌صورت مقدار واحدمصرف می‌شود که سپس هر ۸ ـ ۶ ساعت‌مقدار ۴۰ ـ ۲۰ میلی‌گرم به مقدار مصرف‌اضافه می‌شود تا پاسخ مطلوب حاصل‌شود. مقدار نگهدارنده این دارو به‌صورت‌مقدار واحد یا در ۳ ـ ۲ مقدار منقسم یک‌روز در میان یا ۴ ـ ۲ روز متوالی روزی‌یک بار در هفته تجویز می‌شود. به‌عنوان‌کاهنده فشارخون ابتدا ۴۰ میلی گرم ۲ باردر روز و سپس مقدار مصرف بر اساس‌پاسخ بیمار تنظیم می‌شود. بیشینه مقدارمصرف تا ۶۰ mg/day است

کودکان ابتدا ۲ mg/kg به‌صورت مقدارواحد مصرف می‌شود و سپس هر ۸ ـ ۶ساعت ۲ mg/kg ـ ۱ به آن افزوده می‌شود تاپاسخ مطلوب بدست آید.

تزریقی

بزرگسالان ابتدا ۴۰ ـ ۲۰ میلی‌گرم‌به‌صورت مقدار واحد تزریق عضلانی یاوریدی می‌شود و سپس هر ۲ ساعت تاحصول پاسخ کافی مقدار ۲۰ میلی‌گرم‌افزوده می‌شود. مقدار نگهدارنده بر اساس‌اندازه‌گیری غلظت سرمی تعیین می‌شود (۱یا ۲ بار در روز). در خیز حاد ریوی (بدون‌بحران زیادی فشارخون به‌عنوان مقدارشروع ۴۰ میلی‌گرم تزریق وریدی می‌شودو در صورت عدم پاسخ کافی

مجدد ?پس ازیکساعت ۸۰ میلی گرم تزریق می‌شود.به‌عنوان کاهنده فشارخون در بحران‌زیادی فشار خون در بزرگسالانی که کلیه‌سالم دارند ۸۰ ـ ۴۰ میلی‌گرم و در بحران‌زیادی فشار خون همراه با خیز ریوی یانارسایی حاد کلیوی مقدار ۲۰۰ ـ ۱۰۰میلی گرم به‌صورت وریدی تزریق‌می‌شود.
کودکان ابتدا ۱ mg/kg به‌صورت مقدارواحد تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود وهر ۲ ساعت ۱ mg/lkg به مقدار مصرف‌افزوده می‌شود تا پاسخ مناسب حاصل‌شود.
اشکال دارویی
Tablet : ۴۰ mg
Injection : ۲۰ mg/۲ ml, ۲۵۰ mg / ۲۵ m

HYDROCHLOROTHIAZIDE

موارد مصرف این دارو در درمان خیز(ناشی از نارسایی احتقانی قلب سیروزکبدی همراه با آسیت درمان باکورتیکوستروئیدها و استروژن و نیزبعضی از حالات عیب کار کلیه (از جمله‌سندرم نفروتیک گلومرولونفریت حاد ونارسایی مزمن کلیه ، زیادی فشارخون (به‌تنهایی یا به عنوان درمان کمکی و همچنین‌درمان دیابت بی‌مزه (با منشا مرکزی وکلیوی مصرف می‌شود.
فارماکوکینتیک جذب هیدروکلروتیازیدپس از مصرف خوراکی نسبت ?سریع است این دارو به‌صورت تغییر نیافته و تقریب?به‌طور کامل از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.نیمه عمر هیدروکلروتیازید ۱۴/۸ ـ ۵/۶ساعت می‌باشد و اثر مدری آن پس از ۲ساعت شروع می‌شود. زمان لازم برای‌رسیدن به اوج اثر دارو ۴ ساعت و طول اثرآن ۱۲ ـ ۶ ساعت است اثر کاهنده‌فشارخون این دارو پس از ۴ ـ ۳ روز ممکن‌است ظاهر شود، ولی برای رسیدن به اثرمطلوب ممکن است تا ۴ ـ ۳ هفته زمان لازم‌باشد.
موارد منع مصرف این دارو در کمی شدیدپتاسیم و سدیم خون و زیادی شدید کلسیم‌خون عیب شدید کار کبد و کلیه زیادی‌علامتی اوره خون و بیماری آدیسون نبایدمصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ این دارو در صورت وجودبی‌ادراری یا عیب کار کلیه یا کبد، باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.
۲ ـ این دارو ممکن است سبب کاهش‌پتاسیم خون تشدید دیابت نقرس ولوپوس اریتماتوزسیستمیک شود.
عوارض جانبی کاهش فشارخون‌وضعیتی اختلالات خفیف گوارشی کاهش توانایی جنسی کمی پتاسیم منیزیم‌و سدیم خون زیادی کلسیم خون آلکالوزهمراه کمی کلرور خون زیادی اسیداوریک خون نقرس افزایش قند خون وکلسترول پلاسما با مصرف دارو گزارش‌شده است
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌کلستیرامین با هیدروکلروتیازید
ممکن است جذب آن را مهار کند.
مصرف همزمان گلیکوزیدهای دیژیتال
با هیدروکلروتیازید، به علت بروز
کمی پتاسیم خون ممکن است احتمال‌مسمومیت با دیژیتال را افزایش دهد.مصرف همزمان این دارو با لیتیم
به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم
ممکن است سبب بروز مسمومیت با لیتیم‌شود.
نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو زیادی‌فشارخون را درمان نمی‌کند، بلکه آن راکنترل می‌نماید. از اینرو مصرف این داروممکن است تا آخر عمر ضروری باشد.

۲ ـ احتمال بروز کمی پتاسیم خون وجوددارد. بنابراین ممکن است مصرف پتاسیم‌اضافی در رژیم غذایی لازم باشد. بدون‌مشورت با پزشک رژیم غذایی نباید تغییریابد.

۳ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان مدر و آنتی دیورتیک‌در بزرگسالان ۱۰۰ ـ ۲۵ میلی‌گرم ۱ یا ۲بار در روز، یک روز در میان یا یک بار درروز به مدت ۵ ـ ۳ روز در هفته مصرف‌شود. به‌عنوان کاهنده فشارخون

۱۰۰ ـ ۲۵ mg/day به‌صورت مقدار واحد یادر ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود که این‌مقدار بر اساس پاسخ بیمار تنظیم می‌گردد.

کودکان مقدار ۲ ـ ۱ mg/kg/day به‌صورت‌مقدار واحد یا در ۲ مقدار منقسم مصرف‌می‌شود که این مقدار بر اساس پاسخ بیمارتنظیم می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

MANNITOL

موارد مصرف مانیتول به‌عنوان داروی‌کمکی برای پیشگیری از بروز نکروز حادتوبولار یا درمان کم ادراری در نارسایی‌حاد کلیه در درمان خیز مغزی و افزایش‌فشار داخل جمجمه و فشار داخل چشم تسریع دفع ادراری مواد سمی و جلوگیری‌از آسیب کلیوی ناشی از آنها و همچنین‌برای پیشگیری از همودیالیز و افزایش‌هموگلوبین آزاد خون در طی عمل جراحی‌برداشتن پروستات از راه پیشابراه‌مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک مانیتول در بخش خارج‌سلولی باقی می‌ماند. متابولیسم این دارودر کبد بسیار ناچیز است نیمه عمرمانیتول تقریب? ۱۰۰ دقیقه است که درنارسایی حاد کلیه به ۳۶ ساعت می‌رسد.زمان لازم برای شروع اثر مدر آن ۳ ـ ۱ساعت و برای کاهش فشار مایع مغزی ـنخاعی و فشار داخل چشم ۱۵ دقیقه پس ازشروع انفوزیون است اوج اثر کاهنده‌فشار داخل چشم ۶۰ ـ ۳۰ دقیقه پس ازانفوزیون می‌باشد. طول اثر کاهنده فشارمایع مغزی ـ نخاعی ۸ ـ ۳ ساعت پس از قطع‌انفوزیون و طول اثر کاهنده فشار داخل‌چشم ۸ ـ ۴ ساعت است دفع دارو کلیوی‌است

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی‌احتقانی قلب خیز ریوی بی‌ادراری همراه‌با نکروز حاد کلیوی دهیدراسیون شدید وخونریزی جمجمه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در صورت عیب‌شدید کار قلب و کلیه باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ نشت دارو از رگ به بافت‌های اطراف سبب بروز التهاب و ترومبوفلبیت می‌شود.

عوارض جانبی شدیدترین عارضه جانبی‌مانیتول بر هم خوردن تعادل آب والکترولیت است تجویز سریع مقادیر زیادآن ممکن است منجر به تجمع مانیتول افزایش بیش از حد مایع خارج سلولی کمی‌سدیم خون گاهی زیادی پتاسیم خون وافزایش بار گردش خون می‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان بادیگوکسین ممکن است احتمال بروزمسمومیت با دیگوکسین را به علت کاهش‌پتاسیم خون افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ محلول مانیتول فقطباید از راه انفوزیون وریدی مصرف شود.

۲ ـ محلول مانیتول با غلظت ۱۵ درصد وبیشتر در دماهای پایین تمایل به تشکیل‌بلور دارد، لذا ست انفوزیون مانیتول درهنگام تجویز این غلظت باید دارای صافی‌باشد.

۳ ـ در صورت نیاز به مصرف این دارو دربیماران مبتلا به کم ادراری یا بی‌کفایتی کارکلیه توصیه می‌شود قبل از شروع درمان‌یک مقدار آزمایشی معادل ۲۰۰ mg/kgبه‌صورت محلول ۲۰ ـ ۱۰ درصد طی مدت۵ ـ ۳ دقیقه انفوزیون وریدی شود. درصورت عدم حصول پاسخ مطلوب درمان‌با مانیتول را نباید آغاز نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان مدر، مقدار ۱۰۰ ـ ۵۰گرم به‌صورت محلول ۲۵ ـ ۵ درصدانفوزیون وریدی می‌شود. سرعت‌انفوزیون باید طوری تنظیم شود که میزان‌دفع ادرار حـداقل ۵۰ ml/hr ـ ۳۰ باشـد. دردرمـان خیز مغزی افزایش فشار داخل‌جمجمه و گلوکوم ۲ g/kg ـ ۰/۲۵ به‌صورت‌محلول ۲۵ ـ ۱۵ درصـد طی ۶۰ ـ ۳۰ دقیقه‌انفوزیون می‌شود. برای دفع مواد سـمی مقـدار ۲۰۰ ـ ۵۰ گرم به‌صورت محلول

۲۵ ـ ۵ درصد با سرعتی که میزان دفع ادرارحداقل به ۵۰۰ ml/hr ـ ۱۰۰ برسد، انفوزیون‌وریدی شود.

کودکان به‌عنوان مدر، ۲ g/kg ـ ۰/۲۵به‌صورت محلول ۲۰ ـ ۱۵ درصد طی ۶ ـ ۲ساعت برای درمان خیز مغزی افزایش‌فشار داخل جمجمه و گلوکوم ۲ g/kg ـ ۱به‌صورت محلول ۲۰ ـ ۱۵ درصد طی

۶۰ ـ ۳۰ دقیقه و برای دفع مواد سمی حداکثر ۲ g/kg به‌صورت محلول ۱۰ ـ ۵درصد انفوزیون وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion : ۱۰٪ , ۲۰٪

SPIRONOLACTONE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی‌کمکی در کنترل حالات خیزدار (مانندنارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی سندرم نفروتیک که اغلب بـا زیـادی ثانویه‌آلـدوسترون همراه است و خیز بـدون علت‌مشـخص و به‌عنوان داروی کمکی دردرمـان زیـادی فشار خون همراه بـا افزایش‌آلــدوسترون یـا بــدون آن بــه‌ویژه درمــواردی کــه نیــاز بــه یــک مــدر نگهدارنده‌پتاســیم باشــد، مصــرف می‌شود.اسپیرونولاکتون برای تشخیص و درمان‌افزایش اولیه آلدوسترون و پیشگیری یادرمان کمی پتاسیم خون (در بیمارانی که‌سایر اقدامات کافی نباشد) مصرف‌می‌شود. این دارو در درمان پرمویی بدن‌در زنان نیز مورد استفاده قرار گرفته‌است

فارماکوکینتیـک ایـن دارو بخوبی پس ازمصـرف خـوراکی از مجرای گـوارش جـذب‌می‌شود و فراهمی زیسـتی آن نیز بیش از ۹۰ درصـد است پیوند این دارو به پروتئین‌بیش از ۹۰ درصـد است متابولیسم این‌دارو کبدی است اثر آن پس از ۴ ـ ۲ ساعت با مصرف مقـدار واحد) شـروع می‌شود.زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر بامصـرف مقادیر متعدد ۳ ـ ۲ روز است اسپیرونولا ـکتون به‌صورت متابولیت دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در زیادی‌پتاسیم خون کمی سدیم خون عیب شدیدکار کلیه و بیماری آدیسون نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر باید با احتیاطفراوان مصرف شود:

بی‌ادراری یا عیب کار کلیه افراد مبتلا به‌دیابت و بیماری کلیوی عیب کار کبد.

۲ ـ بیمارانی که شدید ?بد حال هستند یاحجم ادرار آنها کم است بیشتر در معرض‌خطر زیادی پتاسیم خون هستند.

۳ ـ در بیماران سالخورده خطر بروززیادی پتاسیم خون افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی اختلالات گوارشـی کاهش‌توانایی جنسـی بزرگ شـدن پسـتانها،بی‌نظمی قاعدگی کسالت سـردرد،اغتشاش شـعور،

بثورات جلدی افزایش‌پتاسیم خون کاهش سدیم خون مسمومیت کبدی و نرمی استخوان بامصرف این دارو گزارش شده است
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای نگهدارنده پتاسیم سیکلوسپورین مکمل‌های پتاسیم وداروهای مهارکننده آنزیم مبدل‌آنژیوتانسین ممکن است منجر به زیادی‌پتاسیم خون شود. اثرات ضد انعقادی‌هپارین در صورت مصرف همزمان بااسپیرونولاکتون ممکن است کاهش یابد.مصرف همزمان این دارو با لیتیم به علت‌کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم ممکن است‌سبب بروز مسمومیت با لیتیم شود.اسپیرونولاکتون ممکن است نیمه عمردیگوکسین را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو زیادی فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف این دارو ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۴ ـ اگر دارو یک بار در روز به‌صورت‌مقدار واحد مصرف می‌شود، برای اجتناب‌از افزایش دفعات دفع ادرار در طول شب بهتر است صبحها مصرف گردد.

۵ ـ به منظور کاهش تحریک گوارشی واحتمالا کمک به افزایش فراهمی زیستی‌دارو، بهتر است دارو با غذا یا پس از آن‌مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان مدر در خیز ناشی ازنارسایی احتقانی قلب سیروز کبدی یاسندرم نفروتیک در بزرگسالان ابتدا۲۰۰ mg/day ـ ۲۵ در ۴ ـ ۲ مقدار منقسم به‌مدت حداقل ۵ روز مصرف می‌شود.به‌عنوان مقدار نگهدارنده
۴۰۰ ـ ۷۵ میلی‌گرم در ۴ ـ ۲ مقدار منقسم‌مصرف می‌شود. در درمان افزایش‌فشارخون در بزرگسالان ابتدا
۱۰۰ mg/day ـ ۵۰ به‌صورت مقدار واحد یادر ۴ ـ ۲ مقدار منقسم به مدت حداقل ۲ هفته‌مصرف می‌شود. سپس مقدار مصرف هر۲ هفته یک بار بر حسب نیاز تنظیم می‌شودتا به ۲۰۰ mg/day برسد. در درمان کمی‌پتاسیم خون ناشی از مصرف سایر مدرهادر بزرگسالان ۱۰۰ mg/day ـ ۲۵ به‌صورت‌مقدار واحد یا در ۴ ـ ۲ مقدار منقسم به‌عنوان داروی کمکی در تشخیص زیادی‌اولیه آلدوسترون در آزمون طولانی مدت ۴۰۰ mg/day به مدت ۴ ـ ۳ هفته در آزمون‌کوتاه مدت ۴۰۰ میلی‌گرم به مدت ۴ روز وبه‌عنوان آنتاگونیست آلدوسترون
۴۰۰ ـ ۱۰۰ میلی‌گرم در ۴ ـ ۲ مقدار منقسم‌مصرف می‌شود.
کودکان به‌عنوان مدر یا کاهنده فشارخون‌در درمان خیز، آسیت یا زیادی فشارخون‌مقدار شروع ۳ mg/kg ـ ۱ در روز است که‌به‌صورت مقدار واحد یا در ۴ ـ ۲ مقدارمنقسم مصرف می‌شود. پس از ۵ روزمقدار مصرف مجدد ?تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg

TRIAMTERENE–H

موارد مصرف این ترکیب دارویی به‌عنوان‌داروی کمکی در کنترل حالات خیزدار(مانند نارسایی احتقانی قلب سیروزکبدی سندرم نفروتیک خیرناشی ازکورتیکوستروئیدها و خیز با علت‌نامشخص ، در درمان زیادی فشارخون به‌ویژه در مواردی که نیاز به یک مدرنگهدارنده پتاسیم باشد) و همچنین دردرمان کمی پتاسیم خون ناشی از مصرف‌داروهای مدر در افراد مبتلا به زیادی‌فشارخون (در صورتی که سایر تدابیرمفید یا کافی نباشند) مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک تریامترن بسرعت ولی‌ناقص از مجرای گوارش جذب می‌شود،(۷۰ ـ ۳۰ درصد). پیوند تریامترن به‌پروتئین متوسط است و متابولیسم آن کبدی است نیمه عمر تریامترن در افراد باکلیه سالم ۱۲۰ ـ ۹۰ دقیقه و در عیب کارکلیه ۱۰ ساعت می‌باشد. زمان لازم برای‌شروع اثر دارو به‌عنوان مدر ۴ ـ ۲ ساعت وزمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت‌تریامترن ۴ ـ ۲ ساعت است زمان لازم‌برای رسیدن به اوج اثر با مصرف مقادیرمتعدد یک یا چند روز است طول اثرتریامترن ۹ ـ ۷ ساعت می‌باشد. تریامترن‌به‌طور عمده از طریق صفرا دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی‌کلیه و افزایش پتاسیم خون نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر، این دارو باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

بی‌ادراری یا عیب کار کلیه افراد مبتلا به‌دیابت و بیماری کلیوی یا عیب کار کبد.

۲ ـ بیمارانی که شدید ?بد حال هستند

یا حجم ادرار آنها کم است بیشتر

در معرض خطر زیادی پتاسیم خون‌هستند.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی خشکی‌دهان بثورات جلدی کاهش مختصر درفشارخون افزایش پتاسیم خون وحساسیت به نور با مصرف تریامترن گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای مهارکننده آنزیم مبدل‌آنژیوتانسین ممکن است منجر به افزایش‌پتاسیم خون شود و اثر کاهنده فشارخون‌افزایش یابد. مصرف همزمان این دارو بالیتیم به علت کاهش کلیرانس کلیوی لیتیم ممکن است سبب بروز مسمومیت با لیتیم‌شود. خطر بالا ـ رفتن پتاسیم خون بامصرف همزمان این دارو با مکمل‌های‌حاوی پتاسیم و سیکلوسپورین افزایش‌می‌یابد. اثرات ضد انعقادی هپارین درصورت مصرف همزمان با این دارو ممکن‌است کاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو زیادی فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ احتمال بروز کمی یا زیادی پتاسیم‌خون وجود دارد. بنابراین ممکن است‌پی‌گیری میزان پتاسیم در رژیم غذایی لازم‌باشد.

۴ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف به‌عنوان مدر و پایین آورنده‌فشار خون در بزرگسالان ۲ ـ ۱ قرص درروز تجویز می‌شود. مقدار نگهدارنده برای‌بعضی از بیماران یک قرص در روز یا یک‌روز در میان می‌باشد.

اشکال دارویی

+ Tablet : Triamterene ۵۰ mg

Hydrochlorothiazide ۲۵ mg

GEMFIBROZIL

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی‌چربی خون در بیمارانی که به درمان بارژیم غذایی پاسخ کافی نمی‌دهند، مصرف‌می‌شود. این دارو همچنین برای پیشگیری‌اولیه از بیماری عروق کرونر قلب درمردان مسن مبتلا به زیادی چربی خون‌به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: جم فیبروزیل از غلظت‌پلاسمایی تری‌گلیسرید (VLDL) کاسته وغلظت پلاسمایی HDL را افزایش می‌دهد.اگر چه این دارو ممکن است میزان‌کلسترول تام و لیپوپروتئین با دانسیته کم LDL) را اندکی کاهش ولی مصرف آن دربیماران با

تری گلیسرید بالاـ همراه با زیادی‌چربی خون نوع IV، اغلب منجر به افزایش‌قابل توجه مقدار LDL می‌شود. این دارو‌ممکن است باعث مهار لیپولیز محیطی کاهش برداشت کبدی اسیدهای چرب آزادو کاهش ساخت گلیسریدهای کبدی مهارساخت آپولیپوپروتئین B که حامل VLDLاست و افزایش کلیرانس آن و در نتیجه‌کاهش ساخت VLDL گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارش‌بخوبی جذب می‌شود. متابولیسم جم‌فیبروزیل کبدی است نیمه عمر دارو پس‌از مصرف مقدار واحد، ۱/۵ ساعت و پس ازمصرف مقادیر متعدد، ۱/۳ ساعت است زمان لازم برای رسیدن به اوج غلظت ۲ ـ ۱ساعت است اثر این دارو در کاهش غلظتVLDL پلاسما، پس از ۵ ـ ۲ روز شروع‌می‌شود. زمان لازم برای رسیدن به اوج اثرکاهش غلظت VLDL پلاسما ۴ هفته است دفع دارو عمدت ?از کلیه است

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به عیب کار کبد و سنگهای صفراوی‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در بیماران مبتلا به‌عیب کار کلیه باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ تعیین غلظت کلسترول و تری گلیسرید،شمارش کامل سلولهای خون و آزمونهای‌کار کبد، قبل از شروع درمان دراز مدت‌ضروری است

۳ ـ اگر پس از سه ماه درمان پاسخ کافی‌بدست نیاید یا نتایج حاصل از آزمونهای‌کار کبد، افزایش یا اختلال قابل توجهی رانشان دهند یا در صورت تشخیص‌سنگهای صفراوی و تشخیص یا حدس‌ایجاد میوزیت مصرف جم فیبروزیل بایدقطع شود. در این موارد، توصیه می‌شودبه منظور کاهش چربی خون از یک رژیم‌غذایی مناسب استفاده شود تا وضعیت‌بیمار تثبیت شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی بثورات‌جلدی درماتیت خارش کهیر، ضعف‌جنسی سردرد، سرگیجه تاری دید، یرقان‌انسدادی آنژیوادم خیز حنجره فیبریلاسیون دهلیزی التهاب لوزالمعده میاستنی گراو، رابدومیولیز، دردناک شدن‌اندام‌های انتهایی میالژی همراه با افزایش‌در کرآتین کیناز با مصرف این داروگزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای ضد انعقاد خوراکی با جم‌فیبروزیل ممکن است اثر ضد انعقادی این‌داروها را به‌طور قابل توجهی افزایش دهد.مصرف همزمان لوواستاتین با جم‌فیبروزیل ممکن است با افزایش خطررابدومیولیز، افزایش قابل توجه در غلظت‌کرآتین کیناز و وجود میوگلوبین در ادرارکه منجر به نارسایی حاد کلیه می‌شود،همراه باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ رعایت رژیم غذایی‌مناسب بر درمان با دارو ارجحیت دارد.

۲ ـ قبل از قطع مصرف دارو، تماس باپزشک ضروری است زیرا غلظت چربی‌خون ممکن است به میزان قابل توجهی‌افزایش یابد.

مقدار مصرف در بزرگسالان ۱/۲ g/day دردو مقدار منقسم ۳۰ دقیقه قبل از صبحانه‌و شام مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۳۰۰ mg

HYDRALAZINE HCI

موارد مصرف هیدرالازین برای درمان‌زیادی متوسط تا شدید فشارخون به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: اثر عمده این دارو،

گشاد کردن شریانچه‌ها است ولی اثر

کمی نیز بر وریدها دارد. این دارو موجب‌کاهش مقاومت محیطی می گردد و همچنین‌موجب افزایش برون ده قلبی کاهش‌مقاومت سیستمیک و کاهش بار قلب‌می‌شود.

فارماکوکینتیک هیدرالازین پس از مصرف‌خوراکی بخوبی جذب می‌شود، ولی‌متابولیسم عبور اول کبدی دارد. پیونددارو به

پروتئین زیاد است متابولیسم این‌دارو کبدی است نیمه عمر هیدرالازین

۷ ـ ۳ ساعت است که در نارسایی کلیه‌افزایش می‌یابد. اثر دارو از راه خوراکی‌پس از ۴۵ دقیقه و از راه وریدی پس از

۲۰ ـ ۱۰ دقیقه شروع می‌شود. زمان لازم‌برای رسیدن به اوج اثر از راه وریدی

۳۰ ـ ۱۵ دقیقه و از راه خوراکی ۲ ـ ۱ ساعت‌است طول اثر دارو از راه خوراکی یاوریدی ۸ ـ ۳ ساعت است دفع این داروکلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در مواردلوپوس اریتماتوز سیستمیک ایدیوپاتیک برادی کاردی شدید، نارسایی قلبی بابرون‌ده بالا، بی‌کفایتی عضله قلب ناشی ازانسداد مکانیکی پورفیری و آنوریسم‌آئورت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

بیماری شریان کرونر، بیماری‌روماتیسمی قلب و بیماری عروق مغزی

۲ ـ مقدار مصرف اولیه این دارو در بیماران‌مبتلا به عیب کار کلیه باید کاهش

یابد.

۳ ـ حتی با مصرف مقادیر کم هیدرالازین کاهش بسیار سریع فشارخون ممکن است‌بروز کند.

۴ ـ به منظور جلوگیری از بروز زیادی‌ناگهانی فشارخون مصرف دارو پس ازخاتمه درمان باید بتدریج قطع شود.

عوارض جانبی تاکی کاردی احتباس‌مایعات تهوع و استفراغ سردرد، سندرم‌لوپوس اریتماتوز سیستمیک (با مصرف‌مقادیر بیش از ۱۰۰ mg/day به مدت‌طولانی ، بثورات جلدی تب تغییر درشمارش سلولهای خونی نوریت محیطی واختلالات خونی با مصرف این داروگزارش شده است

تداخل‌های دارویی اثر دیازوکساید درصورت مصرف همزمان با هیدرالازین‌ممکن است تشدید شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف دارو حتی

در صورت احساس بهبودی باید ادامه‌یابد.

۲ ـ این دارو زیادی فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرو،مصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ از مصرف سایر داروها، به‌ویژه‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون ابتدا ۱۰ میلی‌گرم ۴ بار در روزبرای ۴ ـ ۲ روز اول و سپس ۲۵ میلی‌گرم‌برای بقیه روزهای هفته مصرف می‌شود.به‌عنوان مقدار نگهدارنده ۵۰ میلی‌گرم ۴بار در روز در هفته دوم مصرف می‌شودکه تا کمترین مقدار مصرف موثر تنظیم‌می‌شود.

کودکان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ۰/۷۵ mg/kg/day در ۴ ـ ۲ مقدار منقسم‌مصرف می‌شود. سپس مقدار مصرف‌دارو، برحسب نیاز بیمار طی ۴ ـ ۱ هفته‌بتدریج تا حداکثر ۷/۵ mg/kg/day افزایش‌می‌یابد.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون مقدار ۴۰ ـ ۱۰ میلی‌گرم تزریق‌عضلانی یا وریدی می‌شود که برحسب‌نیاز، این مقدار تکرار می‌گردد.

کودکان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ۳/۵ mg/kg/day ـ ۱/۷ در ۶ ـ ۴ مقدار منقسم‌تزریق عضلانی یا وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg, ۲۵ mg, ۵۰ mg

Injection : ۲۰ mg

ISOXSUPRINE

موارد مصرف این دارو برای تسکین علائم‌ناشی از نارسایی عروق مغزی درمان‌اختلالات عروق محیطی ناشی از تصلب‌شرائین سندرم رینود، تعویق زایمان‌زودرس و در درمان قاعدگی دردناک‌تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: ایزوکسوپرین یک مسددگیرنده آلفا ـ آدرنرژیک و تحریک کننده‌گیرنده بتا ـ آدرنرژیک است به‌نظرمی‌رسد که اثر آن بر عضلات صاف عروق‌یک اثر مستقیم باشد. دارو توانایی شل‌کردن عضلات صاف رحم را نیز دارد.

فارماکوکینتیک از دستگاه گوارش به

خوبی جذب می‌شود. نیمه عمر آن حدودیکساعت است و عمدت ?از راه ادرار دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در موارد تعویق زایمان‌زودرس در شرایط وجود اختلالات قلبی خصوص ?وجود آریتمی ، پرکاری‌تیروئید، عفونت داخل رحمی مرگ جنین‌در داخل رحم اکلامپسی پره اکلامپسی وزیادی فشارخون ریوی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بیماری‌شدید عروق مغزی و در مواردی که فردمبتلاـ به زایمان زودرس دیابت یا پره‌اکلامپسی خفیف تا متوسط داشته باشد،اختلالات انعقادی خون انفارکتوس‌میوکارد اخیر و گلوکوم باید با احتیاطفراوان تجویز شود.

عوارض جانبی ادم ریوی کمی فشارخون تاکی‌کاردی درد قفسه سینه تهوع استفراغ ضعف گیجی و بثورات پوستی‌از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قطع مصرف دارو‌باید با احتیاط صورت گیرد.

۲ ـ برای اجتناب از تحریک دستگاه گوارش‌این دارو باید بعد یا همراه غذا مصرف‌شود.

۳ ـ تغییر از وضعیت خوابیده به نشسته یاایستاده باید به آهستگی صورت گیرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان ۲۰ ـ ۱۰میلی‌گرم ۴ ـ ۳ بار در روز مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۰ mg

LIDOCAINE HCI

موارد مصرف این دارو در درمان آریتمی‌بطنی به‌ویژه پس از سکته قلبی مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: لیدوکائین با اثر مستقیم بربافت بخصوص شبکه پورکنژ (بدون‌دخالت سیستم اعصاب خودکار)، سبب‌کاهش دپولاریزاسیون خودکاری وتحریک پذیری بطن طی مرحله دیاستولیک‌می‌شود.

فارماکوکینتیک پس از تزریق عضلانی تقریب ?به‌طور کامل جذب می‌شود.لیدوکائین بسرعت در بدن توزیع می‌یابد.۹۰ درصد دارو در کبد متابولیزه می‌شود.نیمه عمر دارو ۲ ـ۱ ساعت و وابسته به‌مقدار مصرف است اثر دارو بعد از تزریق‌عضلانی پس از ۱۵ ـ ۵ دقیقه و از راه‌وریدی بلافاصله شروع می‌شود. زمان‌لازم برای رسیدن به غلظت یکنواخت‌پلاسمایی در انفوزیون مداوم وریدی ۴ ـ ۳ساعت است این زمان در بیمارانی که‌دچار سکته قلبی شده‌اند، حدود ۱۰ ـ ۸ساعت است طول اثر دارو از راه وریدی ۲۰ ـ ۱۰ دقیقه و از راه عضلانی ۹۰ ـ ۶۰دقیقه است دفع لیدوکائین کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در اختلالات‌سینوسی ـ دهلیزی تمام حالات انسداددهلیزی ـ بطنی ضعف شدید میوکارد وپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

نارسایی احتقانی قلب کاهش جریان خون‌کبد، شوک و کاهش حجم خون انسدادناقص قلب برادی کاردی سینوسی وسندرم W-p-w.

۲ ـ کاهش مقدار مصرف دارو در بیماران‌مبتلا به نارسایی احتقانی قلب عیب کارکبد و پس از جراحی قلب ضروری است

عوارض جانبی سرگیجه پارستزی یاخواب آلودگی (به‌ویژه در صورت تزریق‌سریع دارو) با مصرف این دارو گزارش‌شده است همچنین اغتشاش فکر، ضعف‌تنفسی و تشنجات کاهش فشارخون وبرادی کاردی و حساسیت مفرط نیزمشاهده شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای ضد تشنج هیدانتوئینی بالیدوکائین ممکن است باعث بروز اثراضافی مضعف قلبی شود. داروهای ضدتشنج هیدانتوئینی ممکن است متابولیسم‌کبدی لیدوکائین را تسریع نمایند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزعلائم حمله قلبی بلافاصله باید به پزشک‌مراجعه شود.

۲ ـ همزمان با مصرف لیدوکائین پیگیری‌وضع بیمار با استفاده ازالکتروکاردیوگرام و در دسترس بودن‌وسایل احیاء و داروهای لازم برای معالجه‌واکنش‌های جانبی ضروری است

۳ ـ لیدوکائین نباید هنگام انتقال خون به‌آن اضافه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد آریتمی برای‌انفوزیون مداوم وریدی (معمولا پس از یک‌مقدار حمله‌ای ، ۰/۰۵ mg/kg ـ ۰/۰۲ باسرعت ۴ mg/min ـ ۱ (حداکثر حدود ۴/۵ mg/kg در هر دوره یک ساعته مصرف می‌شود. جهت تزریق مستقیم‌وریدی در بزرگسالان مقدار ۱ mg/kgبه‌عنوان مقدار حمله‌ای با سرعت

۵۰ mg/min ـ ۲۵ تزریق می‌شود که درصورت نیاز هر ۵ دقیقه تکرار می‌شود(حداکثر ۴/۵ mg/kg در هر دوره یکساعته .از راه عضلانی در بزرگسالان ۴/۳ mg/kgتزریق می‌شود که در صورت نیاز هر

۱/۵ ـ ۱ ساعت تکرار می‌شود. بیشینه مقدارمصرف حدود ۴/۵ mg/kg در هر دوره‌یکساعته است

کودکان مقدار ۱ mg/kg به‌عنوان مقدارحمله‌ای با سرعت ۵۰ mg/min ـ ۲۵ تزریق‌می‌شود که در صورت نیاز هر ۵ دقیقه‌تکرار می‌شود (حداکثر ۳ mg/kg). برای‌انفوزیون وریدی مداوم در کودکان معمولا پس از یک مقدار حمله‌ای ۰/۰۵ mg/kg/min ـ ۰/۰۲ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱٪ , ۲٪ , ۴٪ , ۲۰٪

LOVASTATIN

موارد مصرف لوواستاتین در مبتلایان به‌افزایش کلسترول خون که به درمان بارعایت رژیم غذایی پاسخ کافی نمی‌دهند وبرای کم کردن سرعت پیشرفت‌آترواسکلروز عروق کرونر در افرادی که‌بیماری عروق کرونر دارند و غلظت‌کلسترول پلاسمای آنها بالا باشد، تجویزمی‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیمHMG-CoA ردوکتاز، ساخته شدن‌کلسترول را مهار می‌کند. این عمل موجب‌می‌شود که

گیرنده‌های LDL در سطح‌سلولهای کبدی افزایش یافته و LDLبیشتری از خون برداشت کنند و نهایت?میزان LDL خون کاهش یابد.
فارماکوکینتیک لوواستاتین پس ازهیدرولیز در دستگاه گوارش به شکل فعال‌در می‌آید. کمتر از نیمی از این دارو از راه‌خوراکی جذب می‌شود و در گذر اول از کبدبه‌طور وسیع متابولیزه می گردد. قسمت‌عمده دارو از طریق صفرا و کمی هم ازطریق ادرار دفع می‌شود.
موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌فعال کبدی و پورفیری نباید مصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ قبل و در طول مصرف این‌دارو، باید عملکرد کبد کنترل شود.
۲ ـ در صورت وجود سابقه بیماری کبدی دارو با احتیاط فراوان مصرف شود.
۳ ـ در طول مدت مصرف و تا یک ماه بعد ازقطع مصرف این دارو، بیماران زن نبایدباردار شوند.
۴ ـ در صورتی که غلظت خونی کرآتین‌فسفوکیناز (CPK) شدید ?افزایش پیدا کند یادر صورت بروز میوپاتی در بیمار،مصرف دارو باید قطع شود.
عوارض جانبی یبوست نفخ سردرد، تهوع سوءهاضمه درد شکم اسهال خستگی بیخوابی بثورات جلدی رابدومیولیز،هپاتیت افزایش غلظت کرآتین فسفوکینازو آنژیوادم از عوارض جانبی این داروهستند.
تداخل‌های دارویی این دارو اثر ضدانعقادی وارفارین را افزایش می‌دهد.مصرف همزمان این دارو باسیکلوسپورین موجب افزایش خطر بروزمیوپاتی می‌شود. مصرف همزمان این‌دارو با اسید نیکوتینیک یا فیبرات‌ها خطربروز عوارض جانبی (بخصوص‌رابدومیولیز) را افزایش می‌دهد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ بیمار باید آگاه باشدکه در طول مدت مصرف این دارو، بروزهر گونه درد عضلانی را به پزشک خوداطلاع دهد.
۲ ـ مصرف این دارو همراه با غذا (معمولاشام اثربخشی بیشتری دارد.
مقدار مصرف در شب اول درمان ۱۰میلی گرم تجویز می‌شود و در شب‌های‌بعدی تدریج ?مقدار آن افزایش می‌یابد. درصورت نیاز در یک فاصله ۸ ـ ۶ هفته‌ای‌مقدار دارو را می‌توان تا ۸۰mg/dayافزایش داد.
اشکال دارویی

Tablet : ۲۰ mg

METHYLDOPA

موارد مصرف متیل دوپا در درمان زیادی‌فشارخون همراه داروهای مدر مصرف‌می‌شود. همچنین در بحران زیادی فشارخون زمانی که درمان فوری مورد نیازنباشد، نیز به‌کار می‌رود.
مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که اثر این دارودر کاهش فشارخون به علت تبدیل آن به‌آلفا ـ متیل نوراپی نفرین باشد. آلفا ـ متیل‌نوراپی نفرین از طریق مرکزی سبب کاهش‌عبور جریان سمپاتیک و در نتیجه کاهش‌فشارخون می‌شود.
فارماکوکینتیک جذب متیل دوپا از مجرای‌گوارش متغیر است متیل دوپا به‌طور گسترده در نرونهای آدرنرژیک مرکزی به‌آلفا ـ متیل نوراپی نفرین تبدیل می‌شود.نیمه عمر آن در افراد سالم در مرحله آلفا۱/۷ ساعت و در افراد مبتلاـ به بی‌ادراری‌در مرحله آلفا ۳/۶ ساعت می‌باشد. زمان‌لازم برای رسیدن به اوج اثر پس ازمصرف مقدار واحد ۶ ـ ۴ ساعت و پس ازمصرف مقادیر متعدد ۳ ـ ۲ روز است طول‌اثر دارو با مصرف یک مقدار واحدخوراکی ۲۴ ـ ۱۲ است و با مصرف مقادیرمتعدد ۴۸ ـ ۲۴ ساعت است متیل دوپا

ازطریق کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در سابقه‌افسردگی بیماری فعال کبد (هپاتیت حاد وسیروز فعال ، فئوکروموسیتوم وپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر باید با احتیاطمصرف شود:

سابقه کم خونی همولیتیک ناشی از

بیماری خودایمنی سابقه بیماری کبدی‌همراه با مصرف قبلی متیل دوپا و عیب کارکلیه

۲ ـ آزمون کومبس ممکن است در ۲۰درصد بیماران تحت درمان با دارو مثبت‌شود که این حالت می‌تواند با آزمون‌سازگاری متقابل خونهای دهنده و گیرنده‌تداخل نماید.

۳ ـ در طول مصرف دارو، شمارش‌سلولهای خون و آزمون فعالیت کبد ممکن‌است ضروری باشد.

عوارض جانبی خشکی دهان تسکین افسردگی خواب آلودگی اسهال احتباس‌مایعات کاهش توانایی جنسی آسیب‌کبدی کم خونی همولیتیک سندرم شبه‌اریتماتوز، پارکینسون بثورات جلدی وگرفتگی بینی با مصرف این دارو گزارش‌شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان متیل‌دوپا با داروهای بیهوش کننده عمومی‌ممکن است اثر پایین آورنده فشارخون‌متیل دوپا را افزایش دهد. مصرف همزمان‌متیل دوپا با داروهای مهارکننده مونوآمین‌اکسیداز، ممکن است سبب تحریک پذیری‌بیش از حد شود. در صورت مصرف‌همزمان فنیل افرین با متیل دوپا، ممکن‌است اثر پایین آورنده فشارخون متیل دوپاکاهش و اثر بالابرنده فشارخون فنیل‌افرین‌افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ از مصرف سایر داروها بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری شود.

۴ ـ در صورت بروز تب مراجعه به پزشک‌ضروری است

۵ ـ برای به حداقل رساندن اثر تسکین‌بخشی متیل دوپا، هر گونه افزایش درمقدار مصرف دارو باید در نوبت عصرانجام گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان پایین آورنده‌فشارخون ابتدا مقدار ۲۵۰ میلی‌گرم

۲ یا ۳ بار در روز به مدت ۲ روز مصرف‌می‌شود و پس از آن در فواصل زمانی بیش‌از ۲ روز تا زمان حصول پاسخ مناسب این مقدار تنظیم می‌شود. به‌عنوان‌نگهدارنده ۵۰۰ mg/day تا ۲ g/day در

۴ ـ ۲ مقدار منقسم مصرف می‌شود. بیشینه‌مقدار مصرف در بزرگسالان تا ۳ g/dayاست

کودکان به‌عنوان پایین آورنده فشارخون ابتدا ۱۰ mg/kg در ۴ ـ ۲ مقدار منقسم‌مصرف می‌شود که پس از آن در فواصل‌زمانی بیش از ۲ روز تا حصول پاسخ‌مناسب این مقدار تنظیم می‌شود. بیشینه‌مقدار مصرف در کودکان ۶۵ mg/kg یا۳ g/day است

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵۰ mg

(MINOXIDIL (Systemic

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی‌شدید فشارخون همراه داروهای مدر ومسدود کننده گیرنده بتا ـ آدرنرژیک‌مصرف

می‌شود.

مکانیسم اثر: مینوکسیدیل یک گشاد کننده‌عروق محیطی با اثر مستقیم است که‌مقاومت عروق محیطی را کاهش می‌دهد وسبب افت فشارخون می‌شود.

فارماکوکینتیک در حدود ۹۰ درصد از یک‌مقدار مصرف خوراکی از مجرای گوارشی‌جذب می‌شود. نیمه عمر پلاسمایی دارو۴/۲ ساعت است اگر چه اثر دارو ممکن‌است تا ۷۵ ساعت باقی بماند. این دارو به‌میزان زیاد در کبد متابولیزه می‌شود وعمدت ?از طریق ادرار و به شکل متابولیت‌دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به فئوکروموسیتوم نباید مصرف‌شود.

هشدارها: مصرف این دارو در بیمارانی که‌اخیر ?دچار انفارکتوس میوکارد شده‌اند ودر بیماران مبتلا به زیادی فشارخون‌ریوی آنژین صدری نارسایی مزمن قلب‌و عیب بارز کار کلیه باید با احتیاط فراوان‌صورت گیرد.

تداخل‌های دارویی اثرات کاهنده‌فشارخون این دارو، در صورت مصرف‌همزمان با سایر داروهای پایین آورنده‌فشارخون ممکن است تشدید شود. درصورت مصرف همزمان مینوکسیدیل باداروهای مقلدسمپاتیک مسدود کننده‌گیرنده کاهش شدید فشارخون در حالت‌ایستاده ممکن است بروز کند.

عوارض جانبی احتباس آب و سدیم افزایش وزن ادم محیطی تاکی کاردی افزایش رویش مو، افزایش برگشت‌پذیرکرآتینین و نیتروژن اوره خون و گاهی‌اختلالات گوارشی و بثورات جلدی بامصرف این دارو گزارش شده است

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا مقدار ۵ mg/day

(۲/۵ mg/day در سالخوردگان مصرف‌می‌شود که بتدریج هر سه روز یکباراضافه شده تا حداکثر به ۵۰ mg/day ـ ۴۰برسد (بر اساس پاسخ بیمار). مقدارمصرف روزانه را می‌توان در یک یا دونوبت مصرف نمود.

کودکان برای کودکان تا سن ۱۲ سال مقدار مصرف اولیه ۰/۲mg/kg/day می‌باشدکه هر سه روز، مقدار ۰/۲mg/kg/day ـ ۰/۱به آن اضافه می‌شود تا فشارخون کنترل‌شود یا مقدار مصرف به حداکثر۱mg/kg/day یا ۵۰ mg/day برسد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

NITRATES

NITROGLYCERIN ISOSORBIDE

نیتراتها در درمان آنژین صدری نقش‌بسیار مفیدی دارند، اگر چه این داروهاگشادکننده عروق کرونر هستند و اثر مفیدآنها ناشی از کاهش برگشت وریدی و درنتیجه کاهش کار بطن چپ می‌باشد. به‌طورکلی مکانیسم اثر ضد آنژین و کاهنده بارقلب این داروها بخوبی مشخص نشده‌است ولی تصور می‌شود که نیتراتهاتقاضای اکسیژن عضله قلب را کاهش‌می‌دهند. این اثر ناشی از کار بار ورودی وخروجی بطن چپ به دلیل گشاد شدن‌عروق وریدی و شریانی همراه با انتشارمؤثرتر جریان خون در عضله قلب است اثر نیتراتها در کاهش فشارخون ناشی ازگشادشدن عروق محیطی است

ISOSORBIDE DINITRATE

موارد مصرف ایزوسورباید در پیشگیری‌و رفع درد در حمله آنژین صدری ناشی ازبیماری شریان کرونر مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی‌ایزوسوربایـد پس از مصـرف قرص‌زیرزبانی ۵۹ درصـد و پس از مصـرف‌قرص معمـولی ۲۲ درصد است مقـدارزیادی از ایـن دارو در اولین عبـور از کبـدمتابولیزه می‌شـود. نیمه عمر دارو از راه‌زیرزبـانی ۶۰ دقیقـه و از راه خـوراکی ۴ساعت است اثر ایزوسورباید از راه‌خوراکی پس از ۴۰ ـ ۱۴ دقیقه و از راه‌زیرزبانی پس از ۵ ـ ۲ دقیقه شروع‌می‌شود. طول اثر دارو از راه خـوراکی ۶ ـ ۴سـاعت و از راه زیرزبانی ۲ ـ ۱ ساعت است ایزوسوربایـد، پس از آنکه تقریب ?به‌طورکامل متابولیزه شـده از طریق کلیه دفع‌می‌شود.

موارد منع مصـرف این دارو در مواردکـاهش فشـار و حجم خون کاردیومیوپاتی‌هیپرتروفیـک انسـدادی تنگی آئورت تامپونـاد قلبی پریکاردیت constrictive،تنگی دریچه میترال کم خونی بـارز،گلوکوم بـا زاویه بسـته ضـربه اخیر به سـر وخونریزی مغزی نبـاید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

کم خونی شدید، عیب شدید کار کلیه پرکاری تیروئید، سوء تغذیه یا کاهش‌دمای بدن سابقه انفارکتوس اخیر قلبی

۲ ـ بـا مصـرف طولانی مـدت نیتراتها، ممکن‌است نسبت به اثر آنها تحمل ایجاد شود ودر نتیجه نیاز بیمار به دارو افزایش یابـد.برای اطمینان از حفظ اثر مطلوب دارو،پیگیری دقیق وضعیت بیمار توصیه‌می‌شود.

۳ ـ در صورت لزوم قطع مصرف دارو، به‌دنبال مصرف مقادیر زیاد یا طولانی مدت به منظور جلوگیری از بروز حمله‌واجهشی آنژین ناشی از قطع مصرف‌دارو، مقدار مصرف باید بتدریج کاهش‌داده شود.

۴ ـ در صورت بروز تاری دید یا خشکی‌دهان یا تشدید آن مصرف دارو باید قطع‌شود.

عوارض جانبی سردرد کوبنده برافروختگی سرگیجه و کمی فشار خون‌وضعیتی با مصرف این دارو گزارش شده‌است

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌ایزوسوربایـد بـا فرآورده‌هـای حـاوی الکل داروهای پایین آورنـده فشارخون یاداروهای گشاد کننده عروق ممکن است‌کمی فشارخون ناشی از اثرات‌ایزوسورباید را تشدید کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قرص معمولی

و پیوسته رهش ایزوسور باید همراه

با یک لیوان آب و با معده خالی مصرف‌شود.

۲ ـ به هنگام مصرف قرص زیرزبانی تازمانی که قرص حل نشده باشد، از خوردن‌یا نوشیدن باید خودداری شود.

۳ ـ از جویدن و خرد کردن قرص زیرزبانی‌و پیوسته رهش باید خودداری کرد.

۴ ـ بـا بروز اولین علائـم حمله آنژین بایدنشـست و از قرص زیرزبـانی اسـتفاده نمودو در صورت بروز سـرگیجه یـا از حال‌رفتن باید احتیاط نمود. اثر قرص‌زیرزبانی معمولا طی ۵ دقیقه ظاهرمی‌شود.

۵ ـ قرص‌های معمولی و پیوسته رهش‌ایزوسورباید، از بروز حمله آنژین صدری‌جلوگیری می‌نمایند ولی سبب رفع دردناشی از حمله نمی‌شوند.

۶ ـ به هنگام برخاستن از حالت خوابیده یانشسته باید احتیاط نمود.

۷ ـ به هنگام ایستادن به مدت طولانی یافعالیت بدنی و همچنین در آب و هوای گرم‌باید احتیاط نمود.

۸ ـ سـردرد، عـارضه معمولی نیتراتها است‌که با ادامه درمان کاهش می‌یابـد. درصورت تـداوم یا تشدیـد سـردرد، مراجعه به‌پزشـک ضروری است

۹ – در صورتی که یک نوبت مصـرف داروفراموش شود، به محض بیادآوردن آن‌نوبت باید مصرف شود، ولی اگر تا نوبت‌بعدی ۲ سـاعت (برای اشـکال دارویی‌معمولی و زیرزبـانی یا ۶ ساعت (برای‌قرص پیوسـته رهش فاصـله باشـد، ازمصـرف آن باید خودداری

نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژین صدری ۲۰ ـ ۵ میلی‌گرم از قرص معمولی هر

۶ ساعت مصرف می‌شود که این مقداربرحسب نیاز و تحمل بیمار تنظیم می‌شود.محدوده مصرف دارو ۴۰ ـ ۵ میلی‌گرم

۴ بار در روز است به‌عنوان ضد آنژین

۸۰ ـ ۲۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ـ ۸ ساعت از

قرص پیوسته رهش و ۵ ـ ۲/۵ میلی‌گرم هر۳ ـ ۲ ساعت از قرص زیرزبانی مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Retard Tablet : ۴۰ mg

Sublingual Tablet : ۵ mg

Tablet : ۱۰ mg

NITROGLYCERIN

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری ودرمان آنژین صدری و درمان نارسایی‌بطن چپ مصرف می‌شود. نیتروگلیسرین‌تزریقی برای کنترل فشار خون حین‌بعضی از اعمال جراحی و برای کاهش‌خونریزی به داخل ناحیه جراحی مصرف‌می‌شود. نیتروگلیسرین تزریقی به عنوان‌داروی کمکی در درمان نارسایی احتقانی‌قلب همراه با انفارکتوس حاد میوکاردمصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک پیوند این دارو به پروتئین‌حدود ۶۰ درصد است نیمه عمرنیتروگلیسرین ۴ ـ ۱ دقیقه است اثر دارو ازراه انفوزیون وریدی تقریب ?بلافاصله ازراه زیرزبانی پس از ۳ ـ ۱ دقیقه و از راه‌پوستی پس از ۳۰ دقیقه شروع می‌شود.طول اثر دارو از راه انفوزیون وریدی چنددقیقه از راه زیرزبانی ۶۰ ـ ۳۰ دقیقه و ازراه پوستی ۲۴ ـ ۸ ساعت است نیتروگلیسرین پس از آنکه تقریب? بطورکامل متابولیزه شد، از طریق کلیه‌ها دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در مواردکاهش فشار و حجم خون کاردیومیوپاتی‌هیپرتروفیک انسدادی تنگی آئورت تامپوناد قلبی پریکاردیت constrictive،تنگی دریچه میترال کم خونی بارز،گلوکوم با زاویه بسته ضربه اخیر به سر وخونریزی مغزی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر باید با احتیاطمصرف شود:

کم خونی شدید، عیب شدید کار کلیه پرکاری تیروئید، سوء تغذیه یا کاهش‌دمای بدن سابقه انفارکتوس اخیر قلبی

۲ ـ با مصرف طولانی مدت نیتراتها، ممکن‌است نسبت به اثر آنها تحمل ایجاد شود ودر نتیجه نیاز بیمار به دارو افزایش یابد.برای اطمینان از حفظ اثر مطلوب دارو،پیگیری دقیق وضع بیمار توصیه می‌شود.

۳ ـ در صورت لزوم قطع مصرف دارو، به‌دنبال مصرف مقادیر زیاد یا طولانی مدت به منظور جلوگیری از بروز حمله‌واجهشی آنژین ناشی از قطع مصرف‌دارو، مقدار مصرف باید بتدریج کاهش‌داده شود.

۴ ـ در صورت بروز تاری دید یا خشکی‌دهان یا تشدید آن مصرف دارو باید قطع‌شود.

عوارض جانبی سردرد کوبنده برافروختگی سرگیجه و کمی فشارخون‌وضعیتی با مصرف این دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌نیتروگلیسرین با فرآورده‌های حاوی الکل داروهای پایین آورنده فشارخون یاداروهای گشاد کننده عروق ممکن است کمی فشارخون ناشی از اثرات‌نیتروگلیسرین را تشدید کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قرص معمولی وپیوسته رهش نیتروگلیسرین باید همراه بایک لیوان آب و با معده خالی مصرف شود.

۲ ـ قرص جویدنی باید بخوبی جویده شده‌و به مدت تقریب ?۲ دقیقه در دهان باقی‌بماند.

۳ ـ هنگام استفاده از قرص زیرزبانی تازمانی که قرص حل نشده باشد، از خوردن‌یا نوشیدن باید خودداری شود.

۴ ـ هنگام استفاده از پماد نیتروگلیسرین پیش از مصرف پوست باید تمیز شود. درهر بار مصرف پماد باید بر روی سطح‌بدون مو مالیده شده و گسترده شود. پس‌از گسترده شدن دارو را نباید روی پوست‌ماساژ داد.

۵ ـ از جویدن و خرد کردن قرص پیوسته‌رهش باید خودداری کرد.

۶ ـ با بروز اولین علائم حمله آنژین بایدنشست و از قرص زیرزبانی استفاده نمودو در صورت بروز سرگیجه یا از حال رفتن‌باید احتیاط کرد. اثر قرصها معمولا طی ۵دقیقه ظاهر می‌شود.

۷ ـ قرص معمولی پیوسته رهش همچنین‌فرآورده‌های موضعی نیتروگلیسرین ازبروز حمله آنژین صدری جلوگیری‌می‌نمایند و سبب رفع درد ناشی از حمله‌نمی‌شوند.

۸ ـ قرص‌های زیرزبانی نیتروگلیسیرین‌نباید در معرض هوا قرار گیرند، زیرا ممکن‌است اثر آنها کاهش یابد.

۹ ـ به هنگام برخاستن از حالت خوابیده یانشسته باید احتیاط نمود.

۱۰ ـ به هنگام ایستادن به مدت طولانی یافعالیت بدنی و همچنین در آب و هوای گرم‌باید احتیاط نمود.

۱۱ ـ سردرد، عارضه معمولی نیتراتها است‌که با ادامه درمان کاهش می‌یابد. درصورت تداوم یا تشدید سردرد، مراجعه به‌پزشک ضروری است

۱۲ ـ اگر یک نوبت مصرف دارو فراموش‌شود، به محض بیادآوردن آن نوبت بایدمصرف شود، ولی اگر تا نوبت بعدی

۲ ساعت (قرص معمولی زیرزبانی و پماد)یا ۶ ساعت (قرص پیوسته رهش فاصله‌باشد، از مصرف آن باید خودداری

نمود.

مقدار مصرف

قرص پیوسته رهش

بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژین صدری ۱/۳، ۲/۶ یا ۶/۵ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت‌مصرف می‌شود. در صورت نیاز و تحمل‌بیمار، می‌توان مقدار توصیه شده را هر ۸ساعت مصرف نمود.

قرص زیرزبانی

بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژین صدری ۰/۶ ـ ۰/۱۵ میلی‌گرم مصرف می‌شود که‌در صورت نیاز برای دفع حملات آنژین هر ۵ دقیقه تکرار می‌شود.

پماد

بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژین مقدار

۳۰ ـ ۱۵ میلی‌گرم هر ۸ ساعت طی روز وهنگام خواب بر روی پوست مالیده‌می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان به‌عنوان ضد آنژین پایین‌آورنده فشارخون یا کاهش دهنده بار قلب ابتدا با سرعت ۵ mcg/min انفوزیون‌می‌شود. سپس مقدار مصرف با اضافه‌کردن ۵ mcg/min هر ۵ ـ ۳ دقیقه افزایش‌می‌یابد تا اثر مطلوب بدست آید یا اینکه‌سرعت انفوزیون به ۲۰ mcg/min برسد.در صورت عدم حصول پاسخ مطلوب می‌توان مقدار مصرف را با اضافه کردن ۱۰ mcg/min در همان فواصل زمانی بالا،افزایش داد. در صورت نیاز، می‌توان هر

۵ ـ ۳ دقیقه سرعت انفوزیون را به

۲۰ mcg/min افزایش داد تـا اثر مطلوب‌بـدست آیـد. در صورت مشاهـده بروز اثرنسبی بایـد با رعایت احتیاط، از سـرعت‌افزایش مقدار انفوزیون کم کرده و فواصل‌انفوزیون را طولانی نمود تا پاسخ مطلوب‌حاصل شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵ mg/ml, ۱ mg / ml

Ointment : ۲٪

Retard Tablet: ۲.۶ mg, ۶.۴ mg

Sublingual Tablet : ۰.۴ mg

NITROPRUSSIDE SODIUM

موارد مصـرف نیتروپروسایـد در درمان‌نارسـایی احتقانی قلب کاهش فوری‌فشارخون در بیماران مبتلا به بحران‌زیادی فشارخون و به منظور کاهش‌خونریزی در ناحیه تحت عمل جراحی‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: نیتروپروساید با اثر مسـتقیم‌بر روی عضـلات صاف وریدی و شریانی باعث گشاد شدن عروق می‌شود. این داروبر روی قـدرت انقباضـی عضـله قلب اثرنـدارد و فقـط به میزان نـاچیزی توزیع‌نـاحیه‌ای جریان خون را تحت تاثیر قرارمی‌دهـد. نیتروپروساید مقاومت محیطی وبرون ده قلب را نیز کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر نیتروپروسایـد درحـدود ۲ دقیقه می‌باشـد. اثر دارو به‌عنوان‌کاهنـده فشارخون ۲ ـ ۱ دقیقه پس ازانفوزیـون شروع می‌شود. زمان لازم برای‌رسیـدن به اوج اثر کاهنـده فشارخون تقریب?فوری است و طول اثر دارو پس از قطع‌انفوزیون ۱۰ ـ ۱ دقیقه می‌باشد.نیتروپروساید از طریق کلیه دفع می‌باشد.این دارو در گویچه‌های قرمز به سـیانیدمتابولیزه شده و سیانید حاصل در کبد به‌تیوسیانات تبدیل می‌شود.

مـوارد منع مصـرف ایـن دارو در عیـب شدیـدکار کبـد، کمبـود ویتـامین B۱۲ و زیادی‌فشـارخون جـبرانی و آتروفی Leber's opticنباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

کم کـاری تیروئیـد، عیب شدیـد کـار کلیه بیماری ایسـکمیک قلب اختلال در گردش‌خون مغزی بیماران سالخورده آنسـفالوپاتی یا سایر حالاتی که منجر به‌افزایش فشار داخل جمجمه می‌شوند وعیب کار کبد.

۲ ـ اندازه گیری فشارخون و غلظت سیانیدپلاسما در طول مصرف این دارو ضروری‌است

۳ ـ طـول دوره درمـان بـا این دارو نبایـد از۷۲ ساعت تجاوز کنـد (مصـرف دارو بایـدطی ۳۰ ـ ۱۰ دقیقه قطع شود تـا از بروززیـادی واجهشی فشارخون جلوگیری‌شود).

۴ ـ به منظور جلوگیری از نشت دارو به‌بافتهـای اطراف محل تزریق تزریق داروبایـد با احتیاط صورت گیرد، زیرا ممکن‌است موجب تحریک بافت شود.

۵ ـ اگر مصـرف نیتروپروساید به میزان۰/۰۱ mg/kg/min به مدت ۱۰ دقیقه‌فشارخون را به میزان کافی کاهش ندهد،قطع مصرف دارو توصیه می‌شود.

۶ ـ توصـیه می‌شود همزمان با مصـرف‌نیتروپروساید، از داروهای خوراکی پایین‌آورنـده فشارخون نیز اسـتفاده شود و به‌محض تثبیت وضـعیت بیمـار، مصـرف‌نیتروپروساید قطع گردد. در صورت‌مصرف سـایر داروهـای کاهنـده فشـارخون کـاهش مقـدار مصـرف

نیتروپروسایدضروری است

عوارض جانبی سردرد، سرگیجه تهوع درد شکم تعریق پرش عضلانی تشویش‌و اضطراب احساس ناراحتی در پشت‌جناغ سینه و درد شدید معده که با کاهش‌بسیار سریع فشار خون بروز می کنند،گزارش شده است عوارض ناشی ازافزایش بیش از حد غلظت پلاسمایی سیانیدشامل تاکی کاردی تعریق آریتمی

تنفس بیش از حد و اسیدوز متابولیک‌می‌باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای بیهوش کننده‌ممکن است اثر کاهنده فشارخون‌نیتروپروساید را افزایش دهند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باید فقط از طریق‌انفوزیون وریدی با استفاده از پمپ‌انفوزیون (ترجیح ?پمپ حجمی مصرف‌شود.

۲ ـ برای تهیه محلول نیتروپروساید،محتوی یک ویال ۵۰ میلی گرمی را باید در۲/۳ میلی لیتر محلول تزریقی دکستروز ۵درصد حل نموده و سپس آن را با

۱۰۰۰ ـ ۲۵۰ میلی لیتر محلول دکستروز ۵درصد برای حصول به غلظت مطلوب رقیق‌نمود. به منظور محافظت از نور، ظرف‌محتوی محلول دارو باید بوسیله کاغذآلومینیومی یا سایر مواد مقاوم به عبورنور پوشانده شود.

۳ ـ از اضافه کردن هر گونه ماده دیگر به‌محلول تزریقی نیتروپروساید بایدخودداری شود.

مقدار مصرف به‌عنوان کاهنده فشارخون‌در بزرگسالان و کودکان ابتدا۰/۳ mcg/kg/min انفوزیون وریدی‌می‌شود و سپس بر حسب پاسخ بیمار، هرچند دقیقه مقدار مصرف تنظیم می‌شود.مقدار مصرف معمول دارو ۳ mcg/kg/minاست بیشینه مقدار مصرف بزرگسالان تا۱۰ mcg/kg/min برای حداکثر ۱۰ دقیقه یامقدار تام ۳/۵ mg/kg می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection : ۵۰ mg

PRAZOSIN

موارد مصرف پرازوسین در درمان زیادی‌فشارخون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پرازوسین یک داروی‌مسدودکننده گیرنده آلفا ـ آدرنرژیک پس‌سیناپسی است که موجب انبساط عروق وکاهش مقاومت محیطی می‌شود، ولی‌به‌طور کلی اثر کمی بر روی برون ده قلبی‌دارد. این دارو در نارسایی احتقانی قلب باکاهش مقاومت سیستمیک کاهش پیش بارو پس بار و در نتیجه بهبود برون ده قلب‌عمل می‌نماید.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارش‌بخوبی جذب می‌شود. متابولیسم این آن‌احتمالا کبدی است نیمه عمر دارو ۳ ـ ۲ساعت است که در نارسایی احتقانی قلب ممکن است به بیش از دو برابر برسد. اثرکاهنده فشارخون پس از یک نوبت مصرف‌دارو، طی دو ساعت و در نارسایی احتقانی‌قلب خیلی سریع ظاهر می‌شود. زمان لازم‌برای رسیدن به اوج غلظت این دارو ۳ ـ ۱ساعت است زمان لازم برای رسیدن به‌اوج اثر کاهنده فشارخون پس از مصرف‌مقدار واحد ۴ ـ ۲ ساعت است در نارسایی‌احتقانی قلب این زمان یکساعت است این‌دارو عمدت ?از طریق صفرا و مدفوع دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف پرازوسین در نارسایی‌قلب ناشی از انسداد مکانیکی (از جمله تنگی‌آئورت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در سالخوردگان وبیماران مبتلا به بیماریهای شدید قلبی بایدبا احتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ اولین مقدار مصرف دارو، ممکن است‌سبب کلاپس ناشی از کاهش فشار خون‌شود.

۳ ـ در طول درمان نارسایی احتقانی قلب ممکن است نسبت به اثر پرازوسین تحمل‌ایجاد شود.

۴ ـ اندازه گیری فشارخون در فواصل منظم‌طی مصرف دارو، ضرورت دارد.

۵ـ مقدار مصرف دارو باید براساس

پاسخ فشار خون و نیاز هر بیمار تنظیم‌شود.

عوارض جانبی کمی فشارخون در حالت‌ایستاده ناشی از اولین مقدار مصرف ۳۰دقیقه تا ۲ ساعت پس از مصرف ایجاد شده‌و ممکن است شدید باشد. سرگیجه یامنگی بخصوص هنگام برخاستن از حالت‌خوابیده یا نشسته درد قفسه سینه از حال‌رفتن ناگهانی ضربان نامنظم قلب تنگی‌نفس ورم پا یا قسمت تحتانی ساق پا وافزایش وزن با مصرف دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی اثر کاهنده فشارخون‌پرازوسین ممکن است در صورت مصرف‌همزمان با داروهای ضد درد و ضد التهاب‌غیر استروئیدی بخصوص ایندومتاسین استروژن‌ها یا داروهای مقلد سمپاتیک‌کاهش یابد. مصرف همزمان پرازوسین بادوپامین ممکن است موجب خنثی شدن اثردوپامین در ایجاد انقباض عروق محیطی‌شود. مصرف همزمان افدرین با این داروممکن است موجب کاهش اثر افدرین درافزایش فشارخون شود.

نکات قابل توصیه

۱ـ دارو باید حتی در مواقعی که احساس‌بهبودی می‌شود، مصرف گردد.

۲ـ این دارو زیادی فشار خون را درمان‌نمی‌کند، بلکه آن را کنترل می‌کند. مصرف‌دارو ممکن است برای تمام عمر ضروری‌باشد.

۳ـ هنگام برخاستن از حالت خوابیده یانشسته باید احتیاط شود.

۴ـ در صورت بروز سرگیجه یا منگی‌به‌ویژه پس از مصرف مقدار شروع دارو،باید احتیاط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در درمان زیادی فشارخون مقدار شروع ۱ـ ۰/۵ میلی‌گرم دو یا سه باردر روز است مقدار نگهدارنده بر حسب‌نیاز بیمار و بتدریج تنظیم می‌شود (معمولا۱۵ mg/day ـ ۶ در دو یا سه مقدار منقسم .کودکان با سن کمتر از ۷ سال ابتدا ۰/۲۵میلی‌گرم دو یا سه بار در روز مصرف‌می‌شود. این مقدار بر حسب پاسخ بیمارتنظیم می‌شود. در کودکان ۱۲ ـ ۷ سال ابتدا ۰/۵ میلی‌گرم دو یا سه بار در روزمصرف می‌شود که بر حسب پاسخ بیمارتنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۱ mg, ۵ mg

PROCAINAMIDE HCl

موارد مصرف پروکائین آمید در درمان وکنترل آریتمی بطنی به‌ویژه پس ازانفارکتوس قلبی و همچنین تاکی کاردی‌دهلیزی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو اثر مستقیم بر روی‌قلب دارد و موجب کاهش تحریک‌پذیری سرعت هدایت خودکاری و پاسخ دهی‌غشاء همراه طولانی شدن دوره‌تحریک‌ناپذیری می‌شود. مقادیر مصرف‌بیشتر دارو، ممکن است موجب ایجادانسداد دهلیزی ـ بطنی شود.

فارماکوکینتیک جذب دارو پس از تزریق‌عضلانی سریع و متابولیسم دارو کبدی‌است در حدود ۲۵ درصد از یک مقدارمصرف به متابولیت فعال تبدیل می‌شود.نیمه عمر دارو در حدود ۴/۵ ـ ۲/۵ ساعت ونیمه عمر متابولیت آن در حدود ۶ ساعت‌است زمان لازم برای رسیدن به اوج اثر، ازراه طریق عضلانی ۶۰ ـ ۱۵ دقیقه و از راه‌وریدی فوری است دفع دارو از راه کلیه‌می‌باشد و سرعت دفع متابولیت آن کندتراست

موارد منع مصرف این دارو در مواردانسداد کامل قلب نارسایی قلب کمی‌فشارخون و لوپوس اریتماتوز سیستمیک‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:
بلوک دهلیزی ـ بطنی انسداد شاخه‌ای ازدسته هیس مسمومیت با دیژیتال نارسایی احتقانی قلب عیب کار کلیه میاستنی گراو و تاکی کاردی بطنی
۲ـ تزریق وریدی را باید تنها برای بیماران‌بستری در بیمارستان به‌کار رود تا امکان‌پیگیری وضعیت بیمار وجود داشته باشد.
۳ـ از آنجا که ممکن است در طول تجویزوریدی این دارو کمی فشارخون به سرعت‌بروز کند، توصیه می‌شود که حتم ?فشارخون بیمار به دقت و به‌طور مداوم کنترل‌شود.
۴ـ سرعت تزریق وریدی این دارو، نباید از ۵۰ mg/min تجاوز کند.
عوارض جانبی تهوع اسهال بثورات‌جلدی تب ضعف عضله قلب نارسایی‌قلب سندرم شبه لوپوس اریتماتوز،آگرانولوسیتوز پس از درمان طولانی‌مدت پسیکوز و آنژیوادم با مصرف این‌دارو گزارش شده است
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با سایر داروهای ضد آریتمی ممکن‌است سبب بروز اثرات تجمعی هر دو برروی قلب شود. مصرف همزمان داروهای‌کاهنده فشار خون با پروکائین آمید ممکن‌است سبب تجمع اثر کاهنده فشارخون هردو دارو شود. پروکائین آمید به علت دارابودن اثر مسدود کننده عصبی ـ عضلانی ویا ضد موسکارینی ثانویه ممکن است اثرداروهای ضد میاستنی را بر روی عضلات‌اسکلتی خنثی نماید. مصرف همزمان‌پروکائین آمید با داروهای مسدود کننده‌عصبی ـ عضلانی ممکن است موجب‌طولانی شدن یا تشدید اثر این داروها شود.
نکات قابل توصیه ۱ـ مصرف این دارو ازراه عضلانی فقط در مواردی که امکان‌تزریق وریدی وجود ندارد، توصیه‌می‌شود.
مقدار مصرف
بزرگسالان از راه عضلانی ۱۰۰۰ ـ ۵۰۰میلی‌گرم هر ۸ ـ ۴ ساعت تزریق می‌شود. ازراه وریدی ابتدا ۱۰۰ میلی‌گرم (که برای‌تسهیل کنترل مقدار مصرف در مقدارمناسب از محلول تزریقی دکستروز ۵درصد رقیق می‌شود) به آهستگی و به‌طورمستقیم تزریق می‌شود. سپس این مقدارهر ۵ دقیقه تکرار می‌گردد تا آریتمی کنترل‌شود یا مقدار مصرف تام به یک گرم برسد.از راه انفوزیون وریدی ۶۰۰ ـ ۵۰۰میلی‌گرم به‌صورت رقیق شده و با سرعت‌ثابت طی ۳۰ ـ ۲۵ دقیقه تجویز می‌شود.به‌عنوان مقدار نگهدارنده برای حفظ وکنترل آریتمی مقدار ۶ mg/min ـ ۲ پس ازرقیق نمودن انفوزیون وریدی می‌شود.
اشکال دارویی
Injection : ۱۰۰۰mg/۱۰ml

PROPAFENONE HCI

موارد مصرف پروپافنون در آریتمی‌های‌بطنی تاکی آریتمی‌های گهگیر فوق بطنی فلوتر یا فیبریلاسیون گهگیر دهلیزی وتاکی کاردی‌های گهگیر، در صورتیکه‌درمان استاندارد بی‌اثر باشد یا منع‌مصرف داشته باشد، استفاده می‌شود.
مکانیسم اثر: این دارو با مسدود کردن‌کانالهای سدیمی فعال موجب کاهش‌خودکاری قلب شده و هدایت وتحریک‌پذیری را مهار می‌کند. همچنین‌طول دوره تحریک ناپذیری را طولانی‌می‌کند. این دارو دارای اثر ضعیف مسددگیرنده بتا آدرنرژیک و مسدد کانالهای‌کلسیم نیز می‌باشد.
فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب در کبد متابولیزه و از کلیه‌دفع می‌شود. متابولیسم گذر اول کبدی آن گسترده و نیمه عمر آن ۵ ساعت است
موارد منع مصرف در نارسایی احتقانی کنترل نشده قلب شوک کاردیوژنیک مگر این‌که ناشی از آریتمی باشد)،برادیکاردی

شدید، اختلالات الکترولیتی کنترل نشده بیماری انسدادی شدیدراههای هوایی کاهش شدید فشارخون میاستنی گراو، نقص عملکرد گره سینوسی ـ دهلیزی اختلالات بافت هدایتی ـ دهلیزی بلوک گره دهلیزی ـ بطنی درجه دو یابیشتر و بلوک شاخه‌های هیس نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر بااحتیاط فراوان تجویز شود:

نارسایی قلب نارسایی کبدی یا کلیوی سالمندان و بیمارانی که دارای ضربان‌ساز الکتریکی هستند، بیماری‌های‌انسدادی راههای هوایی

۲ ـ از آنجایی که پروپافنون دارای اثرمسدد گیرنده‌های بتا آدرنرژیک می‌باشد،در بیماری انسدادی راههای هوایی باید بااحتیاط بسیار زیاد تجویز شود و درصورتی که انسداد راههای هوایی شدیدباشد، نباید مصرف شود.

عوارض جانبی یبوست تاری دید، خشکی‌دهان گیجی تهوع استفراغ خستگی مزه‌فلزی و تلخ اسهال سردرد، واکنش‌های‌آلرژیک پوستی افت فشارخون وضعیتی کاهش ضربان قلب بلوک سینوسی ـدهلیزی بطنی و داخل بطنی و اثرات‌آریتمی‌زایی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی سایمتیدین و کینیدین‌غلظت پلاسمایی این دارو را افزایش‌می‌دهند. مصرف همزمان پروپافنون باسایر داروهای ضد آریتمی تضعیف قلب راافزایش می‌دهد. ریفامپین با کاهش غلظت‌پلاسمایی پروپافنون موجب کاهش اثرات‌آن می‌گردد. پروپافنون با افزایش غلظت‌پلاسمایی وارفارین موجب افزایش اثرات‌آن می‌گردد. مصرف توام پروپافنون باداروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای خطربروز آریتمی را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان پروپافنون با ترفنادین خطرآریتمی بطنی را افزایش می‌دهد. پروپافنون‌موجب افزایش غلظت پلاسمایی‌پروپرانولول دیگوکسین و تئوفیلین‌می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجایی که مصرف‌توام پروپافنون با دیگوکسین موجب‌افزایش غلظت پلاسمایی دیگوکسین‌می‌گردد، باید در صورت مصرف همزمان‌این دو، مقدار مصرف دیگوکسین را کاهش‌داد.

۲ ـ این دارو باید پس از غذا مصرف

شود.

۳ ـ در موقع تجویز این دارو، ECG وفشارخون بیمار باید کنترل شود.

۴ ـ اگر با تجویز این دارو فاصله QRSبیشتر از ۲۰٪ افزایش یابد، باید مقدارمصرف دارو کاهش یافته یا مصرف آن‌متوقف شود تا اینکه ECG به حد طبیعی‌برگردد.

مقدار مصرف در ابتدا ۱۵۰ میلی‌گرم

۳ بار در روز مصرف می‌شود. در صورت‌نیاز با فاصله‌های حداقل ۳ روز،

مقدار مصرف به ۳۰۰ میلی‌گرم ۲ بار

در روز افزایش می‌یابد. حداکثر

مقدار مصرف ۳۰۰ میلی‌گرم ۳ بار در

روز می‌باشد. در بیماران با وزن کمتر

از ۷۰ کیلوگرم مقدار دارو باید کاهش

یابد.

اشکال دارویی

Tablet : ۱۵۰mg, ۳۰۰ mg

RESERPINE

موارد مصرف رزرپین در کنترل زیادی‌فشار خون به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با اثر بر انتهای‌اعصاب سمپاتیک پس عقده‌ای ذخایر کاتکول آمین‌ها و سروتونین بافتها ودستگاه عصبی مرکزی را تخلیه می‌نماید.به‌نظر می‌رسد که اثر پایین آورنده‌فشارخون رزرپین ناشی از کاهش بازده‌قلب و احتمالا تا حدی کاهش مقاومت‌محیطی باشد.

فارماکوکینتیک رزرپین بخوبی از مجرای‌گوارش جذب می‌شود. متابولیسم رزرپین کبدی است نیمه عمر اولیه دارو ۴/۵ ساعت‌و نیمه عمر نهایی ۱۶۸ ـ ۴۵ ساعت است اثرکاهنده فشارخون این دارو، پس از چندروز تا ۳ هفته (با مصرف مقادیر متعدد) واثر تخلیه کاتکول آمین طی یکساعت (بامصرف مقدار واحد) شروع می‌شود. طول‌اثر کاهنده فشار خون دارو، ۶ ـ ۱ هفته‌است بیش از ۶۰ درصد دارو، عمدت?به‌صورت تغییر نیافته طی ۴ روز از طریق‌مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر

باید با احتیاط مصرف شود:

سنگهای صفراوی قرحه گوارشی کولیت‌اولسراتیو، افسردگی یا سابقه ابتلای به آنو بیمارانی که تحت درمان با شوك‌الکتریکی هستند یا بیماران ناتوان

عوارض جانبی آریتمی مدفوع تیره رنگ استفراغ خونی کرامپ معده یا درد، برادی‌کاردی درد سینه خواب آلودگی یا غش سردرد، کاهش میل جنسی ضعف افسردگی عدم توانایی در تمرکز،عصبانیت یا اضطراب تنگی نفس کابوس‌یا بیخوابی سحرگاهی بی‌اشتهایی اسهال خشکی دهان احتقان بینی و خیز پابا مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای مهار کننده مونوآمینواکسیداز ازجمله فورازولیدون و پروکاربازین بارزرپین ممکن است منجر به تشدید ضعف‌سیستم اعصاب مرکزی شود. در صورتی‌که رزرپین به رژیم درمانی داروهای مهارکننده مونوآمینواکسیداز اضافه شود،ممکن است زیادی فشارخون متوسط تاشدید و تب شدید تا سطوح بحرانی بروزنماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروحتی در صورت احساس بهبودی بایدادامه یابد.

۲ ـ این دارو افزایش فشارخون را درمان‌نمی‌کند بلکه آن را کنترل می‌نماید. از اینرومصرف آن ممکن است تا آخر عمرضروری باشد.

۳ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک بدون تجویزپزشك باید خود داری شود.

۴ ـ در صورت نیاز به انجام هر گونه‌جراحی (از جمله دندانپزشکی یا درمان‌اضطراری باید پزشك را از مصرف دارومطلع ساخت

۵ ـ در صورت بروز افسردگی یا تغییر درعادت خواب مراجعه به پزشك ضروری‌است

۶ ـ از مصرف سایر داروهای مضعف‌سیستم اعصاب مرکزی هم زمان‌بارزرپین باید خودداری شود.

۷ ـ هنگام رانندگی یا انجام کارهایی که نیازبه هوشیاری دارند، باید احتیاط نمود، زیرااین دارو سبب ایجاد خواب آلودگی وسرگیجه می‌شود.

۸ ـ با ظهور اولین علایم افسردگی شدید،بیخوابی سحرگاهی کاهش اشتها یاناتوانی جنسی توصیه می‌شود مصرف‌دارو قطع شود.

۹ ـ توصیه می‌شود مصرف رزرپین دوهفته قبل از درمان با شوك الکتریکی قطع‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان کاهنده فشارخون۰/۲۵ mg/day ـ ۰/۱ در ۱ یا ۲ مقدار منقسم‌مصرف می‌شود.

کودکان به‌عنوان کاهنده فشارخون۰/۰۲ mg/kg/day ـ ۰/۰۰۵ در ۱ یا ۲ مقدارمنقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۰.۱ mg

BENZOCAINE

موارد مصرف بنزوکائین برای تسکین‌اختلالات خفیف پوستی نظیر آفتاب‌سوختگی بریدگیهای جزئی سوختگیها،خراشیدگیها و یا سایر زخمهای جزئی نیش یا گزش حشرات و تماس با پیچک‌سمی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: بنزوکائین مانند سایربی‌حس‌کننده‌های موضعی با تثبیت‌برگشت‌پذیر غشاء سلولهای عصبی و درنتیجه کاهش نفوذپذیری آن به یون سدیم شروع و هدایت امواج عصبی را متوقف‌می‌کند.

فارماکوکینتیک در میان بی‌حس‌کننده‌های‌موضعی بنزوکائین حداقل جذب پوستی رادارد. این دارو توسط کولین استرازپلاسما و همچنین در کبد متابولیزه شده واز راه کلیه‌ها دفع می‌گردد. مدت اثر آن ۳۰-۴۵ دقیقه می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ بنزوکائین در شیرخواران‌باید با احتیاط مصرف شود، زیرا افزایش‌جذب پوستی ناشی از مصرف بیش از حداین دارو ممکن است منجر به بروزمتهموگلوبینمی گردد.

۲ ـ ممکن است افرادی که به PABA

حساس هستند به این دارو نیز حساس‌باشند.

عوارض جانبی احتمال بروز حساسیت بابنزوکائین بیشتر از سایربی‌حس‌کننده‌های موضعی می‌باشد.عوارض جانبی دارو شامل سمیت ناشی ازجذب سریع و وسیع از موضع ناسازگاری فردی حساسیت مفرط و یاکاهش تحمل بیمار نسبت به دارو، می‌باشد.

تداخل‌های دارویی مهارکننده‌های کولین‌استراز ممکن است متابولیسم بنزوکائین رابه‌تأخیر بیاندازند. بنزوکائین ممکن است بافعالیت ضدمیکروبی سولفونامیدها مقابله‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از مصرف این دارودر نواحی وسیعی از پوست و یا مخاط(بویژه نواحی آسیب دیده خودداری‌شود.

۲ ـ احتیاط لازم برای ممانعت از ورود داروبه داخل چشم‌ها معمول گردد.

مقدار مصرف به‌مقدار لازم سه تا چهار باردر روز روی موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۵٪

BENZOYL PEROXIDE

موارد مصرف بنزوئیل پراکسید برای‌درمان موضعی آکنه ولگاریس خفیف تامتوسط و همچنین عفونتهای قارچی‌پوست به‌ویژه تینه‌آ پدیس به‌کار می‌رود.در آکنه شدید این دارو را می‌توان به‌عنوان‌درمان کمکی همراه با آنتی‌بیوتیکها،فرآورده‌های اسید رتینوئیک وفرآورده‌های حاوی گوگرد ـ اسیدسالیسیلیک به‌کار برد.

مکانیسم اثر: بنزوئیل پراکسید به آهستگی‌اکسیژن فعال آزاد می‌کند و اثر ضدباکتری‌آن به همین دلیل می‌باشد. به‌علاوه این‌دارو تا حدی دارای اثر کراتولیتیک است که‌موجب از بین رفتن جوش چرکی وهمچنین خشک و پوسته پوسته شدن‌پوست می‌شود. بنزوئیل پراکسید موجب‌بهبودی ضایعات التهابی و غیر التهابی‌آکنه نیز می‌گردد.

فارماکوکینتیک دارو از پوست جذب شده ودر پوست به اسید بنزوئیک متابولیزه‌می‌شود. در حدود ۵ درصد از داروی‌متابولیزه شده

به‌طور سیستمیک جذب وبدون تغییر از راه ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد التهاب حاد یابرهنگی پوست باید با احتیاط مصرف‌شود.

۲ ـ از تماس دارو با چشم‌ها، دهان وغشاهای مخاطی باید خودداری شود.

۳ ـ بنزوئیل پراکسید ممکن است به‌عنوان‌یک Tumor promoter عمل نماید.

۴ ـ ایمنی مصرف و کارآیی دارو درکودکان کمتر از ۱۲ سال سن ثابت نشده‌است

عوارض جانبی بنزوئیل پراکسید ندرت?ممکن است باعث درماتیت تماسی آلرژیک سوزش خارش تاول زدن قرمزی شدیدیا تورم پوست ، تحریک دردناک پوست وبثورات پوستی شود. در صورت مصرف‌بیش از حد علا‌یمی همچون سوزش خارش پوسته پوسته شدن قرمزی یاتورم پوست ممکن است مشاهده شوند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌صابونهای ساینده طبی یا پاک‌کننده

سایر فرآورده‌های موضعی ضدجوش ترکیبات موضعی حاوی الکل همچون‌لوسیون‌های بعد از اصلاح داروهای‌قابض لوازم آرایشی و زیبایی معطر،صابونهایی با اثر خشک‌کننده قوی ایزوترتینوئین عوامل پوسته‌ریز موضعی‌همچون رزورسینول گوگرد، اسیدسالیسیلیک با بنزوئیل پراکسید می‌تواندموجب اثر تجمعی تحریکی یا خشک‌کننده‌آنها شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو روی نواحی‌آسیب دیده یا تحریک شده پوست نبایداستعمال شود.

۲ ـ از تماس دارو با چشم‌ها، دهان و سایرغشاهای مخاطی و نواحی حساس گردن‌اجتناب شود.

۳ ـ از مصرف همزمان سایر فرآورده‌های‌ضدجوش یا پوسته‌ریز، بدون دستورپزشک خودداری شود.

۴ ـ این ترکیب ممکن است باعث از بین‌رفتن رنگ مو و یا پارچه‌های رنگی شود.

۵ ـ از مصرف هر داروی دیگر در موضع‌استعمال این دارو از یک ساعت قبل تا یک‌ساعت بعد اجتناب گردد.

۶ ـ دارو در محل مناسب و دور از دسترس کودکان نگهداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالا‌ن و کودکان با سن ۱۲ سال وبیشتر: روزانه ۱-۲ بار از ژل یا ۱-۴ بار ازلوسیون مصرف می‌شود. بهتر است‌درمان با فرآورده‌های ضعیف‌تر شروع‌شود. ضایعه معمولا‌ طی ۴-۶ هفته بهبودقابل توجهی می‌یابد.

اشکال دارویی

Lotion: ۱۰٪

Topical Gel: ۵٪, ۱۰٪

(BETAMETHASONE (Topical

موارد مصرف بتامتازون برای درمان‌علامتی اختلالات آلرژیک و یا التهابی‌پوست نظیر اگزما، انواع درماتیت لوپوس‌اریتماتوز، نیش حشرات پمفیگوئید وپمفیگوس به‌کار می‌رود.

فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکواستروئیدها عمدت ?در خود پوست‌صورت می‌گیرد، ولی متابولیسم پوستی‌این دارو نسبت به سایرکورتیکواستروئیدهای موضعی کمترمی‌باشد. به‌همین دلیل تجویز مکرر آن‌باعث تجمع دارو در پوست شده و می‌تواندبه طولانی شدن مدت اثر، تشدید عوارض‌جانبی و افزایش جذب سیستمیک دارومنجر شود. دارو دارای متابولیسم کبدی‌نیز می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو روی پوست‌کودکان باید با احتیاط صورت گیرد.

۲ ـ به‌دنبال مصرف این دارو ممکن است‌تست‌های بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ غده فوق‌کلیوی‌دچار اختلال شود.

عوارض جانبی به‌دلیل کم‌بودن متابولیسم‌بتامتازون در پوست امکان جذب‌سیستمیک آن زیاد می‌باشد و لذا بروزعوارضی نظیر سندرم کوشینگ افزایش‌قند خون وجود قند در ادرار و در درازمدت تضعیف محور هیپوتالاموس ـهیپوفیز ـ غده فوق کلیوی محتمل می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از به‌کار بردن‌پوشش و یا پانسمان روی ناحیه تحت‌درمان با بتامتازون خودداری شود.

۲ ـ در صورتی که با گذشت دو هفته‌عارضه‌ای که برای آن بتامتازون تجویزشده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد، حتم ?به‌پزشک اطلاع داده شود.

۳ ـ قبل از شیردهی از استعمال این داروروی بافت پستان خودداری شود.

۴ ـ از مصرف دارو در اطراف چشم‌هااجتناب شود.

۵ ـ شکل لوسیون دارو قبل از مصرف‌بخوبی تکان داده شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان ۱–۳ بار درروز و در کودکان تنها یک‌بار در روزاستفاده شود.

اشکال دارویی

Lotion (As Valerate): ۰.۱٪

Topical Cream (As Valerate): ۰.۱٪

Topical Ointment (As Valerate): ۰.۱٪

CALAMINE

موارد مصرف کالامین به‌عنوان قابض‌برای تسکین موضعی خارش درد والتهاب خفیف پوست ناشی از سم پیچک سم بلوط و سم سماق به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: اکسید روی و اکسید فریک‌موجود در فرآورده دارای اثر قابض برپوست می‌باشند. به‌علاوه باعث تسکین وبهبود پوست آسیب‌دیده نیز می‌شود.

عوارض جانبی التهاب خفیف پوست (اثرخشک‌کننده دارو) ممکن است با مصرف‌دارو بروز نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو فقط برای‌استفاده موضعی است و از مصرف آن دراطراف چشم‌ها و سایر بافتهای مخاطی‌مثل دهان بینی و نواحی تناسلی خودداری‌شود.

۲ ـ لوسیون قبل از مصرف به‌خوبی تکان‌داده شود و به‌وسیله یک پنبه در محل‌مالیده تا خشک شود.

۳ ـ به‌هنگام استفاده از کرم مقدار کافی ازآن باید روی پوست قرار گرفته و به آرامی‌مالش داده شود.

مقدار مصرف یک لایه نازک از فرآورده تاسه بار در روز روی ناحیه آسیب‌دیده‌مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ٪۸

Lotion : ٪۸

CAPSICUM

موارد مصرف کاپسیکوم برای درمان‌موقتی دردهای عصبی از قبیل دردهای‌متعاقب بیماری تبخال و نوروپاتی دیابتیک دردناک و دردهای ناشی ازاستئوآرتریت و آرتریت روماتوئید به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: کاپسیکوم یک نوروپپتید فعال‌است که ساخت ذخیره انتقال و آزاد شدن‌ماده P را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این دارو با تخلیه ماده P و ممانعت از تجمع‌مجدد آن در اعصاب حسی محیطی پوست‌و مفاصل را نسبت به درد غیرحساس‌می‌نماید.

موارد منع مصرف کاپسیکوم روی نواحی‌ترک خورده یا ملتهب پوست مگر تحت‌شرایط ویژه و در نوزادان و اطفال زیر دوسال مگر تحت نظر پزشک نباید مصرف‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از تماس دارو باچشم‌ها و نواحی ترک‌دار یا ملتهب پوست‌اجتناب گردد.

۲ ـ از استنشاق باقی‌مانده داروی خشک‌شده روی پوست خودداری شود.

۳ ـ در صورت بروز اشکال در تنفس یاورم فور ?به پزشک مراجعه گردد.

۴ ـ چنانچه پس از ۲۸ روز درمان وضعیت‌بدتر شد یا بهبود نیافت مصرف دارو قطع‌و به پزشک مراجعه شود.

۵ ـ دستها پس از استعمال دارو فور?شسته شوند، مگر آنکه خود آنها تحت‌درمان قرار گرفته‌باشند.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان بزرگتر از دو سال مقدار کافی از دارو ۳-۴ بار در روز درمحل مورد نظر مالیده شود.

اشکال دارویی

Plaster ۱۲ x ۱۸ cm: ۰.۰۲۵٪ capsaicin

CLOBETASOL PROPIONATE

موارد مصرف کلوبتازول در درمان‌علامتی اختلالات ناشی از آلرژی و یاالتهابی پوست نظیر اگزما، درماتیت‌ها،لوپوس اریتماتوز، نیش حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاءسلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و کمپلکس دارو ـ گیرنده واردهسته سلولی می‌شود. این کمپلکس بااتصال به نواحی خاصی از DNA موجب‌تحریک روند رونویسی mRNA و به‌دنبال‌آن ساخت آنزیم‌هایی می گردد که گمان‌می‌رود مسئول ایجاد اثرات ضدالتهابی‌می‌باشند.

فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکواستروئیدها عمدت ?در خود پوست‌صورت می گیرد. ولی متابولیسم پوستی‌این دارو نسبت به سایرکورتیکواستروئیدی موضعی کمترمی‌باشد. به همین دلیل تجویز مکرر آن‌باعث تجمع دارو در پوست شده و می‌تواندبه طولانی شدن مدت اثر، تشدید عوارض‌جانبی و افزایش جذب سیستمیک دارومنجر شود. این دارو دارای متابولیسم‌کبدی نیز می‌باشد.

موارد منع مصرف در شیرخواران کمتر ازیک سال پلاک‌های منتشر و گسترده‌پسوریازیس عفونتهای باکتریایی قارچی‌و یا ضایعات ویروسی پوستی و درمان‌نشده روزاسه و درماتیت‌های اطراف‌دهان و برای درمان آکنه نباید مصرف شود.

هشدارها: از مالیدن این دارو روی پوست‌کودکان تا حد امکان پرهیز شود.

عوارض جانبی بروز عوارض جانبی‌موضعی مانند تشدید عفونت‌های درمان‌نشده نازک شدن پوست درماتیت‌تماسی اختلالات التهابی در ناحیه صورت‌به‌ویژه در خانم‌ها و آکنه در محل کاربردفرآورده نیز گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ از مصرف‌خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲ ـ از به‌کاربردن پوشش و یا پانسمان‌روی ناحیه تحت درمان با کلوبتازول‌خودداری شود.

۳ ـ از تماس دارو با چشم‌ها جلوگیری‌شود.

۴ ـ در صورتی که با گذشت دو هفته‌عارضه‌ای که برای آن کلوبتازول تجویزشده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد، باید به‌پزشک

مراجعه شود.

۵ ـ قبل از شیردهی از استعمال دارو روی‌بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار کافی از کرم یا پماد۰/۰۵٪، ۳ ـ ۲ بار در روز و حداکثر تا ۴ هفته‌استفاده می‌شود. بیشینه مصرف دارو ۵۰گرم در هفته می‌باشد.

مصرف دارو در کودکان زیر ۱۲ سال سن‌توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۰۵٪

Topical Ointment: ۰.۰۵٪

COAL TAR

موارد مصرف کول‌تار برای درمان‌پسوریازیس و گهگاه اگزمای آتوپیک‌مزمن به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو هیپرپلازی پوست رادر برخی از اختلالات پرولیفراتیو کاهش‌می‌دهد.

موارد منع مصرف دارو در محل عفونت پسوریازیس چرک‌دار یا حاد و یا ناحیه‌بدون پوست نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ از تماس دارو با چشم‌ها،مخاط یا پوست صدمه دیده باید اجتناب‌شود.

۲ ـ مصرف دارو با متوکسالن سیستمیک یاموضعی توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی تحریک پوستی و ضایعات‌مشابه بثورات حساسیت به نور، رنگی‌شدن پوست مو و البسه گزارش‌شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای حساس‌کننده به نور از قبیل‌متوکسالن اسید نالیدیکسیک گریزئوفولوین فنوتیازین‌ها،سولفونامیدهای سیستمیک تتراسیکلین‌های سیستمیک و مدرهای‌تیازیدی با فرآورده‌های حاوی این داروممکن است موجب بروز اثرات تجمعی‌حساسیت به نور شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای استفاده ازشامپو، موی سر باید با آب گرم مرطوب‌شده با شامپو شسته و آبکشی گردد.شستشو با شامپو باید تکرار شده و پس ازپنج دقیقه موها به‌دقت آبکشی شود.

۲ ـ فرآورده‌های مایع حاوی این دارو رامی‌توان روی پوست خشک یا مرطوب‌به‌کار برد یا آنها را به‌مقدار لازم به آب‌نیم‌گرم وان حمام افزوده و استحمام کرد.در صورت مصرف مستقیم آن بر پوست‌باید مقدار کافی از دارو را روی موضع‌مورد نظر قرار داده و به آرامی مالش داد.

۳ ـ محلول دارو آتش‌گیر است و نباید درنزدیکی گرما یا شعله باز و یا هنگام سیگارکشیدن مصرف شود.

۴ ـ دارو ممکن است به‌طور موقت رنگ‌موهای بور، سفید یا رنگی را تغییر دهد.

۵ ـ به‌دلیل احتمال بروز واکنش حساسیت‌به نور، تا ۷۲ ساعت پس از مصرف دارونواحی تحت درمان نباید در معرض نورمستقیم خورشید قرار گیرند، مگر اینکه‌پزشک توصیه دیگری کرده باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان لوسیون ۲ تا ۵ درصد رامی‌توان ۲-۴ بار در روز به‌طور موضعی‌مصرف کرد یا اینکه آن را در آب نیم‌گرم‌وان حمام ریخته و استحمام کرد. شامپوی‌حاوی این دارو دوبار در هفته و یا مطابق‌دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Lotion: ۵٪

Shampoo: ۱٪

DEXPANTHENOL

موارد مصرف دکسپانتنول برای تسکین‌خارش و کمک به ترمیم پوست در مواردا‌گزماها و درماتوزهای خفیف و درمان‌خارش و تحریک ملایم پوست زخمهای‌سطحی گزیدگی و نیش حشرات پیچک‌سمی بلوط سمی و زخم قنداق نوزادان‌مصرف می‌شود. به‌علاوه از این داروبه‌عنوان نرم‌کننده و محافظ نواحی جراحی‌شده نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو یک آنالوگ ویتامین‌ب کمپلکس است و با تحریک‌اپی‌تلیزاسیون و گرانولاسیون در اگزماهاو درماتوزهای خفیف باعث تسریع بهبودزخم و تسکین خارش می‌شود.

فارماکوکینتیک در صورت جذب‌سیستمیک به‌سرعت به اسید پانتوتنیک‌متابولیزه می‌شود و اغلب به‌شکل کوآنزیمA انتشار می‌یابد. متابولیت‌های دارو عمدت?از طریق ادرار و بخشی نیز از راه مدفوع‌دفع می‌شوند.

هشدارها: در صورت بروز واکنشهای‌حساسیت مفرط، مصرف دارو باید قطع‌شود.

عوارض جانبی خارش لکه‌های قرمز،درماتیت و احساس سوزش پوست ممکن‌است بروز نمایند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو فقط برای‌استعمال خارجی است

۲ ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب شود.

مقدار مصرف برحسب نیاز روزانه ۱-۲بار یا بیشتر روی پوست مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۵٪

DITHRANOL

موارد مصرف دیترانول برای درمان‌موضعی پسوریازیس خاموش یا مزمن‌پوست و فرق سر مصرف می‌شود.مصرف دارو برای درمان طاسی موضعی‌نیز تحت بررسی می‌باشد.

مکانیسم اثر: این دارو با کاهش فعالیت‌سلولهای اپیدرم هیپرپلازی شده باعث‌برگردان سرعت تکثیر و کراتینیزه شدن‌این سلول‌ها به حد طبیعی می‌شود. بعلاوه‌دیترانول ساخت DNA را مهار می‌کند وممکن است آزاد شدن گونه‌های اکسیژن‌فعال را افزایش دهد، لذا روندهای متابولیک‌اکسیداتیو را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

فارماکوکینتیک دیترانول به میزان ناچیزی‌از طریق پوست جذب می‌شود و احتمالابشکل متابولیت (عمدتا دانترون از راه‌کلیه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بثورات‌حاد یا التهاب جلدی از جمله فولیکولیت وهمچنین نارسایی کلیوی با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ حتی المقدور از مصرف دارو برصورت نواحی تناسلی یا چین خورده‌بدن بدلیل احتمال بروز التهاب اجتناب گردد.

عوارض جانبی بثورات جلدی ناشی ازحساسیت مفرط، قرمزی و یا سایرتحریکات پوستی از عوارض جانبی دارومی‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌دیترانول با سایر داروهای حساس کننده‌پوست به نور ممکن است موجب حساسیت‌اضافی پوست نسبت به نور شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو بیشتر از مقدارتوصیه شده مصرف نشود.

۲ ـ از تماس دارو با چشمها و سایرغشاهای مخاطی اجتناب گردد.

۳ ـ قبل از استفاده دارو روی سر، موهابه‌خوبی شسته و خشک شوند.

۴ ـ قبل از مصرف دارو، با مالیدن وازلین‌روی پوست سالم اطراف موضع می‌تواناز تحریک آن نواحی ممانعت کرد.

۵ ـ این دارو ممکن است به‌طور موقت‌موجب رنگی شدن پوست موها، لباسها ووسایل مورد استفاده گردد. در صورت‌لزوم استفاده از دستکش و کلاه پلاستیکی‌توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای درمان پسوریازیس‌مقدار کافی از دارو یک‌بار در روز (ترجیح?شبها) روی پوست مالیده و صبح روز بعدشسته می‌شود. همچنین در روش درمانی‌تماس کوتاه دارو یک بار روی پوست‌مالیده شده و پس از ۱۰-۳۰ دقیقه شسته‌می‌شود. برای درمان طاسی موضعی مقدار کافی از دارو یک بار در روز روی‌موضع مالیده می‌شود.

کودکان سلامت و کارآیی مصرف دارواثبات نشده است

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۲۵٪

FIBRINOLYSIN

موارد مصرف فیبرینولیزین به منظور پاک‌کردن اجسام خارجی و بافتهای مرده اززخم‌های ناشی از جراحی ضایعات‌زخم‌دار و سوختگی‌های درجه ۲ و ۳ بکارمی‌رود. در ضمن از طریق تجویز داخل‌مهبلی در درمان التهاب گردن رحم والتهاب مهبل نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این ترکیب مخلوطی از ۲ آنزیم‌است تجویز توام این دو آنزیم به صورت‌موضعی موجب تجزیه پروتئین‌های‌حاصل از فعالیت آنزیمی باکتری‌ها و درنتیجه رقیق شدن چرک و نیز حل شدن‌لخته خون یا تجزیه فیبرین در محل ضایعه‌می گردد. بدین ترتیب برداشت و زدودن‌بافتهای مرده از سطح پوست یا حفرات‌مشخصی از بدن با سهولت بیشتری‌صورت می گیرد.

موارد منع مصرف در صورت وجودبیماری ترومبوآمبولیک نباید مصرف‌شود.

هشدارها: برخی از افراد ممکن است‌واکنش‌های حساسیت مفرط به دارو نشان‌دهند.

عوارض جانبی مصرف مقادیر بالای این‌ترکیب ممکن است ایجاد پرخونی موضعی‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای افزایش کارآیی‌دارو، ابتدا ضایعات خشکیده زخم وبافتهای مرده را کاملا برداشته و سپس‌پماد مستقیما روی زخم قرار داده شود.

۲ ـ در هر بار تجویز، شستشوی ترشحات ومواد زائد با یک محلول ضد عفونی کننده مثل‌آب اکسیژنه محلول نمکی نرمال یا آب گرم قبل از استفاده از پماد، توصیه می‌شود.

۳ ـ بهتر است پس از مالیدن یک لایه نازک‌از پماد روی زخم موضع پوشانیده شود.

مقدار مصرف حداقل روزی یک بار،ترجیحا ۳ ـ ۲ بار در روز، روی موضع‌مالیده می‌شود. این عمل تا بهبودی ضایعه‌ادامه می‌یابد.

اشکال دارویی

Topical Ointment : (Fibrinolysin ۳۰ IU +Desoxyribonuclease ۲۰,۰۰۰ IU) / ۳۰ g

FLUOCINOLONE ACETONIDE

موارد مصرف فلوئوسینولون در درمان‌علامتی اختلالات آلرژیک و یا التهابی‌پوست نظیر اگزما، انواع درماتیت لوپوس اریتماتوز، پسوریازیس نیش‌حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس بکارمی‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاءسلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و کمپلکس دارو ـ گیرنده واردهسته سلولی می‌شود. این کمپلکس بااتصال به نواحی خاصی از DNA موجب‌تحریک روند رونویسی mRNA و بدنبال‌آن ساخت آنزیم‌هایی می گردد که گمان‌می‌رود مسئول ایجاد اثرات ضد التهابی‌میباشند.

فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکو استروئیدها عمدتا در خود پوست صورت‌می گیرد. ولی متابولیسم پوستی این دارونسبت به سایر کورتیکواستروئیدهای‌پوستی کمتر بوده و بهمین دلیل امکان‌جذب سیستمیک این دارو نسبتا بیشترمی‌باشد. دارو دارای متابولیسم کبدی نیزمی‌باشد.

موارد منع مصرف در بیماری روزاسه وحالات التهابی زخم‌دار و یا خارش دار ونیز درمان آکنه نباید مصرف شود.

هشدارها: از مالیدن این دارو روی پوست‌کودکان تا حد امکان پرهیز شود.

عوارض جانبی بدلیل کم بودن متابولیسم‌پوستی فلوئوسینولون و امکان جذب‌سیستمیک قابل توجه عوارضی نظیرسندرم کوشینگ افزایش قند خون و وجودقند در ادرار و در دراز مدت تضعیف محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ فوق کلیه محتمل‌می‌باشد. بروز عوارض جانبی موضعی‌مانند تشدید عفونت‌های درمان نشده نازک شدن پوست درماتیت تماسی اختلالات التهابی در ناحیه صورت بویژه‌در خانم‌ها و آکنه در محل کاربرد فرآورده‌نیز گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ از مصرف خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲ ـ از بکار بردن پوشش و یا پانسمان روی‌ناحیه تحت درمان با فلوئوسینولون‌خودداری شود.

۳ ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب

شود.

۴ ـ در صورتی که با گذشت دو هفته‌عارضه‌ای که برای آن فلوئوسینولون‌تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا

بدتر شد، باید به پزشک مراجعه

شود.

۵ ـ قبل از شیردهی از استفاده این داروروی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان از کرم یا پماد ۰/۰۲۵٪فلوئوسینولون ۲ تا ۴ بار در روز استفاده‌می‌شود.

کودکان دارو تنها یک بار در روز استفاده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۰۲۵ ٪

Topical Ointment: ۰.۰۲۵ ٪

HYDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف هیدروکورتیزون در درمان‌علامتی اختلالات ناشی از آلرژی و یاالتهابی پوست نظیر اگزما، درماتیت‌ها،لوپوس

اریتماتوز، نیش حشرات پمفیگوئید و پمفیگوس بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاءسلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و کمپلکس دارو ـ گیرنده واردهسته سلولی می‌شود. این کمپلکس بااتصال به نواحی خاصی از DNA موجب‌تحریک روند رونویسی mRAN و بدنبال‌آن ساخت آنزیم‌هایی می گردد که گمان‌می‌رود مسئول ایجاد اثرات ضد التهابی‌می‌باشند.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو عمدتادر خود پوست صورت می گیرد. بدنبال‌جذب سیستمیک در کبد نیز متابولیزه‌می‌شود. نیمه عمر هیدروکورتیزون آزادحدود ۲ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در بیماری روز آسه وحالات التهابی زخم‌دار و یا خارش دار ونیز درمان آکنه نباید مصرف شود.

هشدارها: در اختلالات التهابی پوست‌شیرخواران از قبیل التهاب ناشی از ادرارسوختگی احتیاط فراوان نموده و بیش از ۷ ـ ۵ روز مصرف نگردد.

عوارض جانبی در صورت جذب‌سیستمیک هیدروکورتیزون عوارضی‌نظیر سندرم کوشینگ افزایش قند خون وجود قند در ادرار و در دراز مدت تضعیف‌محور هیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ فوق کلیه‌محتمل می‌باشد.

بروز عوارض جانبی موضعی مانند تشدیدعفونت‌های درمان نشده نازک شدن‌پوست درماتیت تماسی اختلالات التهابی‌در ناحیه صورت بویژه در خانم‌ها و آکنه‌در محل کاربرد فرآورده نیز گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ از مصرف‌خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲ ـ از بکار بردن پوشش و یا پانسمان روی‌ناحیه تحت درمان با هیدروکورتیزون‌خودداری شود.

۳ ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب شود.

۴ ـ در صورتی که با گذشت دو هفته‌عارضه‌ای که برای آن هیدروکورتیزون‌تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد،به پزشک مراجعه شود.

۵ ـ قبل از شیردهی از استعمال این دارو‌روی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان از کرم یا پماد۱٪، ۱ تا ۴ بار در روز و در کودکان بالای

۲ سال ۱ تا ۲ بار در روز استفاده می‌شود.میزان مصرف این دارو در کودکان زیر

۲ سال تاکنون مشخص نشده است

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱٪

Topical Ointment: ۱٪

HYDROQUINONE

موارد مصرف هیدروکینون برای کاهش‌موقت زیادی رنگدانه پوست در مواردی‌مانند کک و مک کلوآسما و ملاسما،لنتیگوی دوران پیری و سایر حالات

زیادی ناخواسته رنگدانه ملانین مصرف‌می‌شود. بعلاوه از این دارو برای

کاهش زیادی رنگدانه پوست ناشی ازحساسیت به نور همراه با التهاب ناشی

از مصرف برخی از عطرها نیز استفاده‌می‌شود.

مکانیسم اثر: هیدروکینون با مهاراکسیداسیون آنزیمی تیروزین و تضعیف‌سایر روندهای متابولیکی ملانوسیت‌هاباعث مهار تشکیل

ملانین و موجب بی‌رنگ‌شدن پوست می گردد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف همزمان کرمهای‌محافظ در برابر نور خورشید با این

دارو ضروری می‌باشد زیرا حتی مقادیراندکی از نور خورشید نیز باعث باقی‌نگهداشتن فعالیت ملانوسیت‌ها می‌شود.لذا پوشانیدن ناحیه مورد نظر با لباس

یا سایر روش‌ها در طول درمان توصیه‌می‌شود.

۲ ـ این دارو نباید برای جلوگیری از آفتاب‌سوختگی مصرف شود.

۳ ـ در صورت بروز خارش تاول یا

التهاب شدید مصرف دارو توصیه‌نمی‌شود.

۴ ـ در صورت عدم مشاهده اثرروشن‌کنندگی رنگ پوست تا دو ماه مصرف دارو باید قطع گردد.

عوارض جانبی خشکی التهاب خفیف‌جلدی و حساس شدن پوست از جمله‌سوزش گزش و درماتیت تماسی بامصرف دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو برای مصرف‌خارجی است و از تماس آن با چشم‌هااجتناب شود.

۲ ـ محافظت در برابر نور خورشید ازضروریات درمان می‌باشد.

۳ ـ این دارو روی پوست ملتهب یا صدمه‌دیده نباید مصرف شود.

۴ ـ در صورت بروز تحریک یا بثورات‌جلدی مصرف دارو قطع و به پزشک اطلاع‌داده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از۱۲ سال لایه نازکی از کرم یا لوسیون‌دوبار در روز (صبح و شب بر ناحیه موردنظر مالیده می‌شود. پس از دستیابی به‌پاسخ مناسب مصرف دارو فقط برحسب‌نیاز و برای حفظ بی‌رنگی حاصل از درمان‌ادامه یابد.

اشکال دارویی

Topical Cream : ۲٪

ISOTRETINOIN

موارد مصرف ایزوترتینوئین رتینوئیدی‌است که برای درمان سیستمیک سیستیک‌نودولا و بثورات جلدی توده‌ای conglobate acne) و بثورات جلدی شدیدکه به دوره‌های کامل درمانی عوامل‌ضدمیکرب پاسخ نداده‌اند و همچنین برای‌درمان بثورات جلدی خانمها در دهه‌های‌سوم و چهارم زندگی که معمولا نسبت به‌درمان با آنتی‌بیوتیکها مقاوم می‌باشند،مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ایزوترتینوئین اندازه غده‌چربی را کاهش داده و فعالیت آنها را مهارمی‌کند و در نتیجه باعث کاهش ترشح‌سبوم می‌شود. به‌علاوه دارای اثرات ضدکراتینیزه‌ای و ضدالتهابی نیز می‌باشد.

فارماکوکینتیک دارو از مجرای گوارش‌به‌سرعت جذب می‌شود و در کبد و احتمالا دیواره روده متابولیزه می گردد. نیمه عمرایزوترتینوئین و متابولیت اصلی‌اش ۱۰-۲۰ ساعت است زمان لازم برای کسب‌حداکثر غلظت پلاسمایی حدود ۳ ساعت‌می‌باشد.

موارد منع مصرف دارو در دوران‌بارداری و شیردهی موارد نقص عملکردکبدی یا کلیوی افزایش ویتامین Aوافزایش چربی خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ دارو تراتوژن است و حداقل‌یک ماه قبل از شروع درمان طی درمان وتا حداقل یک ماه پس از درمان حاملگی‌نباید صورت گیرد.

۲ـ طی دوران درمان و حداقل تا یک ماه‌پس از پایان درمان از اهداء خون بایداجتناب شود.
۳ـ عملکرد کبدی و میزان چربی‌های‌پلاسما در ابتدا و یک ماه پس از شروع‌درمان و سپس هر سه‌ماه یک‌بار بایدارزیابی گردند.
۴ـ از مصرف تتراسیکلین مقادیر زیادویتامین A (بیشتر از ۴-۵ هزار واحد درروز) و کراتولیتیک‌ها طی دوره درمان بادارو باید خودداری شود.
۵ـ گلوگز خون در افراد دیابتیک و همچنین‌مبتلا به کراتیت (به‌ویژه در افراد مبتلا به‌سندرم چشم خشک باید ارزیابی شود.
عوارض جانبی ایزوترتینوئین ممکن است‌باعث بروز عوارض عدیده‌ای همچون‌سوزش خارش یا سایر علایم التهابی‌چشم خونریزی از بینی پوسته پوسته‌شدن سرخی سوزش درد و سایر علایم‌التهاب لبها، دپرسیون ذهنی عفونت‌پوستی و بثورات جلدی شود.
تداخل‌های دارویی ایزوترتینوئین احتمالاًغلظت پلاسمایی کاربامازپین را کاهش‌می‌دهد. مصرف همزمان ایزوترتینوئین وتتراسیکلین ممکن است احتمال بالا رفتن‌فشار خون داخل جمجمه‌ای را افزایش‌دهد.
نکات قابل توصیه ۱ـ در صورت احتمال‌حاملگی مصرف دارو باید قطع شده و به‌پزشک مراجعه شود.
۲ـ طی دوره درمان و تا حداقل ۳۰ روز پس‌از تکمیل آن از اهداء خون به بانک خون‌به‌دلیل خطر استفاده آن برای یک بیماربارداز باید اجتناب شود.
۳ـ از مصرف همزمان ویتامین A یا سایرمکمل‌های حاوی ویتامین A، مگر درصورت تجویز پزشک باید خودداری‌شود.
۴ـ در صورت کاهش ناگهانی بینایی درشب از رانندگی و کار با ماشین‌آلات و یاموارد مشابه باید خودداری کرده و به‌پزشک مراجعه گردد.
مقدار مصرف ابتدا مقدار ۵۰۰ mcg/kg درروز (در یک یا دو مقدار منقسم همراه باغذا به‌مدت ۴ هفته تجویز می‌شود. درصورت پاسخ مناسب مصرف دارو برای۸-۱۲ هفته ادامه می‌یابد. در صورت پاسخ‌ضعیف تجویز دارو تا حد ۱mg/kg/dayبرای ۸-۱۲ هفته ادامه می‌یابد. در صورت‌عدم تحمل مقدار مصرف دارو به ۲۰۰-۱۰۰ mcg/kg/day کاهش یابد.
اشکال دارویی
Capsule: ۲۰ mg

MENTHOL SALICYLATE

موارد مصرف منتول سالیسیلات برای‌تسکین موضعی دردهای عضلانی وروماتوئید، سیاتیک کمر درد، فیبروزیت سختی عضلات دردهای مداوم عضلانی رگ به رگ شدن کشیدگی و کوفتگی‌لیگامانها و تاندونها و کبودی‌ها مصرف‌می‌شود.
مکانیسم اثر: منتول در غلظت‌های کم‌به‌طور انتخابی باعث گشاد شدن عروق‌می‌شود که با ایجاد احساس سرما موجب‌بروز اثر ضد دردی می‌شود.سالیسیلات‌ها اثر ضد درد موضعی خودرا با متوقف کردن عامل تولید تکانه درداعمال می‌نمایند.
فارماکوکینتیک منتول سالیسیلات از طریق‌پوست جذب می‌شود.
موارد منع مصرف این دارو به‌صورت‌موضعی در کودکان با سن کمتر از چهارسال و نیز بر پوست ضایعه دیده یا تحریک‌شده نباید مصرف شود.
هشدارها: در صورت مصرف همزمان بااسید استیل سالیسیلیک یا سایرسالیسیلات‌ها، مقدار مصرف منتول‌سالیسیلات باید کاهش یابد.
عوارض جانبی به‌ندرت ممکن است‌واکنشهای حساسیت پوستی مشاهده‌شود. در صورت استعمال بر نواحی‌وسیعی از پوست عوارض سالیسیلات‌هامثل وزوز گوش تهوع و استفراغ ممکن‌است بروز نماید.

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌ترکیبات ضـدانعقاد با منتول سالیسیلات‌موضـعی ممکن است به تشدید اثرضدانعقادی (افزایش زمان پروترومبین منجر شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت تداوم‌علایم بیماری با وجود مصرف دارو، به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ بهتر است دارو بعد از استحمام با آب‌گرم استعمال شود.

۳ ـ دارو فقط روی پوست سالم مصرف‌شود.

۴ ـ از مصرف دارو در نزدیکی چشم‌ها وسایر نواحی حساس اجتناب گردد.

۵ ـ از نزدیک کردن دارو به آتش یا سطوح‌داغ (به‌دلیل قابلیت اشتعال اجتناب گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر ازشـش سال برای تسکین درد مقدار کافی ازپماد تا چهار بار در روز به آرامی روی‌موضع مالیده می‌شود. به‌عنوان‌ضـداحتقان حـدود دو سـانتی‌متر از پمـاد به‌آب داغ اضـافه و اسـتنشاق می‌شود و یـا قبل‌از خواب روی سـینه مالیـده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: Methyl Salicylate ۱۵٪ + Menthol ۱۰٪

METHOXSALEN

موارد مصـرف متوکسالن همراه با اشعه‌ماوراء بنفش A برای درمـان ویتیلیگو(تحرک رنگـدانه سازی ، افزایش مقاومت‌پوست به نور آفتاب طاسی موضعی التهابات پوستی اگزما و درمان‌پسوریازیس که به سایر درمانها پاسخ‌نمی‌دهد، به‌کار می‌رود.

مکـانیسم اثر: متوکسـالن همان‌طور که ازساخت DNA، تقسیم سـلولی و ساخت وتخریب سـلولهای اپیدرم ممانعت می‌کند،ممکن است باعث افزایش فعالیت تیروزینازدر سـلولهای سازنده ملانین شود. رنگدانه‌سازی موفقیت‌آمیز نیازمند حضورملانوسیت‌های فعال است

فارماکوکینتیک جذب متوکسالن از دستگاه‌گوارش خیلی متغیر است متوکسالن‌توسط اشعه ماوراء بنفش Aبا طول موج‌بلند (UVA) در محدوده طول موج ۳۲۰–۴۰۰ نانومتر (حـداکثر اثر در ۳۶۵نانومتر) فعال شـده و در کبد متابولیزه‌می‌شود. نیمه عمر متوکسالن ۱/۱ ساعت‌است و زمان لازم برای شـروع اثر آن دردرمان ویتیلیگو حداکثر تا شـش ماه دردرمان پسوریازیس تا ۳۰ بار مصرف‌دارو (۱۰ هفته یا بیشتر)، برای افزایش‌حساسـیت پوست به نور آفتاب تایک‌ساعت و برای برنزه کردن پوست چنـدروز می‌باشد. ۸۰–۹۰ درصد ایـن دارو طی‌هشـت سـاعت و ۹۵ درصــد آن طی ۲۴سـاعت به‌صورت متـابولیت از طریق کلیه‌هـاو ۴–۱۰ درصـد آن از راه مـدفوع دفع‌می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود زالی هیـدرآ، کاهش رنگـدانه‌سازی پوست بامنشأ عفونی لوپوس اریتماتوز حاد،پورفیری یا خشـکی پوست پیگمـانتوز، آب‌مرواریـد، سابقه ابتلای به سـرطان پوست مصـرف آرسـنیک یا درمان با داروهای‌سیتوتوکسـیک قطران زغال سنگ اشعه‌ایکس و UVB باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ مصـرف متوکسالن و UVA در انسان‌باعث افزایش خطر بروز سـرطان سلولهای‌سنگفرشـی پوست شده است این خطر دربیماران دارای عوامل مساعـد کننده از قبیل‌داشـتن پوست نازک یا حساسـیت مفرط،نور آفتاب سابقه ابتلای به سـرطان‌پوست قرار گرفتن در معرض اشـعه‌های‌یونیزه کننـده قرار گرفتن بیش از حـد درمعرض نور آفتـاب یا سابقه درمان با قطران‌زغال سـنگ و UVB به مدت

طولانی‌وآرسینک یا تماس موضعی با گاز خردل بیشتر می‌باشد.

۳ـ منافع مصرف دارو در برابر مخاطرات‌آن در موارد بیماری‌های زالی هیدره‌آ یالکودرما با منشأ عفونی لوپوس اریتماتوزحاد و پورفیریایی که با افزایش حساسیت‌به نور همراه می‌باشد، باید سنجیده شود.

عوارض جانبی بروز آب مروارید بامصرف دارو گزارش شده‌است اماچنانچه به‌هنگام قرار گرفتن در معرض نورآفتاب یا اشعه ماوراء بنفش تا مدت ۲۴ساعت بعد از مصرف از عینکهای آفتابی‌جاذب UVA استفاده شود، خطر بروز این‌بیماری خیلی کاهش می‌یابد. علائم مصرف‌بیش از حد دارو یا بیش از حد قرار گرفتن‌در معرض اشعه ماوراء بنفش شامل تاول‌زدن یا پوسته ریزی پوست قرمزی و زخم‌شدن پوست و ورم به‌ویژه در پا یا قسمت‌تحتانی ساق پا می‌باشد. عوارض شایعی‌مانند خارش پوست و تهوع نیز گزارش‌شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌سیستمیک یا موضعی متوکسالن با سایرداروهای حساس‌کننده به نور مانند قطران‌زغال سنگ یا مشتقات آن مدرهای‌تیازیدی گریزئوفولوین اسیدنالیدیکسیک فنوتیازین‌ها، سولفونامیدهاو تتراسیکلین‌ها می‌توانند باعث حساسیت‌بیشتر به نور شود. مصرف همزمان‌فنوتیازین‌ها با متوکسالن به‌صورت‌سیستمیک ممکن است باعث تشدید آسیب‌فتوشیمیایی به مشیمیه شبکیه و عدسی‌شود. مصرف همزمان متوکسالن با موادغذایی حاوی فوروکومارین مانند لیمو،انجیر، جعفری هویج فرنگی خردل هویج‌و کرفس به‌دلیل خطر بروز مسمومیت‌اضافی ناشی از نور توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ اثربخشی دارو ممکن‌است نیازمند ۶-۸ هفته زمان باشد، لذا نبایدمقدار دارو یا مدت قرار گرفتن در معرض‌اشعه را (به‌دلیل خطر بروز سوختگیهای‌وخیم افزایش داد.

۲ ـ چنانچه مصرف یک نوبت از داروفراموش یا به تأخیر افتاد، برای‌برنامه‌ریزی مجدد درمان با نور، باید به‌پزشک مراجعه شود.

۳ ـ از قرار دادن پوست در معرض آفتاب حتی از شیشه پنجره یا در روز ابری برای حداقل ۲۴ ساعت قبل از مصرف دارو و ۸ ساعت پس از درمان باید خودداری‌شود.

۴ ـ در طول روز (حتی در نور غیرمستقیم باید تا ۲۴ ساعت پس از مصرف دارو ازعینک آفتابی استفاده گردد و لبها تا ۱۵ساعت بعد از درمان با مواد محافظت‌کننده‌در برابر آفتاب پوشانیده شوند.

۵ ـ بهتر است دارو بر نواحی محدودی ازپوست استعمال شود و متعاقب قرار گرفتن‌در معرض آفتاب یا اشعه ماوراء بنفش ازروی پوست برداشته شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان و کودکان با سن بیشتر از۱۲ سال برای درمان ویتیلیگو مقدار ۳۰-۴۰ mg/day برای ۲-۳ بار در هفته ۲-۴ ساعت قبل از قرار گرفتن در معرض‌اشعه ماوراء بنفش مصرف می‌شود. بین‌دفعات مصرف دارو حداقل ۴۸ ساعت‌فاصله لازم است زمان اولیه قرارگرفتن‌در معرض آفتاب نباید از ده دقیقه برای‌پوستهای با رنگ روشن یا بیست دقیقه‌برای پوستهای گندم‌گون تجاوز نماید.ممکن است براساس میزان اریتم یاحساسیت پوست هر روز پنج دقیقه به این زمان افزوده شود.

در مورد نور مصنوعی زمان اولیه‌نباید از نصف مدت زمانی که در نتیجه قرارگرفتن در معرض آفتاب باعث بروز اریتم‌می‌گردد، تجاوز نماید و یا اینکه براساس‌حداقل مقدار سمیت نوری و دستورالعمل‌کارخانه سازنده دارو برای منابع خاصی‌از نور تنظیم شود. برای درمان‌پسوریازیس مقدار ۰/۶ mg/kg/day برای۲-۳ بار در هفته ۲-۳ ساعت قبل از قرارگرفتن در معرض نور براساس نوع پوست‌و پاسخ به درمان و همچنین برحسب‌دستورالعمل کارخانه سازنده دارو برای‌استفاده از منابع خاصی از نور تعیین‌می‌شود. دفعات استفاده از دارو را می‌توان‌به‌تدریج تا میزان لازم برای درمان‌نگهدارنده کاهش داد و مدت زمان قرارگرفتن در معرض

UVA را براساس پاسخ‌بیمار به دارو تنظیم کرد.

موضعی

بزرگسالان مقدار کمی از لوسیون روی‌ضایعات ویتیلیگو مالیده می‌شود. مدت ۱-۲ دقیقه صبر کرده تا خشک شود وسپس مصرف دارو تکرار می‌شود. این‌عمل ۲-۲/۵ ساعت قبل از قرار گرفتن درمعرض UVA انجام می‌شود. زمان اولیه‌قرار گرفتن در معرض آفتاب نباید از یک‌دقیقه تجاوز نماید و این زمان با احتیاطزیاد می گردد. در مورد نور مصنوعی زمان اولیه نباید از نصف مدت زمانی که درنتیجه تماس با آفتاب باعث بروز اریتم‌می‌شود، تجاوز کند و یا اینکه براساس‌حداقل مقدار سمیت نوری و دستورالعمل کارخانه سازنده برای منابع خاصی از نورتنظیم گردد. درمان پیشنهادی کارخانه‌سازنده هفته‌ای یکبار است معهذا برخی ازپزشکان درمان هر ۵ ـ ۳ روز را توصیه‌می‌نمایند.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

Topical Soultion: ۱٪

METHYL SALICYLATE

موارد مصرف متیل سالیسیلات برای‌تسکین موضعی دردهای عضلانی یامفاصل و از بین بردن التهاب موضعی‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سالیسیلات‌ها اثر ضد دردموضعی خود را با متوقف کردن عامل‌تولید تکانه درد اعمال می‌نمایند.

فارماکوکینتیک متیل سالیسیلات از راه‌پوست جذب می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ دارو به‌دلیل بوی مطبوع‌به‌طور شایعی به‌وسیله کودکان خورده‌شده‌است که این امر می‌تواند منجر به مرگ‌شود.

۲ ـ مصرف دارو در کودکان به‌دلیل خطربروز مسمومیت باید با احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی به‌ندرت ممکن است‌واکنشهای حساسیت پوستی مشاهده‌شود. در صورت استعمال بر نواحی وسیع‌از پوست عوارض سالیسیلات‌ها مثل‌وزوز گوش تهوع و استفراغ ممکن است‌بروز نماید.

تداخل دارویی مصرف همزمان داروهای‌ضدانعقاد با متیل سالیسیلات موضعی‌ممکن است به تشدید اثر ضدانعقادی افزایش زمان پروترومبین منجر شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت تداوم‌علایم بیماری با وجود مصرف دارو، به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ بهتر است دارو بعد از استحمام با آب‌گرم استعمال شود.

۳ ـ دارو فقط روی پوست سالم مصرف‌شود.

۴ ـ از مصرف دارو در نزدیکی چشم‌ها وسایر نواحی حساس اجتناب گردد.

مقدار مصرف برای تسکین درد مقدار کافی‌از پماد تا چهار بار در روز به آرامی روی‌موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۳۰٪

MICONAZOLE NITRATE

موارد مصرف مایکونازول در درمان‌کاندیدیاز جلدی و مهبلی ـ فرجی ناشی ازکاندیدا آلبیکنس و سایر گونه‌های کاندیدا،درمان کچلی بدن کشاله ران و پا ناشی ازتریکوفیتون روبروم تریکوفیتون‌منتاگروفیس و اپیدرموفیتون فلکوزوم درمان تینه‌آورسیکالر ناشی

از مالاسزیافورفور و درمان کچلی سر، ریش وپارونشیا مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: مایکونازول یک ایمیدازولمتوقف کننده رشد قارچ است که با توجه به‌غلظت ممکن است باعث مرگ قارچ نیزگردد. دارو بیوسنتز ارگوسترول یا سایراسترول‌ها را مهار می‌کند و باعث ایجادآسیب در غشاء سلولی قارچ و تغییرنفوذپذیری آن می‌شود. بعلاوه با مهارفعالیت آنزیم‌های اکسیداتیو و پراکسیداتیوباعث افزایش غلظت داخل سلولی پراکسیدهیدروژن تا حد سمی می‌شود که این امرممکن است به مرگ سلول کمک نماید. این‌دارو تبدیل بلاستوسپورها را به شکل‌میسلی مهاجم در کاندیدا آلبیکنس متوقف‌می‌کند.

فارماکوکینتیک مقادیر جزئی مایکونازولپس از استعمال داخل مهبلی به‌طورسیستمیک جذب می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت بروز حساسیت‌به دارو منافع مصرف در برابر مخاطرات‌آن سنجیده شود.

۲ ـ در سه ماهه دوم و سوم بارداری یک‌دوره درمانی یک هفته‌ای به جای‌درمان‌های کوتاه مدت‌تر توصیه می‌شود.

عوارض جانبی بثورات جلدی تاول سوزش و قرمزی یا سایر علائم تحریک‌پوست که قبل از مصرف موضعی‌مایکونازول وجود نداشته‌است از عوارض‌جانبی این دارو هستند.

مقدار مصرف مقدار مصرف کرم واژینال‌در بزرگسالان یک اپلیکاتور پر (۵ گرم هنگام خواب به مدت ۷-۱۴ روز است که درصورت نیاز دوره درمان تکرار می‌شود.کرم مایکونازول برای درمان کاندیدیازپوستی یا تیناکورپورس تیناکروریس یاتیناپدیس دو بار در روز صبح و عصر ودر درمان تینا ورسیکالر یک بار در روز به‌مدت ۱۰ روز مصرف می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان حتی درصورت بهبودی علایم بیماری کامل گردد.

۲ ـ چنانچه مصرف یک نوبت از داروفراموش گردید، دارو بمحض بیادآوردناستعمال گردد مگر آنکه تقریب ?زمان دوزبعدی فرا رسیده باشد.

۳ ـ اقدامات بهداشتی در طول درمان برای‌بهبودی عفونت و ممانعت از عود مجدد آن‌رعایت گردد.

۴ ـ به‌طور معمول درمان همسر بیمارضروری نیست مگر آنکه علایم موضعی‌خارش یا التهاب پوست نواحی تناسلی‌بروز نماید.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۲٪

Vaginal Cream: ۲٪

(MINOXIDIL (Topical

موارد مصرف مینوکسیدیل موضعی برای‌درمان طاسی مردانه آندروژنیک در مردانو زنان به‌کار می‌رود. احتمالا تأثیر این‌دارو در مردانی که بیشتر موهای قسمت‌جلوی سرشان ریخته است کمتر ازافرادی است که مبتلا به طاسی آندروژنیک‌سایر نواحی می‌باشند.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که این اثر داروبه‌واسطه افزایش جریان خون جلدی ناشی‌از گشادی عروق تحریک فولیکولهای مواز وضعیت استراحت به رشد فعال وتحریک سلولهای فولیکول مو باشد.

فارماکوکینتیک مقدار ناچیزی ازمینوکسیدیل موضعی از طریق پوست‌سالم جذب می‌شود. اثر دارو حداقل چهارماه پس از شروع درمان دو بار در روز باداروی ۲٪ شروع شده و طی یک‌سال به‌حداکثر می‌رسد. به‌نظر می‌رسد که ۳-۴ماه پس از قطع درمان موهای جدیدحاصل از درمان شروع به ریزش نمایند وپیشرفت ریزش مو مجدد ?از سر گرفته‌شود. تقریب ?۹۵٪ از دارویی که به‌طورسیستمیک جذب شده است طی چهار روزاز بدن دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بیماریهای‌قلبی ـ عروقی زیادی فشار خون التهاب یاجراحت پوست از قبیل پسوریازیس‌پوست سر یا

آفتاب سوختگی شدید داروباید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ فشار خون ضربان قلب و وزن بیماران‌تحت درمان با مینوکسیدیل موضعی راباید تحت نظر قرار داد.

۳ ـ مصرف مکرر مینوکسیدیل موضعی‌ممکن است منجر به جذب سیستمیک آن وبروز عوارض جانبی دارو شود.

عوارض جانبی بروز مشکلات نادری‌همچون واکنش آلرژیک (بثورات جلدی وورم صورت ، خارش تشدید طاسی سوختن پوست سر، سرگیجه اگزما،التهاب فولیکولها، سردرد، کاهش توانایی‌جنسی خستگی اختلالات بینایی و کاهش‌دقت بینایی با مصرف این دارو گزارش‌شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌مینوکسیدیل موضعی با فرآورده‌های‌حاوی کورتیکواستروئیدها، مشتقات

نفتی و یا رتینوئیدها ممکن است با

افزایش نفوذپذیری استراتوم کورنئوم‌باعث تشدید جذب جلدی دارو شود.مصرف همزمان مینوکسیدیل موضعی وسیستمیک به‌دلیل احتمال جذب سیستمیک‌داروی موضعی ممکن است خطر سمیت‌آن را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به‌دلیل خطر جذب‌سیستمیک دارو بیشتر از مقادیر و دفعات‌توصیه شده و یا بر سایر نقاط بدن‌استعمال نگردد.

۲ ـ از استعمال سایر فرآورده‌های پوستی‌بر نواحی تحت درمان با دارو اجتناب

شود.

۳ ـ از تماس دارو با چشم‌ها، بینی یا دهان‌خودداری گردد. در صورت تماس اتفاقی نواحی آلوده با مقادیر زیاد آب شستشوداده شوند.

۴ ـ دستهای آغشته به دارو بلافاصله پس‌از استعمال شستشو داده شوند. برای‌تسریع در خشک کردن موها از سشواراستفاده نگردد.

۵ ـ ریزش مو ممکن است تا دو هفته پس ازشروع درمان ادامه یابد.

مقدار مصرف

بزرگسالان تا سن ۶۵ سالگی بدون توجه‌به میزان نواحی بدون مو، یک

تا حداکثر دو میلی‌لیتر از محلول ۲٪

دو بار در روز بر فرق سر استعمال‌می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Solution: ۲۰ mg/ml

MUPIROCIN

موارد مصرف موپی‌روسین به‌صورت‌موضعی در درمان عفونت‌های مختلف‌پوست به‌ویژه عفونت‌های ناشی ازباکتری‌های گرم مثبت (از جمله‌استافیلوکوک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق مهاربیوسنتز پروتئین‌ها اثر می‌کند و بسته به‌غلظت ممکن است باکتریواستاتیک یاباکتریسید باشد.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی ازموپی‌روسین پس از مصرف موضعی‌جذب سیستمیک می‌شود که به‌سرعت‌متابولیزه می‌شود.

نکات قابل توصیه به‌دلیل احتمال بروزمقاومت میکروبی به دارو، مصرف آن به‌مدت طولانی (بیش از ۱۰ روز) یا دربیمارستانها توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف به مقدار لازم ۳ بار در روز تاحداکثر ۱۰ روز در موضع مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۲٪

NITROFURAZONE

موارد مصرف نیتروفورازون به‌صورت‌موضعی در سوختگیها، زخمها وعفونتهای پوستی و نیز برای آماده ساختن‌موضع برای پیوند پوست مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو یک مشتق‌نیتروفوران با طیف اثر ضدمیکروبی گسترده است اما اثر ناچیزی برپسودوموناس آئروژینوزا دارد.

هشدارها: ۱ ـ مصرف نیتروفورازون ممکن‌است موجب بروز عفونت ثانویه ناشی ازمیکروارگانیسم‌های غیرحساس به‌ویژه‌پسودوموناس آئروژینوزا و قارچها شود.در صورت بروز عفونت ثانویه مصرف‌این دارو باید قطع شود و درمان مناسب‌دیگری جایگزین گردد.

۲ ـ این دارو در بیماران مبتلا به کمبود G۶PDباید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی حساس شدن پوست وبروز واکنش‌های آلرژیک با مصرف این‌دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه در صورت تحریک‌موضعی ناشی از مصرف دارو یا بدترشدن عفونت باید به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف مقدار کافی از کرم روی‌موضع مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۲٪

PABA

موارد مصرف پابا به‌عنوان محافظت‌کننده‌پوست در مقابل نور خورشید مصرف‌می‌شود.

عوارض جانبی با مصرف این دارو ممکن‌است درماتیت تماسی بروز کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزتحریک یا بثورات جلدی از مصرف داروباید خودداری شود.

۲ ـ از تماس دارو با چشم‌ها خودداری‌شود.

۳ ـ این دارو ممکن است باعث تغییر رنگ‌لباس‌ها شود.

مقدار مصرف مقدار کافی از دارو

روی مناطقی از پوست که در معرض

آفتاب قرار دارد مالیده می‌شود. مصرف‌دارو باید هر دو ساعت یک‌بار یا بعد

از شنا کردن یا تعریق بیش از حد تکرارشود.

اشکال دارویی

Lotion: ۵٪

(POTASSIUM PARA AMINOBENZOATE (PABA–K

موارد مصرف پتاسیم پابا در در درمان‌انواع اختلالات همراه با فیبروز وسیع ازقبیل اسکلرودرما، درماتومیوزیت مورفئا،پمفیگوس و بیماری پیرونی (Peyrony)مصرف شده‌است

فارماکوکینتیک بهبود فیبروز معمولا طی‌سه ماه اول درمان بروز می‌نماید.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود دیابت‌ملیتوس یا کاهش قندخون و یا عیب کارکلیه‌ها باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ غلظت گلوکز خون به‌ویژه نزد بیمارانی که بهر دلیل غذای کافی نمی‌خورند (تهوع یاکاهش اشتها) با مصرف دارو ممکن است کاهش یابد.

۳ ـ تعداد گویچه‌های سفید خون با

مصرف این دارو ممکن است موقت ?کاهش‌یابد.

عوارض جانبی کاهش اشتها و تهوع ازعوارض شایع مصرف این دارو هستند.

تداخلهای دارویی مصرف همزمان این‌دارو با آمینوسالیسیلات‌ها یاسولفونامیدها ممکن است اثر ضدمیکربی‌آنها را مهار نماید. زیرا باکتریهای‌بیماری‌زا، پتاسیم آمینوبنزوآت را بهتر ازسولفونامیدها و آمینوسالیسیلات‌ها جذب‌می کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش‌ناراحتیهای گوارشی دارو با غذا مصرف‌شود و در صورت تداوم مشکلات گوارشی به پزشک مراجعه گردد.

۲ ـ مصرف هر یک از دفعات دارو با یک‌لیوان آب یا شیر، ناراحتی‌های گوارشی رابه حداقل می‌رساند.

۳ ـ پودر یا قرص دارو قبل از مصرف درآب یا آب میوه حل شده و میل گردد.

۴ ـ مصرف دارو بدون تغذیه مناسب طی‌روزهای متوالی ممکن است به کاهش قندخون منجر شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان روزانه مقدار ۱۲ گرم معمولادر ۴-۶ مقدار منقسم با غذا تجویزمی گردد.

کودکان روزانه ۲۲۰ mg/kg معمولا در۴-۶ مقدار منقسم با غذا مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

PYRITHIONE ZINC

موارد مصرف پیریتیون برای کنترل شوره‌و درماتیت سبوره‌ای پوست سر مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اثرات ضد میتوزباعث کاهش ساخت و ساز سلول‌های‌اپی‌تلیال می‌شود. پیریتیون همچنین اثرات‌ضد قارچ و ضد باکتری نیز دارد.

عوارض جانبی حساسیت پوست ازعوارض جانبی دارو است

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو باید حداقل ۲بار در هفته مصرف شود.

۲ ـ قبل از مصرف شامپو باید موها راخوب خیساند و بعد از مصرف نیز بخوبی‌آبکشی کرد.

۳ ـ از تماس دارو با چشم‌ها باید اجتناب‌شود.

مقدار مصرف پوست سر دو بار در هفته بامقدار کافی از شامپو شسته می‌شود.

اشکال دارویی

Shampoo: ۲٪

SALICYLIC ACID

موارد مصرف اسید سالیسیلیک برای‌درمان موضعی اختلالات هیپرکراتوتیک‌پوست عفونتهای قارچی پوست بویژه‌تینه‌آ و آکنه

ولگاریس التهابات سبوره‌ای‌پوست سر و همچنین درمان پسوریازیس‌بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اسید سالیسیلیک از طریق حل‌کردن ماده چسباننده بین سلولی که‌پوسته‌ها را در لایه شاخی به هم متصل‌می‌کند پوسته ریزی را تسریع و در نتیجه‌باعث سست شدن کراتین می‌شود. این اثرکراتولیتیک دارو ممکن است باعث یک اثرضد قارچی نیز شود. اسید سالیسیلیک‌دارای اثر ضد عفونی کننده خفیف نیزمی‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود دیابت یابیماری عروق محیطی التهاب تحریک یاعفونت پوست باید با احتیاط فراوان تجویزشود.

۲ ـ از استعمال دارو روی پوست برهنه یاملتهب اجتناب گردد.

۳ ـ در صورت درمان نواحی وسیعی ازبدن با دارو، خطر بروز مسمومیت باسالیسیلاتها وجود دارد.

۴ ـ از مصرف دارو در بارداری و کودکان‌زیر ۵ سال سن اجتناب شود.

عوارض جانبی تحریکات متوسط تا شدیدپوست که قبل از درمان وجود نداشته‌اند وزخم یا سائیدگی پوست بویژه متعاقب‌مصرف فرآورده‌های حاوی غلظت بالایی‌از اسیدسالیسیلیک و واکنش‌های‌حساسیت بیش از حد از عوارض این داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌صابونهای ساینده طبی یا پاک کننده سایرترکیبات موضعی ضد آکنه ترکیبات‌حاوی الکل صابون‌ها با اثر خشک کنندگی‌قوی ایزوترتینوئین ترکیبات حاوی‌عوامل پوسته ریز موضعی مثل بنزوئیل‌پراکسید، رزورسینول سولفور یاترتینوئین با اسید سالیسیلیک ممکن است‌موجب بروز اثر تجمعی تحریکی یا خشک‌کننده شده و پوست را بیش از حد تحریک‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از تماس دارو باچشم‌ها و سایر غشاهای مخاطی بایداجتناب گردد. در صورت تماس فوراموضع به مدت ۱۵ دقیقه با آب شستشوداده شود.

۲ ـ در صورت تماس دستها با فرآورده دستها بلافاصله باید شسته شوند مگراینکه تحت درمان باشند.

۳ ـ دارو روی صورت نواحی تناسلی بینی یا زگیل دهانی زگیلهای

مودار و خالهای مادرزادی بکار برده‌نشود.

مقدار مصرف به عنوان سوزاننده وکراتولیتیک موضعی هر روز یا یک روزدر میان محلول ۱۲-۵۰٪ روی پوست‌استعمال می‌شود. برای درمان زگیل‌هامحلول موضعی ۲۷ـ۵٪ یک یا دو بار درروز روی پوست بکار می‌رود. برای درمان‌میخچه‌ها و پینه‌ها محلول موضعی۲۷ـ۱۲٪ یک یا دو بار در روز روی پوست‌استعمال می‌شود. برای درمان موضعی‌آکنه محلول موضعی ۰/۵-۲٪ تا حد سه باردر روز روی پوست بکار می‌رود.

اشکال دارویی

Topical Solution : Salicylic Acid ۱۶.۷٪+ Lactic Acid ۱۶.۷٪ + Collodion qs to۱۰۰٪

SELENIUM SULFIDE

موارد مصرف سولفید سلنیوم برای درمان‌شوره یا درماتیت سبوره‌ای پوست سر وهمچنین تینه‌آورسیکالر بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو ممکن است از طریق‌اثر ضد میتوزی عمل نماید و موجب کاهش‌فرآیند ساخت و تکثیر سلولهای اپیدرم‌گردد. بعلاوه سولفید سلنیوم دارای

اثرات تحریک کنندگی موضعی ضدباکتریایی و ضد قارچی خفیف نیز می‌باشدکه ممکن است در اثر بخشی آن مشارکت‌کند.

هشدارها: در صورت وجود التهاب یااگزودای حاد پوست (احتمال افزایش‌جذب باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خشکی یا چرب شدن غیرمعمول مو یا پوست سر، از عوارض شایع‌این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت وجودتاول جراحات یا زخم بهبود نیافته روی‌پوست سر، از مصرف دارو اجتناب شود.
۲ ـ از تماس دارو با چشم‌ها خودداری گردد. در صورت تماس اتفاقی چشم‌ها باآب شسته شوند.
۳ ـ قبل از استعمال دارو لازم است موها وپوست سر با آب نیم گرم خیس شوند وسپس مقدار کافی از شامپو روی سرمالیده تا کف نماید. پس از ۳ ـ ۲ دقیقه موهاآبکشی شده و مجدد ?شامپو مصرف گردد.
۴ ـ برای کاهش احتمال تغییر رنگ موها،لازم است پس از استعمال شامپو آنها رابخوبی آبکشی نمود.
مقدار مصرف برای درمان شوره یادرماتیت سبوره‌ای پوست سر، لوسیون ۱یا ۲/۵٪ دو بار در هفته بمدت دو هفته وسپس بصورت کمتر یک بار در یک یا دوهفته یا بیشتر تکرار می‌شود. برای درمان‌تینه‌آورسیکالر، مقدار کافی از لوسیون ۱٪روزانه یک بار بمدت چند روز بر بدن (بجزصورت و نواحی تناسلی استعمال و پس‌از ده دقیقه با آب شسته می‌شود.
اشکال دارویی
Shampoo (Lotion): ۱٪, ۲.۵٪

SILVER SULFADIAZINE

موارد مصرف سولفادیازین نقره برای‌پیشگیری و درمان عفونت زخمهای‌سوختگی به‌کار می‌رود. به‌علاوه به‌عنوان‌داروی کمکی برای درمان کوتاه مدت‌عفونت زخمهای پا، پیشگیری از عفونت‌محل برداشت پوست در پیوند پوست وسائیدگی وسیع پوست و درمان زخمهای‌سرانگشت نیز مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: این دارو بر بسیاری ازارگانیسم‌های گرم منفی و گرم مثبت دارای‌اثر باکتریسیدی می‌باشد. از نظر مکانیسم‌متفاوت از سدیم سولفادیازین یا نیترات‌نقره بوده و فقط بر غشاء دیواره سلول اثرمی‌کند. به‌علاوه در برابر مخمرها وکاندیدا آلبیکانس نیز فعال است
فارماکوکینتیک جذب سولفادیازین نقره‌متفاوت بوده و به درصد سطح بدن که‌دارو روی آن قرار گرفته و شدت صدمه‌بافت وابسته است
هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود نقص‌عملکرد کبدی و کلیوی و کمبود G۶PD بایدبا احتیاط مصرف شود.
۲ ـ در صورت بروز واکنش‌های آلرژیک مصرف دارو باید قطع گردد.
۳ ـ احتمال بروز حساسیت متقاطع باسولفونامیدها باید در نظر گرفته شود.
۴ ـ مصرف دارو در نوزادان تا سن یک ماهگی به‌دلیل خطر بروز کرنیکتروس توصیه نمی‌شود.
۵ ـ درمان سطوح وسیع پوست با داروممکن است منجر به کسب غلظت‌های‌درمانی دارو در پلاسما و احتمال بروزعوارض جانبی یا تداخلات دارویی باسولفونامیدها گردد.
عوارض جانبی با مصرف دارو واکنش‌های‌آلرژیک شامل سوزش خارش و بثورات‌جلدی مشاهده شده‌است متعاقب مصرف‌طولانی مدت دارو بد رنگ شدن پوست ومخاط ناشی از نقره گزارش شده‌است بعلاوه با مصرف دارو لوکوپنی نیز ممکن‌است بروز نماید که باید کنترل شود.
نکات قابل توصیه دوره درمان با این
دارو باید کامل گردد تا سوختگی بهبودیافته یا بیمار برای پیوند پوست آماده‌شود.
مقدار مصرف با استفاده از دستکش‌جراحی یک لایه نازک ۱/۵ میلی‌متری ازدارو یک یا دو بار در روز روی ناحیه‌سوخته که نسوج مرده و زائد آن برداشته‌و تمیز شده‌است مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱۰ mg/g

TOLNAFTATE

موارد مصرف تولنفات برای درمان کچلی‌سر، بدن کشاله ران دست‌ها و پاها ناشی‌از گونه‌های تریکوفیتون میکروسپوروم واپیدرموفیتون به‌کار می‌رود. به‌علاوه ازاین دارو برای درمان تینه‌آورسیکالر ناشی‌از مالاسزیافورفور نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: احتمالا با ایجاد تغییر شکل دررشته‌های میسلیوم موجب توقف رشدمیسلیوم در قارچهای حساس می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو در کودکان‌کوچکتر از دو سال توصیه نمی‌شود.

۲ ـ در صورت بروز التهاب آلرژی یاحساسیت بیش از حد در طول درمان مصرف دارو باید قطع گردد.

عوارض جانبی عوارضی همچون التهاب خارش و درماتیت تماسی پوست وهمچنین حساسیت بیش از حد پوستی بامصرف این دارو گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ از تماس دارو باچشم‌ها خودداری گردد.

۲ ـ قبل از مصرف دارو، موضع تحت‌درمان باید به خوبی شسته و خشک شود.

۳ ـ در صورت عدم مشاهده نشانه‌ای ازپیشرفت درمان طی چهار هفته باید به‌پزشک مراجعه شود.

۴ ـ مصرف دارو در بیماران با سن کمتر از۱۲ سال باید تحت نظر بالغین انجام شود.

مقدار مصرف دارو معمولا دو بار در روزبرای مدت حداقل ۴ – ۲ هفته مصرف‌می‌شود. با وجود این ممکن است ادامه‌درمان برای ۶-۴ هفته به‌ویژه اگر پوست‌ضخیم شده‌باشد، ضروری باشد. برای‌کاهش احتمال عود مجدد بیماری درمان باتولنفات باید تا دو هفته پس از برطرف‌شدن علایم ادامه یابد.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۱٪

Topical Soultion: ۱٪

TRETINOIN

موارد مصرف ترتینوئین برای درمان‌موضعی آکنه ولگاریس به‌کار می‌رود.به‌علاوه از این دارو گهگاه در درمان‌اختلالات کراتین‌سازی (پسوریازیس ایکتیوز لایه‌ای و کراتوز فولیکولی وزگیل‌های صاف نیز استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: ترتینوئین فرم اسیدی‌ویتامین A است که احتمالا با افزایش میتوزسلولی اپیدرم و سرعت ساخت و تجزیه‌آن باعث ایجاد یک لایه شاخی سست‌می‌شود که به سادگی قابل کندن است این‌عمل برداشت کومدون موجود را تسهیل‌نموده و احتمالا ساخت کومدون جدید رانیز مهار می‌نماید. ترتینوئین از ساخت‌کراتین نیز ممانعت به‌عمل می‌آورد.

فارماکوکینتیک مقدار کمی از دارو از راه‌پوست جذب و در ادرار ترشح می‌شود.جذب دارو به‌دنبال استعمال آن در نواحی‌وسیعی از سطح بدن یا مصرف طولانی‌مدت در درماتوزهای گسترده مزمن ایکتیوز) افزایش می‌یابد.

موارد منع مصرف این دارو در حاملگی اگزما، پوست برهنه یا آفتاب سوخته وسابقه شخصی یا خانوادگی اپیتلیومای‌جلدی نباید مصرف شود.

هشدارها: قرمزی و کنده شدن پوست‌ممکن است کتعاقب چند روز استعمال داروبروز نماید که البته با گذشت زمان

فروکش می‌نماید.

عوارض جانبی تحریکات پوستی اریتم جدا شدن پوست تغییر در رنگدانه سازی حساسیت به نور، پوسته‌ریزی و احساس گرما با مصرف دارو ممکن است مشاهده‌شود.

تداخلهای دارویی مصرف همزمان این‌دارو با صابونهای ساینده یا طبی پاک‌کننده‌ها، فرآورده‌های ضدآکنه یافرآورده‌های حاوی مواد پوسته‌ریز مانندبنزوئیل‌پراکسید، رزورسینول اسیدسالیسیلیک یا گوگرد، فرآورده‌های‌موضعی حاوی الکل ایزوترتینوئین ممکن‌است سبب بروز اثر تحریکی تجمعی یاخشک‌کنندگی شود. مصرف همزمان‌ترتینوئین با سایر داروهای حساس‌کننده‌پوست به نور مانند ایزوترتینوئین ممکن‌است احتمال بروز حساسیت به نور راافزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از تماس دارو باچشم‌ها، دهان بینی و غشاءهای مخاطی‌اجتناب شود.

۲ ـ به‌طور همزمان با سایر عوامل‌پوسته‌ریز مصرف نشود (می‌تواند باتناوب ۱۲ ساعته با بنزوئیل پراکسیدمصرف گردد).

۳ ـ دارو بر زخمهای باز و پوست آفتاب‌سوخته استعمال نشود.

۴ ـ از مواجهه با نور ماوراء بنفش اجتناب گردد و مواجه شدن با نور خورشید نیز به‌حداقل برسد.

۵ ـ احتمال افزایش حساسیت پوست به بادیا سرما وجود دارد.

مقدار مصرف برای درمان آکنه

ولگاریس هر شب موقع خواب مقدار کافی‌از دارو یکبار روی محل ضایعه مالیده‌شود.

اشکال دارویی

Lotion: ۰.۰۵٪

Topical Cream: ۰.۰۵٪

Topical Gel: ۰.۰۲۵٪

(TRIAMCINOLONE ACETONIDE (Topical

موارد مصرف تریامسینولون در درمان‌علامتی اختلالات ناشی از آلرژی و یااختلالات شدید التهابی پوست نظیر اگزما،درماتیت‌ها، لوپوس اریتماتوز،پسوریازیس نیش حشرات پمفیگوئید وپمفیگوس به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاءسلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و متعاقب ?کمپلکس دارو ـگیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این‌کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک روند رونویسی mRNA و به‌دنبال آن ساخت آنزیم‌هایی‌می گردد که گمان می‌رود مسئول ایجاداثرات التهابی می‌باشند.

فارماکوکینتیک متابولیسم کورتیکواستروئیدها عمدت ?در خود پوست‌صورت می گیرد ولی متابولیسم پوستی‌این دارو نسبت به سایرکورتیکواستروئیدهای پوستی کمترمی‌باشد و به‌همین دلیل جذب سیستمیک‌دارو نسبت ?بالا می‌باشد. این دارو دارای‌متابولیسم کبدی نیز می‌باشد.

موارد منع مصرف در شیرخواران کمتر ازیکسال پلاک‌های منتشر و گسترده‌پسوریازیس عفونتهای باکتریایی قارچی‌و یا ضایعات ویروسی پوستی و درمان‌نشده روزاسه و درماتیت‌های اطراف‌دهان و برای درمان آکنه نباید مصرف‌شود.

هشدارها: از مالیدن این دارو روی پوست‌بچه‌ها تا حد امکان پرهیز شود.

عوارض جانبی به‌دلیل کم‌بودن متابولیسم‌تریامسینولون در پوست امکان جذب‌سیستمیک آن بالاـ بوده و عوارضی نظیرسندرم کوشینگ افزایش قند خون وجودقند در ادرار و در دراز مدت تضعیف محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ فوق‌کلیه محتمل‌می‌باشد.

بروز عوارض جانبی موضعی مانندتشدید عفونت‌های درمان نشده نازک‌شدن پوست درماتیت تماسی اختلالات‌التهابی در ناحیه صورت به‌ویژه درخانم‌ها و آکنه در محل کاربرد فرآورده نیزگزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ از مصرف‌خودسرانه این دارو خودداری شود.

۲ ـ از به‌کاربردن پوشش و یا پانسمان‌روی ناحیه تحت درمان با تریامسینولون‌خودداری شود.

۳ ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب گردد.

۴ ـ در صورتی که بعد از دو هفته‌عارضه‌ای که برای آن تریامسینولون‌تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد،باید به پزشک مراجعه شود.

۵ ـ قبل از شیردهی از استفاده این داروروی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان از کرم یا پماد ۰/۱٪ ۲ تا ۴ باردر روز و در کودکان تنها یک بار در روزاستفاده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Cream: ۰.۱٪

Topical Ointment: ۰.۱٪

TRIAMCINOLONE NN

موارد مصرف این دارو در درمان‌کاندیدیاز پوستی و التهاب پوست همراه باعفونت کاندیدیائی یا باکتریائی تجویزمی‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت ابتلاء بیمار به‌تبخال اگزما و یا سایر عفونت‌های‌ویروسی پوستی باید با احتیاط تجویزشود.

۲ ـ مصرف بیش از دو هفته و یا بیش از یک‌بار در روز دارو در کودکان ممکن است‌باعث افزایش جذب دارو و عوارض‌سیستمیک آن گردد.

۳ ـ مصرف طولانی مدت این دارو یامصرف آن روی نواحی وسیع از پوست‌بدن باعث افزایش جذب موضعی‌تریامسینولون می‌گردد.

عوارض جانبی تاول سوزش خارش پوسته پوسته شدن بثورات قرمزی یاورم پوست که قبل از درمان وجودنداشته‌اند از عوارض جانبی دارو

هستند.

نکات قابل توصیه قبل از مصرف دارو،موضع باید با آب و صابون شسته و کاملاخشک شود.

۱ ـ از مصرف خودسرانه این داروخودداری شود.

۲ ـ از به‌کاربردن پوشش و یا پانسمان‌روی ناحیه تحت درمان با تریامسینولون‌خودداری شود.

۳ ـ از تماس دارو با چشم‌ها اجتناب گردد.

۴ ـ در صورتی که بعد از دو هفته‌عارضه‌ای که برای آن تریامسینولون‌تجویز شده بهبود پیدا نکرد و یا بدتر شد،باید به پزشک مراجعه شود.

۵ ـ قبل از شیردهی از استفاده این داروروی بافت پستان خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار کافی از دارو روزی۲-۳ بار روی موضع مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: (Triamcinoloneacetonide ۱ mg + Neomycin sulfide ۲.۵mg + Nystatine ۱۰۰,۰۰۰ U) /g

(VITAMIN A+D (Topical

موارد مصرف این ترکیب برای محافظت‌پوست و تسریع در بهبود التهاب و تحریک‌مناطقی از پوست بدن نوزاد که در تماس باادرار است سوختگیهای خفیف سوختگی‌ناشی از نور خورشید و تحریک خفیف‌پوست مصرف می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو فقط برای‌استعمال خارجی است و از مصرف آن درچشم‌ها باید خودداری شود.

۲ ـ پیش از مصرف دارو، ناحیه مورد نظرباید با آب گرم و صابون شستشو داده‌شود.

مقدار مصرف پماد به مقدار مورد نیازروی موضع مالیده شده و در صورت‌لزوم موضع پانسمان گردد.

اشکال دارویی

Topical Ointment: (Vit. A ۸۵۰ IU + Vit.D ۸۵ IU) / g

ZINC OXIDE

موارد مصـرف اکسـید روی برای پیشـگیری‌از آفتـاب سـوختگی پیری زودرس پـوست درمـان خشـکی پـوست اختلالـات پوستی وعفونتهـایی نظیر سوختگی‌هـای خفیـف اگزمـا، آمـاس سـوزش‌دار، خراشـیدگی‌ها،آکنه ولگـاریس ادرار سوختگی شوره وسـبوره سمیت با پیچک سمی کچلی خارش پسوریازیس گزش حشرات زردزخم و زخم‌های واریسی به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: اکسید روی با ایجاد یک سدفیزیکی باعث بازتاب پراکنده کردن وجذب اشعه ماوراء بنفش و اشعه مرئی نورخورشید شده و نفوذ آن را از طریق اپیدرم‌به حداقل می‌رساند. به‌علاوه دارای اثرهای‌قابض محافظ و ضدعفونی‌کننده پوست‌نیز می‌باشد. این دارو مهارکننده رشدباکتریها نیز می‌باشد که تا حدودی به اثرکاهش pH ناشی از آن مربوط می‌باشد.

هشدارها: سالمندان ممکن است متعاقب‌مصـرف عوامل ضدآفتاب دچار کمبودویتامین D شده و به‌دنبال آن به نرمی‌استخوان پوکی استخوان یا شکستگی‌استخوان مبتلا شوند.

عوارض جـانبی مصرف عوامـل ضدآفتاب‌نـدرت ?ممکن است بـاعث جوش درماتیت‌آلرژیـک تماسـی (سوزش و خـارش پوسـت ،درمـاتیت تماسـی فتوآلرژیـک (قرمزی والتهـاب زودهنگـام پـوست ، تحریـک پوسـتی سوختگی خـارش و قرمزی پوست وبثورات پوستی شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از تماس دارو باچشم‌ها باید خودداری شود.

۲ ـ در صورتی که زخم مورد نظر عمیق‌باشد یا سوختگی شدید وجود داشته‌باشد،به پزشک باید مراجعه گردد.

۳ ـ دارو باید نیم‌ساعت قبل از قرار گرفتن‌در معرض نور خورشید، به‌طور یکنواخت روی پوست مالیده شود.

مقدار مصرف به‌مقدار مورد نیاز روزی‌چند بار روی ضایعه مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Topical Ointment: ۲۰٪

APOMORPHINE HCl

موارد مصـرف آپومرفین برای تشـخیص ودرمـان بیماری پارکینسون مخصوصا درکنترل اثر on-offاستفاده می‌شود. این دارو‌برای

کنترل نوسانات سرکش حرکتی دربیماری پارکینسون (دوره off) مقاوم به‌لودوپا یا سایر داروهای دوپامینرژیک‌تجویز می‌شود. به منظور تشخیص‌افتراقی انواع سندرم پارکینسون نیزمصرف می‌شود. همچنین برای تشخیص‌پاسخ‌دهی سیستم دوپامینرژیک درانواع‌سندرم پارکینسون به‌کار می‌رود، تاپاسخ‌دهی بیمار نسبت به لوودوپامشخص گردد.

مکانیسم اثر: آپومرفین محرک قوی‌گیرنده‌های دوپامینی D۲ است که گاهی‌اوقات جهت تثبیت وضعیت بیمارانی که‌درطول درمان‌با لودوپا دوره‌های‌غیرقابل‌پیش‌بینی off را تجربه می‌کنند،سودمند است بهبودی علائم پارکینسون‌بااستفاده‌از آپومرفین پاسخ‌دهی مثبت‌بیمار به لوودوپا را نشان می‌دهد.آپومرفین همچنین با تحریکchemoreceptor tigger zone در مغز درحدود چند دقیقه می‌تواند باعث استفراغ‌شود.

فارماکوکینتیک بمنظور جلوگیری از اثراولین عبور، این دارو باید از راه تزریق زیرجلدی تجویز شود.

موارد منع مصرف در موارد ضعف تنفسی‌یا CNS، حساسیت‌مفرط به اپیوئیدها،مشکلات عصبی‌ـ روانی یا زوال‌عقل این‌دارو نباید مصرف شود. همچنین درصورتی که پاسخ onبه لوودوپا با اختلال‌حرکتی شدید و هیپوتونی یا اثرات روانی‌همراه باشد، استفاده از آپومرفین توصیه‌نمی‌شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو باعث تهوع واستفراغ‌می‌شود، لذا در بیمارانی که مستعد به تهوع‌و استفراغ می‌باشند یا استفراغ برای آنهاخطرناک محسوب می‌شود، آپومرفین بایدبا احتیاط مصرف شود.

۲ ـ در موارد زیر با احتیاط تجویز شود:بیماریهای ریوی قلبی ـ عروقی و غدددرون‌ریز، بیماران سالمند و ناتوان سابقه‌کاهش فشار خون وضعیتی (در ابتدای‌مصرف دارو باید مراقبت های ویژه مدنظرباشد).

۳ ـ ارزیابی دوره‌ائی عملکرد کبد، کلیه قلب‌و عروق و سیستم خون‌ساز ضروری‌است

۴ ـ درموقع تجویز این‌دارو به‌همراه‌لوودوپا ابتداو سپس هر شش ماه یکباربروز کم‌خونی همولیتیک بررسی شود.

۵ ـ مصرف آن در افراد زیر ۱۸ سال‌توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی اختلال حرکتی در طول‌دوره‌های on بیماری پارکینسون (درموارد شدید ممکن است نیاز به قطع دارو‌باشد)، ناپایداری وضعیتی و سقوط(ناتوانی در صحبت کردن و تعادل ممکن‌است بهبود نیابد)، افزایش ناتوانی های‌ادراکی تغییر شخصیتی تهوع و استفراغ گیجی و توهمات خواب آلودگی کاهش‌فشار خون وضعیتی کاهش ضربان قلب سرخوشی سبکی سر، بیقراری لرزش کم خونی همولیتیک در صورت مصرف‌همزمان با لوودوپا) و واکنشهای پوستی ازعوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل های دارویی اثرات درمانی‌آپومرفین ممکن است بوسیله داروهای‌ضدجنون یاسایر مهارکننده‌های دوپامین‌در CNS مهار شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در طول درمان باآپومرفین بیمار باید تحت نظر متخصص ودر بیمارستان باشد.

۲ ـ در تزریقات مکرر، محل تزریق عوض‌شود.

مقدار مصرف بعد از قطع درمان پارکینسون‌بمدت یک شب (برای تحریک یک دوره off)،مقادیر تشخیصی آپومرفین از ۱/۵ تا ۷میلی‌گرم یا گهگاهی ۱۰ میلی‌گرم در فواصل۴ ساعت بطور افزاینده واز راه زیر جلدی‌تزریق شود، تا حداقل مقدارمولد پاسخ‌تعیین گردد. وقتی که درمان معمول‌ضدپارکینسون دوباره برای بیمار شروع‌شد، این‌مقدار بایددر شروع علائم offتزریق‌شود. سپس مقدار و نوبت‌های مصرف براساس پاسخ ایجادشده تنظیم می‌شود.

تزریق زیر جلدی معمولا ۳–۳۰mg/day به‌صورت منقسم تجویز می‌شود (نه بیشتراز ۱۰ میلی‌گرم درهر بار). در افرادی که به‌تزریق بیش از ۱۰ بار در روز نیاز دارند،ممکن است انفوزیون زیرجلدی ارجح‌باشد. در انفوزیون زیر جلدی ابتدا ۱mg/hrتا حصول پاسخ تزریق می‌شود. درصورت عدم بروز پاسخ در طی ۴ ساعت این مقدار را می‌توان (حداقل در فواصل ۴ساعته و هر بار با

افزایش ۰/۵ میلی گرم به‌مقدار قبلی تا ۴mg/hr افزایش داد.

هر ۱۲ ساعت باید محل انفوزیون عوض‌شود و انفوزیون فقط در طول ساعات‌بیداری انجام شود (انفوزیون ۲۴ ساعته‌توصیه نمی‌شود مگراینکه علائم شبانه‌شدید باشند). حداکثر مصرف روزانه‌آپومرفین ۱۰۰ میلی گرم است

اشکال دارویی

Injection: ۱۰mg/ml

BARIUM SULFATE

موارد مصرف سولفات باریم به عنوان ماده‌حاجب اشعه X برای آزمایشات پرتونگاری‌و توموگرافی کامپیوتری قسمتهای مختلف‌دستگاه گوارش مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفات باریم زمانی که ازبدن عبور می‌کند، میزان جذب اشعه X راافزایش می‌دهد. بنابراین شکل و ساختمان‌دستگاه گوارش را آشکار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو در صورتی که‌خالص باشد از دستگاه گوارش جذب‌نمی‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌انسداد روده بزرگ و یا وجود سوراخ دردستگاه گوارش ابتلا- به کولیت اولسراتیو،دیورتیکولیت مزمن نباید مصرف شود.

هشدارها: سولفات باریم در صورت‌احتمال بارداری و وجود دهیدراتاسیون‌نباید مصرف شود.

عوارض جانبی احتمال بروز یبوست تجمع‌مدفوع متراکم انسداد روده و آپاندیسیت‌پس از مصرف (خوراکی یا تنقیه داروو‌جود دارد. سوراخ شدن روده‌ها توسط‌دارو نیز ممکن‌است منجربه پریتونیت چسبندگی روده‌ها ومرگ گردد. استنشاق‌این پودر موجب بیماری ریوی می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ چندین ساعت قبل ازانجام آزمایش از خوردن و آشامیدن‌خودداری شود.

۲ ـ استفاده از سولفات باریم تا ۱-۲ هفته‌بعد از نمونه‌برداری از روده بزرگ ورکتوم توصیه نمی‌شود.

۳ ـ بعد از انجام آزمایش پرتونگاری به‌منظور جلوگیری از تجمع مدفوع متراکم‌بیمار باید مقادیر زیادی مایعات دریافت‌کند. بعضی اوقات ممکن است استفاده ازملین‌ها نیز ضروری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف به نوع‌آزمایش و روش پرتونگاری بستگی دارد.برای عکسبرداری از مری تا ۱۵۰میلی‌لیتراز سوسپانسیون ۵۰-۲۰۰W/V٪ از راه‌خوراکی مصرف می‌شود. برای معاینه‌معده و دوازدهه تا ۳۰۰ میلی‌لیتر ازسوسپانسیون ۳۰-۱۵۰W/V٪ از راه‌خوراکی و برای معاینه روده بزرگ تا ۲لیتر از سوسپانسیون ۲۰-۱۳۰W/V٪بصورت تنقیه مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Powder for suspension: ۱۳۵g/Sachet

CORTICOTROPHIN

موارد مصرف کورتیکوتروپین به‌عنوان‌یک‌عامل تشخیصی عملکرد غده‌فوق‌کلیوی مصرف می‌شود. همچنین دردرمان اسپاسم میوکلونیک نوزادان وپورپورای ترومبوسیتوپنیک ایدیوپاتیک‌استفاده می‌شود. کورتیکوتروپین‌اگرچه‌یک کورتیکواستروئید نمی‌باشد،ولی ممکن است در تمامی موارد مصرف‌کورتیکواستروئیدها مصرف شود.

مکانیسم اثر: کورتیکوتروپین هورمون‌طبیعی قسمت قدامی هیپوفیز (ACTH)

است که می‌تواند با تحریک بخش قشری‌غده فوق کلیوی باعث ترشح کورتیکواستروئیدها شود.

فارماکوکینتیک ۴۵-۶۰ دقیقه پس از تزریق‌داخل وریـدی یا زیر جلدی و یک ساعت پس‌از تزریق داخل عضـلانی کورتیکوتروپین غلظت پلاسـمائی کورتیزول به حداکثرمی‌رسد. در مورد تجویز فرآورده‌های‌طولانی‌اثر این زمان به ۸ ساعت رسیده وافزایش غلظت بیش از ۲۴ ساعت ثابت‌می‌ماند.

موارد منع مصـرف برای بیماران مبتلا به‌اسـکلرودرم پوکی استخوان عفونتهای‌قارچی سیستمیک عفونت هرپسی چشم قرحه‌گوارشی یاسابقه ابتلابه آن نارسائی‌احتقانی قلب و فشار خون بالا نباید مصـرف‌شود. در درمان بیماریهای همراه بانارسائی اولیه غده فوق کلیه نباید استفاده‌شود.

هشدارها: ۱ ـ تا مادامی که پاسخ‌دهی غددفوق‌کلیه محرز نشده باشد، این‌فرآورده‌نباید تجویز شود.

۲ ـ شـدت بیماری غلظتهای ادراری‌وپلاسـمائی کورتیکواستروئیـدها و پاسـخ‌اولیه بیمار، جهت تعیین مقدارمصـرف ودفعات‌مصـرف بایدموردتوجه‌قرار گیرند.

۳ ـ کورتیکوتروپین تنها برای مقاصدتشخیصـی یا برای درمان پورپورای‌ترومبوسـیتوپنیک ایـدیوپاتیک دربزرگسالان بصورت داخل وریدی تزریق‌می‌شود.

۴ ـ در هنگام اسـتفاده از دارو بایستی بیماررا از نظر واکنشـهای حساسـیتی تحت نظرقرار داد. بروز این واکنشها به خصوص درتزریق زیرجلدی رایج می‌باشد. استفاده‌درمانی طولانی مدت احتمال بروز چنین‌واکنشهائی را افزایش می‌دهد.

۵ ـ عوارض جانبی غیرقابل‌برگشت بیشتربا تجویز مزمن مقادیر بیش از ۴۰ واحد درروز مشاهده می‌شود.

۶ ـ کـاهش در میزان مصـرف دارو باطولـانی کردن فواصـل بین تزریـق یـا باکـاهش مقـدار کورتیکوتروپین در هر بـارتجویز انجـام می‌پذیرد.

۷ ـ در افراد مسن و بخصوص خانمهای‌یائسه احتمال ایجاد پوکی استخوان وافزایش فشار خون افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی درمان طولانی مـدت باکورتیکوتروپین بیمار را مستعد ابتلا به‌بیماریهای عفونی می‌کنـد و از طرفی علائم‌عفونت نیز پنهـان می‌شود. قطع مصـرف‌کورتیکوتروپین بعـد از مصـرف مزمن آن‌باعث بروز علائم کم‌کاری غـده فوق‌کلیوی‌می‌شود. مصـرف مقادیر زیادکورتیکوتروپین می‌توانـد اختلالات روانی‌را تشدیـد کنـد. آب مرواریـد، کاهش یا تاری‌دیـد، تکرر ادرار و دیابت بیمزه قرحه‌گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه درددر ناحیه سرینی و افزایش فشار خون ازعوارض جانبی دارو می‌باشند.

تـداخل هـای دارویی همزمان باواکسن های‌زنـده آمفوتریسـین B، داروهـای ضـد دیابت انسولین داروهای مـدر دفع کننـده پتاسـیم داروهای ضد التهاب غیر استروئیدی نبایداز این فرآورده استفاده نمود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌طولانی مدت دارو، سیر بیماری و اثرات‌جانبی دارو باید مرتب ?ارزیابی شود.

۲ ـ در طول درمان مصرف سدیم بایستی‌محدودشده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.

۳ ـ مصرف دارو در افراد دیابتی بایستی بااحتیاط انجام گیرد.

۴ ـ معاینات چشم پزشکی در طول درمان‌دراز مدت باید بطور مرتب انجام گیرد.

مقدار مصـرف در تشخیص عملکرد محورهیپوفیز ـ غدد فوق کلیوی مقادیر ۱۰-۲۵واحد در ۵۰۰ میلی‌لیتر دکستروز ۵٪ درطی مدت ۸ ساعت بصورت انفوزیون داخل‌وریدی تجویز می‌شود. قبل و بعد از تجویزکورتیکوتروپین غلظت پلاسمائی‌کورتیزول اندازه‌گیری می‌شود.

میزان مصـرف در کودکـان به صورت داخل‌وریـدی یا زیر جلـدی ۱/۶IU/kg یا ۵۰IU/m۲هر ۲۴ سـاعت در ۳ یا ۴ نوبت بطور منقسم‌می‌باشـد. همچنین از راه داخل عضـلانی۱/۶IU/kg یـا ۵۰IU/m۲ هر ۲۴ سـاعت بطوریک‌جـا یـا در سه مقـدار منقسم نیز

تجویزمی‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۴۰ or ۸۰IU/ml

ETHIODIZED OIL

مـوارد مصـرف ایـن دارو برای عکسـبرداری‌از رحـم و لـوله هـای رحمی برای تشـخیص‌تومورهای داخـل لـوله و گـردن رحـم و سایراختلالات داخل لوله‌های رحمی مصرف‌می‌شود. ایـن دارو همچنیـن برای‌عکسـبرداری از سیسـتم لنفـاوی بـه منظورتشـخیص تومورهای سرطانی و ارزیابی‌آنها به کار می‌رود.

مکـانیسم اثر: داروهـای حـاجب یـددار درحین عبـور از مجـاری مختلف بـدن بـا جذب‌اشـعه X میزان تمـایز بـافتی را افزایش داده وساختمانهای داخلی بدن را ترسیم می‌کنند.میزان ید این دارو ۳۷ درصد است

موارد منع مصـرف در صورت حساسـیت‌مفرط به دارو، نباید مصرف گردد. همچنین‌این دارو نباید برای عکسبرداری ازبرونشها یا از راههـای داخل عروقی یاداخل نخاعی اسـتفاده شود. عکسبرداری ازرحم و لوله‌های رحمی در موارد ذیل‌ممنوع است حاملگی داخل رحمی خـونریزی داخـل رحمی یـا ۳۰ روز پس ازکورتـاژ یـا نمـونه برداری مخروطی از گردن‌رحـم برای بیمـاران مبتلاـبه بیمـاری التهابی‌حـاد لگنی ضایعـات مشـخص گردن رحم‌یاالتهـاب لاـیه داخلی گردن رحـم همراه بـاخونریزی داخـل رحمی عکسـبرداری ازمجـاری لنفـاوی در موارد ذیل ممنوع است بیماران با شانت راست به چپ قلبی مبتلایان به بیماریهای پیشـرفته ریوی و دربیمارانی که پرتونگاری ریوی داشته‌اند.

هشدارها: ۱ ـ در تمام اوقات تجهیزات کامل‌فوریتهای پزشـکی و احیاء باید به آسانی‌قابل دسترسـی باشد و پزشك تجویز کننده‌باید در تشخیص و درمان علائم به هرمیزان توانائی کافی داشته باشد.

۲ ـ در بیمارانی که به ید و سایر داروهای‌حاجب یددار حساسیت نشان داده‌اند بااحتیاط مصرف گردد.

۳ ـ بـدلیل احتمال بروز مرگهای ناشـی ازآمبولی در بیماران دارای نقص ظرفیت‌انتشار ریوی و یا کاهش جریان خون‌ریوی با احتیاط مصرف شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باید بدقت و با رعایت‌اصول آسپتیک از دارو استفاده شود.

۲ ـ تا ۲۴ ساعت بعد از عکسبرداری از رحم‌و لوله‌های آن برای تشخیص نشت داروبه حفره صفاقی بیمار باید تحت نظر باشد.

۳ ـ این دارو را باید در دمای ۱۵–۳۰ درجه‌سانتیگراد و به دور از نور نگهداری کرد.

تـداخل های دارویی از آنجاکه داروهای‌حاجب یددار ممکن است نتایج آزمایشات‌عمل غده تیروئید را تغییر دهند، در صورت‌لزوم اینگونه آزمایشات باید قبل از تجویزدارو انجام شود.

عوارض جـانبی ممکن است در پرتونگـاری‌از رحم و لوله هـای آن واکنشهای‌حساسـیتی واکنشـهای جسم خارجی وتشدیـد بیماری التهابی حاد لگنی رخ دهد.در پرتونگاری از مجاری لنفاوی احتمال‌آمبولی ریوی وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای عکسبرداری از رحم ولوله‌های رحمی باید در مرحله قبل ازتخمك گذاری (بر اساس ثبت درجه حرارت‌پایه بدن و بیشتر از دو روز بعـد از قطع‌جریان قاعـد گی انجام شود. ۵ میلی‌لیتردارو را بـا فشار در داخل رحم و لوله های‌آن تزریق می کننـد، در صـورتی‌که لوله‌هـای‌رحم پس از عکسـبرداری پر به نظر برسـندنتیجه مطلـوب است در صـورت لزوم‌می‌توان تـا ۲ میلی‌لیـتر دیگر نیز استفاده‌نمود.

برای عکسبرداری از مجاری لنفاوی داروبایـد بـا سـرعت کـم (۰/۱ ml/min تـا ۰/۲)توسـط کـانول در یـک مجرای لنفـاوی مناسب‌تزریق شود. ابتـدا ۱-۲ میلی‌لیـتر تزریـق ودر صـورت مناسب بـودن محـل تزریـق ۶-۸میلی‌لیـتر دیگر نیز تزریـق شـود. برای نمایـان‌کردن گره‌هـای لنفـاوی زیربغلی وفوق‌ترقوه‌ای مقـدار ۲-۴ میلی‌لیـتر بداخل‌انـدام فوقـانی تزریق شود. برای پرتونگـاری‌عروق لنفاوی آلت تناسلی مرد ۲-۳میلی‌لیتر، برای نـاحیه گردن رحم ۱-۲میلی‌لیتر، برای عروق یک طرفه انـدام‌فوقانی ۲-۴ میلی‌لیتر، برای اندام تحتانی۶-۸ میلی لیتر تزریق شود.

کودکان با احتیاط تزریق شود و حداکثر۰/۲۵mg/kg یا در حد ۱-۶ میلی لیتراستفاده گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ml

FLUORESCEIN SODIUM

موارد مصرف فلورسـئین به صورت‌موضـعی برای انـدازه‌گیری فشار سـطح‌محدب چشم پیدا کردن ضایعات سـطح‌چشم تعیین محل زخم و اجسـام خارجی‌در چشم و قرار دادن لنز سـخت به کارمی‌رود. همچنین بصورت تزریق داخل‌وریـدی و به عنوان ماده کمکی درآنژیوگرافی شـبکیه چشم ارزیـابی عروق‌عنبیه تشـخیص بافتهـای مرده وتومورهـای مختلف چشم تعیین زمان‌گردش خون چشم و مشاهده جریان مایع‌داخل چشم مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: وقـتی بطور موضـعی بر روی‌چشم اسـتفاده شود، منـاطق خراشـیده یـازخمی قرنیه و مایعـات چشـمی را رنگی‌می‌کنـد. ضایعـات در نور معمولی سبز ودرنور آبی زرد روشن به نظر می‌رسـد.اجسـام خارجی در چشم که توسط بافت‌پوشـیده نشـده باشـند توسط یک حلقه‌سبزرنگ مشخص می‌شوند.

موارد منع مصـرف در صورت حساسیت‌به فلوروسـئین یا هر یک از اجزاء فرآورده‌و یا همراه با عدسـیهای تماسـی نرم نبایدمصـرف شود.

هشدارها: ۱ـ این دارو در افرادی که

دارای حساسیتها و آلرژی شدید بوده

و یا آسم دارند باید با احتیاط مصرف

گردد وهمیشه درابتدا بامقادیرکم آزمایش‌شود.

۲ـ این دارو عدسیهای تماسی نرم پوست‌و البسه را رنگی می‌کند.

۳ـ در صورت تزریق داخـل وریـدی وسایـل لازم برای احیاء (اپی‌نفرین ۱:۱۰۰۰، آنتی‌هیسـتامین‌ها، استروئیدها،آمینوفیلین تزریقی و اکسیژن باید دردسترس باشد. در صورت بروز حساسیت‌مصرف دارو رابابد قطع کرد.

عوارض جانبی بامصـرف این دارو، گاهی‌اوقات تهوع و سـردرد، ناراحتی گوارشـی اسـتفراغ و گاهی علائم حساسیت ماننـدکاهش فشارخون ایست قلبی و ایسکمی ویا کهیر غول‌آسا مشاهده می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱ـ اگر محلول حاوی‌رسوب بود، از مصرف آن خودداری شود.

۲ـ بعد از مصرف این فرآورده رنگ ادرار(به مدت ۲۴-۳۶ ساعت به زرد روشن‌تغییر می‌نماید.

۳ـ وقتی فلوروسـئین استفاده شد، چشم رابابد با سرم نمکی استریل شستشو داد وحداقل یک ساعت از گذاشن مجدد عدسی‌تماسی خودداری شود.

۴ـ در هنگام تزریق باید از هر گونه نشت‌عروقی جلوگیری کرد، زیرا نشت عروقی‌فلوروسـئین موجب ضایعات بافتی و دردشدید در

بازو می‌شود.

مقدار مصرف به صورت موضعی درموضع بر روی یک استریپ که توسط آب‌استریل خیس شده و بر روی ملتحمه چشم‌قرار داده شده است چکانده می‌شود وسپس استریپ را برداشته و بیمار چندین‌بار پلک می‌زند.

به‌صورت تزریقی در بزرگسالان ۵۰۰-۷۵۰ میلی گرم و در کودکان مقدار mg/kg ۷/۵ بسرعت در ورید ساعد تزریق‌می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰٪

Strip: ۱mg/strip

IOHEXOL

موارد مصرف ایوهگزول از راه داخل‌نخاعی برای میلوگرافی سینه سرویکس ولومباروتوموگرافی کامپیوتری از راه‌داخل عروقی برای آنژیوکاردیوگرافی ونوگرافی اوروگرافی دفعی توموگرافی کامپیوتری مغز و بدن از راه داخل‌مجرابرای پانکراتوگرافی برگشتی کولانژیوپانکراتوگرافی برگشتی و از راه‌داخل مایع‌سینوویال برای‌آرتروگرافی‌مفصل مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: ایوهگزول یک ترکیب‌غیریونیزه آلی‌ید می‌باشد. ترکیبات آلی یددر هنگام عبور از مجاری مختلف بدن باجذب اشعه X باعث تشخیص ساختار بافت‌موردنظر می‌شوند. شدت جذب اشعه به‌غلظت ید بستگی دارد.

فارماکوکینتیک وقتی داخل نخاعی تزریق‌می‌شود، به سرعت در قسمتهای مختلف‌مغز توزیع می‌شود که در بیماران نرمال‌ظرف چند ساعت به داخل خون می‌رود وحذف می‌شود. در داخل عروق به سرعت‌در مایعات خارج سلولی توزیع می‌شود،اما در جائی رسوب نمی‌کند. ضمن ?از این‌طریق از سد خونی ـ مغزی عبور نمی‌کند،گرچه در تومورهای مغزی به دلیل از بین‌رفتن سد خونی ـ مغزی در محل تومورتوزیع می‌گردد و نیمه عمر دارو تقریب ?۲ساعت (در صورت سلامت کلیه می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجودحساسیت به ترکیبات حاوی ید، سابقه‌آسم یا آلرژی دهیدراتاسیون این دارو رانباید از هیچکدام از راههای مصرف تجویزنمود.

همچنین برای هر یک از راهها موارد منع‌مصرف بطور اختصاصی در زیر ذکر شده‌است خونریزی زیر عنکبوتیه سابقه‌صرع بیماریهای عفونت بیماری مولتیپل‌اسکلروزیس (از راه داخل نخاعی; پرکاری غده تیروئید، فئوکروموسیتوما،کم خونی داسی شکل (از راه داخل‌عروقی ; نارسائی قلبی و افزایش فشارخون ریوی (برای آنژیوکاردیوگرافی; آرترواسکلروز پیشرفته فشار خون‌شدید، کهولت سن ترومبوزیس هموسیستینوریا (برای آرتریوگرافی مغز;)بیماری برگر، ایسکمی شدید (برای‌آرتریوگرافی محیطی; آنوری دیابت‌قندی (برای اوروگرافی دفعی ; عفونت‌مجاور مفصل مورد نظر (برای پرتونگاری‌از مفصل

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز دهیدراتاسیون‌در اطفال وجود دارد. در اطفالی که‌کم‌ادراری زیادی‌ادرار و یا دیابت دارند،این مشکل بیشتر دیده می‌شود.

۲ ـ احتمال بروز نارسائی کلیوی دربیماران سالخورده وجود دارد.

۳ ـ این دارو در بیماران مبتلا به‌فئوکروموسیتوم ممکن است باعث تشدیدحمله فشار خون گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی معمولا به‌غلظت دارو، ویسکوزیته میزان و سرعت‌تجویز بستگی دارد. معمولا عوارض‌ایوهگزول مانند بقیه ترکیبات حاجب یددارغیریونیزه کمتر از انواع یونیزه آن است احتمال بروز ترومبوآمبولی منجر به‌انفارکتوس میوکارد وجود دارد. در افرادمبتلابه دهیدراتاسیون سردرد دامنه‌دارممکن است پس از تزریق داخل نخاعی‌بروزنماید.

عوارض جانبی شایع شامل سردرد شدید،کمردرد، سختی گردن تهوع و سرگیجه‌می‌باشد. در تزریق داخل نخاعی التهاب‌غیر عفونی

منتژ، گیجی درد عصب‌سیاتیک درد درناحیه پشت و درد و تورم‌مفصل مشاهده می‌شود.

تداخل های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای ضدافسردگی سه حلقه‌ای‌و یا مهار کننده منوآمینواکسیداز باعث‌افزایش اثرآنها می‌شود. تجویز داخل‌نخاعی این دارو برای بیماری که فنوتیازین‌مصرف می‌کند، ممکن است باعث بروزحملات صرعی گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو در افرادی‌که به پنی‌سیلین حساسیت دارند با احتیاط‌مصرف گردد.

۲ ـ به منظور جلوگیری از دهیدراتاسیون باید قبل از آزمایش به مقدار کافی مایعات‌به بیمار داده شود.

۳ ـ دو ساعت قبل از آزمایش بیمار باید ازخوردن خودداری کند، فقط می‌توان درصورت لزوم از مایعات استفاده کرد.

۴ ـ پس از مصرف این دارو احتمال

بروز تداخل در آزمایش تیروئید وجوددارد.

۵ ـ سعی شود که پس از مصرف دارو ازتحرک زیاد بیمار جلوگیری شود.

مقدار مصرف

داخل عروقی برای میلوگرافی بسته به‌ناحیه تزریق در حدود ۶-۱۷ میلی‌لیترمحلول دارو حاوی ۲۴۰-۳۰۰mg/ml یدمصرف می‌شود. برای آنژیوکاردیوگرافی ۲۰-۷۵ میلی‌لیتر محلول دارو حاوی۳۵۰mg/ml ید به طور یکجا تزریق‌می گردد. برای آرتروگرافی انتخابی کرونری ۳-۱۴ میلی‌لیتر محلول داروحاوی ۳۵۰mg/ml استفاده می‌شود. برای‌آنژیوگرافی ۴-۴۵ میلی‌لیتر از محلول داروحاوی ۴۰mg/ml (بسته به عضو موردنظر) مصرف می‌شود. برای اوروگرافی‌دفعی معادل ۲۰۰-۳۵۰mg/kg وزن بدن‌محلول دارو حاوی ۳۰۰-۳۵۰mg/ml یداستفاده می‌شود. برای CT مغز ۱۲۰-۲۵۰میلی لیتر محلول دارو حاوی ۲۴۰mg/ml یدو برای CTبدن ۵۰-۲۰۰ میلی لیتر محلول‌دارو حاوی ۳۰۰mg/ml ید مصرف می‌شود.

داخل مجرا: برای پانکراتوگرافی وکولانژیوگرافی برگشتی ۱۰-۵۰ میلی‌لیتراز محلول دارو حاوی ۲۴۰mg/ml استفاده‌می گردد.

داخل مایع سینوویال برای پرتونگاری ازمفصل ۰/۵-۱۵ میلی‌لیتر بسته به مفصل‌مورد نظر از محلول دارو حاوی۲۴۰mg/ml ید مصرف می‌شود.

در کودکان میزان مصرف دارو بر اساس‌سن کودک و با نظر پزشک تعیین می گردد.

اشکال دارویی

Injection:(۱۰, ۲۰, ۵۰, ۱۰۰, ۲۰۰ml)۲۴۰mgI/ml حاوی

Injection:(۱۰, ۲۰, ۵۰, ۱۰۰, ۲۰۰ml)۳۰۰mgI/ml حاوی

Injection:(۱۰, ۲۰, ۵۰, ۱۰۰, ۲۰۰ml)۳۵۰mgI/ml حاوی

MEGLUMINE COMPOUND

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی‌تشخیصی در بیماریهای عروقی اختلالات‌مجاری صفراوی اختلالات مغزی اختلالات ورید باب یا ورید طحال واختلالات مجاری ادرار مصرف می‌شود.همچنین به‌عنوان ماده حاجب در تشخیص‌بیماریهای مفصل و دیسک افزایش دهنده‌کنتراست در مقطع‌نگاری کامپیوتری ازبدن اختلالات‌گوارشی و بیماریهای‌قلبی‌استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: ترکیبات آلی ید در هنگام عبوراز مجاری مختلف بدن با جذب اشعه Xباعث تشخیص ساختار بافت موردنظرمی‌شوند. شدت جذب اشعه به غلظت یدبستگی دارد.

فارماکوکینتیک این دارو به‌مقدار کمی ازمجرای گوارشی جذب می‌شود. بعدازتزریق بین‌مهره‌ای داخل مفصلی داخل‌عضلانی یا

داخل طحال به سرعت جذب‌شده و پس‌از تزریق وریدی در عروق‌به‌سرعت در مایعات بین‌سلولی توزیع‌می گردد. اتصال آن‌به پروتئینهای پلاسماکم‌است و در صورت عملکرد طبیعی کلیه نیمه عمر پلاسمائی آن ۳۰–۶۰ دقیقه‌می‌باشد. دفع دارو از طریق کلیه است

موارد منع مصرف در موارد سابقه‌حساسیت مفرط به ید یا مواد حاجب یددار،برای میلوگرافی برای آنژیوگرافی مغزی‌یا توموگرافی کامپیوتری مغز در بیماران‌مبتلاـ به خونریزی زیر عنکبوتیه و برای‌هیستروسالپنژگرافی در حضور عفونت یاالتهاب حفره لگنی هنگام خونریزی‌قاعدگی و بارداری از این دارو نبایداستفاده کرد.

هشدارها: ۱ ـ با مصرف دیاتریزوات‌مگلومین تزریقی به خصوص در صورت‌تزریق‌های مکرر، احتمال بروز تشنج درشیرخواران وجود دارد.

۲ ـ به علت اثر اسموتیک این داروها در دفعو از دست رفتن آب بدن از طریق ادرار، درشیرخواران خردسالان یا بیماران‌سالخورده به خصوص در صورت ابتلای‌به پرادراری کم ادراری دیابت یا کاهش‌قبلی آب بدن ممکن است بدتر شود.

۳ ـ در صورت وجود تصلب شرائین‌مغزی افزایش فشار داخل جمجمه ضایعات اولیه یا متاستاتیک مغز با احتیاطمصرف گردد.

عوارض جانبی عوارض جانبی معمولا به‌غلظت دارو، ویسکوزیته میزان و سرعت‌تجویز بستگی دارد. بدلیل مقادیر کم یدموجود در فرآورده یا آزاد شده از آن‌ممکن است موجب پرکاری غده تیروئیدگردد. در صورت تزریق این دارو با غلظت ۶۰٪ در داخل فضای زیر عنکبوتیه ممکن‌است تشنج و مرگ بروز کند. بروزنارسائی حاد کلیوی پس از تزریق داخل‌عروقی دیاتریزوات در طول پرتونگاری‌دفعی از مجاری ادراری به خصوص دربیماران مبتلاـ به آسیب کلیوی ناشی ازبیماریهای دیگر گزارش شده است ضعف‌شدیدو غیرعادی ناشی از کاهش فشارخون خس‌خس یا اشکال در تنفس احساس گرمی و برافروختگی غیرعادی‌پوست تهوع و استفراغ طعم فلزی سرگیجه سردرد، التهاب بینی سرفه خارش اختلال بینائی عطسه بزرگی غددبزاقی کاهش یا افزایش ضربان قلب اختلالات ECG، آریتمی قلبی شوک وایست قلبی از عوارض عمومی نسبتا شایع‌هستند. از عوارض موضعی می‌توان ازدردو آسیب بافتی در ناحیه تزریق ترومبوفلبیت ترومبوزیس اسپاسم‌وریدی و آمبولیسم نام برد.

تداخل های دارویی ترکیباتی که برای‌پرتونگاری از کیسه صفرا مصرف‌می‌شوند در صورتی که همزمان یا مدت‌کوتاهی بعداز تزریق وریدی‌دیاتریزوآت‌ها مصرف شوند، ممکن است‌خطر بروزمسمومیت کلیه را افزایش دهند.مصرف همزمان با داروهای تنگ کننده‌عروق می‌تواند خطرات بروز اثرات عصبی‌این دارو را افزایش دهد.

مصرف ترکیبات حاجب یددار ممکن است‌با تستهای عملکرد تیروئید، آزمایشات‌انعقاد خون و بعضی از تستهای خاص‌ادرار تداخل داشته باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در میلوگرافی یامعاینه کیست‌ها یا سینوس‌های پشتی که‌ممکن است با فضای زیر عنکبوتیه مرتبطباشند، استفاده از این مواد حاجب توصیه‌نمی‌شود.

۲ ـ برای جلوگیری از آسپیراسیون‌محتویات معده پیش از انجام آزمون غذامصرف نشود، اما خوردن مایعات رقیق‌منعی ندارد.

۳ ـ برای بیماران آسمی‌یا افراد با سابقه‌آلرژی بیماران مبتلابه نارسائی‌کلیوی‌یاکبدی و بیماران مستعدبه ابتلاء به‌نارسائی کلیوی با احتیاط مصرف شود.

۴ ـ قبل از تجویز مقدار اصلی تزریق داخل‌وریدی ۰/۵–۱ میلی لیتر از فرآورده به‌منظور تست حساسیت توصیه می‌شود.اگرچه وسایل لازم برای جلوگیری ازواکنشهای حساسیتی باید در دسترس‌باشند.

۵ ـ در افراد خیلی جوان یا پیر و بیماران‌ناتوان بیماران مبتلاـ به فشارخون بالاـ‌بیماری قلبی پیشرفته فئوکوموسیتوم کم‌خونی داسی‌شکل و پرکاری غده‌تیروئید، احتمال بروز عوارض جانبی‌افزایش می‌دهد.

مقدار مصرف در بزرگسالان برای‌پرتونگاری از مجرای گوارشی مقدار ۳۰-۹۰ میلی‌لیتر بصورت خوراکی ویامقدار ۲۴۰ میلی‌لیتر از محلول ۷۶٪ ازراه‌مقعدی مصرف می‌شود. برای‌تصویربرداری از بدن (CT) ۲۴۰ میلی‌لیترمحلول رقیق شده ۱۵-۳۰ دقیقه قبل‌ازآزمایش مصرف می‌شود. محلول‌رقیق‌شده را می‌توان از حل کردن ۲۵میلی‌لیتر آن در یک لیتر آب آشامیدنی‌به‌دست آورد. مقدار مصرف آن برای‌پرتونگاری از مجرای گوارشی در کودکان‌تا سن ۵ سال مقدار ۳۰ میلی‌لیتر و درکودکان ۵-۱۰ سال مقدار ۶۰ میلی‌لیتر

به صورت خوراکی است برای پرتونگاری‌از قلب و عروق مقدار ۳۰-۵۰ میلی لیتر

از محلول ۷۶٪ ازطریق کاتتر بسرعت طی۱-۲ ثانیه در یک ورید بزرگ محیطی و

یا در حفرات قلب یا عروق بزرگ مرتبطتزریق می‌شود. در آنژیوگرافی مغز

برای نمایان ساختن عروق مغزی مقدار ۱۰ میلی‌لیتر از محلول ۶۰٪ به وسیله‌جراحی در شریان سبات اصلی تزریق‌می‌شود.

برای پرتونگاری از آئورت مقدار

۱۵-۴۰ میلی لیتر از محلول ۷۶٪ از طریق‌کاتتر برگشتی به صورت یکجا تزریق‌می‌شود. در پرتونگاری انتخابی ازشریانهای کلیوی مقدار ۵-۱۰ میلی لیتر ازمحلول ۷۶٪ از طریق کاتتر در شریان‌کلیوی تزریق می‌شود و در صورت نیازاین مقدار تکرار می گردد. در سایر

موارد از محلول ۷۶٪ با نظر پزشک‌استفاده گردد. مقدار مصرف دارو درکودکان نیز با توجه به وزن بدن با نظرپزشک تعیین می گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۷۶٪, ۶۰٪ (MeglumineDiatrzoate + Sodium Diatrzoate)

Oral Solution: ۴۰٪ (۴۰۰ mg/ml)(Meglumine Diatrzoate + SodiumDiatrzoate)

METRIZAMIDE

موارد مصرف این دارو با تزریق داخل‌نخاعی برای انجام میلوگرافی ناحیه کمر،سینه گردن یا تمام ستون فقرات مصرف‌می‌شود. تزریق مستقیم آن با استفاده ازروشهای رادیولوژی استاندارد برای نمایان‌ساختن سیسترن قاعده‌ای مغز استفاده‌می‌شود. موارد مصرف دیگر این داروعبارتند از: سیسترنوگرافی از فضاهای‌زیرعنکبوتیه مشخص‌کردن بطنهای مغز بارادیولوژی استاندارد، تزریق داخل عروقی‌برای آنژیوکاردیوگرافی در کودکان وآرتریوگرافی شریانهای محیطی‌بزرگسالان آرتریوگرافی سر و گردن وپرتونگاری از مفاصل همچنین به عنوان‌افزایش دهنده کنتراست در مقطع‌نگاری‌کامپیوتری از بدن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ترکیبات آلی ید در هنگام عبوراز مجاری مختلف بدن با جذب اشعه Xباعث تشخیص ساختار بافت موردنظرمی‌شوند. شدت جذب اشعه به غلظت یدبستگی دارد. از اثرات دیگر این دارو مهاررقابتی جایگاه گلوکز در هگزوکیناز مغزی‌است

موارد منع مصرف در صورت وجودحساسیت به ید و ترکیبات حاوی ید،دهیدراتاسیون بیماریهای کلیوی یا کبدی‌و نارسائی شدید کلیوی این دارو را نباید ازهیچکدام از راههای مصرف تجویز نمود.

همچنین برای هر یک از راهها موارد منع‌مصرف بطور اختصاصی در زیر ذکر شده‌است

فئوکروموسیتوما (داخل عروقی ، دیابت‌قندی و عدم تشکیل ادرار (اوروگرافی‌دفعی ، عفونت در نزدیک مفصل مورد نظر(پرتونگاری از مفصل .

هشدارها: به علت اثر اسموتیک این داروهادر دفع و از دست رفتن آب بدن از طریق‌ادرار، در شیرخواران خردسالان یابیماران

سالخورده به خصوص درصورت ابتلای به پرادراری کم ادراری دیابت یا کاهش قبلی آب بدن ممکن است‌بدتر شود.
عوارض جانبی عوارض جانبی معمولا به‌غلظت دارو، ویسکوزیته میزان و سرعت‌تجویز بستگی دارد. عوارض جانبی این‌دارو معمولا محدود و کوتاه مدت است درافراد صرعی احتمال بروز تشنجات‌صرعی ناشی از تزریق دارو مشاهده شده‌است یکی از عوارض این دارو از دست‌رفتن آب بدن بیمار به خصوص‌خردسالان و یا سالخوردگان است که‌نسبت به این عارضه حساستر می‌باشند.از عوارض شایع این دارو در تزریق
داخل نخاعی سردرد، تهوع و استفراغ‌می‌باشد.
تداخل های دارویی مصرف همزمان این‌دارو به صورت تزریق داخل نخاعی باداروهای ضد افسردگی سه حلقه‌ای داروهای محرک سیستم عصبی مرکزی داروهای کاهنده اشتها، کافئین فنوتیازین‌ها، داروهای مقلد سمپاتیک وگزانتین‌ها و مهارکننده‌های‌منوآمینواکسیداز ممکن است باعث افزایش‌حملات صرعی گردند. مصرف همزمان‌گلوکوکورتیکوئیدها با این دارو در تزریق‌زیر عنکبوتیه ممکن است منجر به بروزالتهاب گردد، اگرچه تجویز این دو داروگاهی اوقات با فاصله مناسب صورت‌می گیرد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ برای بیماران مبتلا به‌آلرژی یا آسم دیابت بیماریهای پیشرفته‌عروقی بیماریهای عفونی باید با احتیاطمصرف شود.
۲ ـ در طول مدت تزریق و چند ساعت بعداز آن باید از حرکت بیمار جلوگیری کرد.
۳ ـ بیمار باید از تحرک و بلعیدن طی تزریق‌برای آرتریوگرافی سر و گردن خودداری کند.
۴ ـ محلولهای تزریقی یکبار مصرف است‌و بنابراین باقیمانده آن باید دور ریخته‌شود.
مقدار مصرف ۳/۷۵ گرم متریزامید حاوی۱/۸۱ میلی گرم ید می‌باشد و برای رقیق‌کردن آن از محلولهای ۰/۰۰۵ درصدبیکربنات سدیم استفاده می گردد. درمیلوگرافی در ناحیه کمر ۱۰–۱۵ میلی‌لیتر،در میلوگرافی ناحیه سینه ۱۲ میلی‌لیتر، درمیلوگرافی ناحیه گردن ۱۰ میلی‌لیتر و درمیلوگرافی تمام ستون فقرات و کمر نیز ۱۰میلی‌لیتر از این دارو تزریق می گردد. درسیسترنوگرافی کامپیوتری (تزریق درناحیه کمر) ۴–۶ میلی‌لیتر تجویز می‌شود.
در آرتریوگرافی شریانهای محیطی۲۵–۶۵ میلی‌لیتر، در ناحیه سر و گردن۳۰–۶۰ میلی‌لیتر تزریق می‌شود که‌می‌توان در سه‌بار تزریق و حداکثر تا ۱۲۰میلی‌لیتر از محلول این دارو استفاده کرد.میزان ید معادل در میلوگرافی ۲۲۰–۳۰۰mg/ml و در آرتریوگرافی۳۷۰mg/ml می‌باشد. حداکثرمقدار یدتزریقی در مورد داخل نخاعی ۳ گرم و درمورد تزریق داخل عروقی ۸۷/۵ گرم است در کودکان در میلوگرافی ناحیه کمر یاسینه و سر و گردن با توجه به سن بیمار از۲ ماهگی تا ۱۸ سال از مقادیر ۱۰ ـ ۲ میلی‌لیتر تا ۱۰ میلی لیتر تزریق می گردد. میزان‌ید آن نیز در حدود ۱۷۰–۲۳۰mg/ml تنظیم‌می گردد. در سیسترنوگرافی از طریق‌تزریق مستقیم در کودکان با سن تا دو ماه‌مقدار ۲–۳ میلی‌لیتر از محلول حاوی۱۷۰–۲۲۰mg/ml ید و در بیماران با سن۸–۱۸ سال ۳–۶ میلی‌لیتر از همین محلول‌مصرف می گردد. برای ونتریکولوگرافی وموارد دیگر مقدار مصرف بسته به سن‌بیمار جداگانه تعیین می گردد.
اشکال دارویی
Injection: ۳.۷۵g/۲۰ml

METYRAPONE

موارد مصرف متی راپون برای تشخیص‌نارسائی غده فوق کلیوی ناشی از نقص درمحور هیپوفیز – هیپوتالاموس مصرف‌می‌شود. این

دارو برای تشخیص میزان‌ذخیره ACTH هیپوفیز قدامی استفاده‌می‌شود، اما بدلیل غیر اختصاصی بودن‌آن فقط در مواردی که تست مستقیم‌امکان‌پذیر نیست مثل افرادی که تست‌هیپو گلیسمی انسولینی در آنها منع شده‌است استفاده می‌شود. متی راپون‌همچنین به عنوان داروی تشخیصی برای‌تعیین سندرم کوشینگ ناشی از سرطان‌غده فوق کلیوی هیپرپلازی غده فوق‌کلیوی و بیماری کوشینگ مصرف‌می‌شود.

متی راپون برای درمان کوتاه مدت‌سندروم کوشینگ نیز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب مهار آنزیم ۱۱بتا ـ هیدروکسیلاز می‌شود و بدینوسیله‌سنتز گلوکورتیکوستروئیدها (کورتیزون وکورتیزول و همچنین آلدوسترون را مهارمی‌کند. کاهش سطح پلاسمائی گلوکوکورتیکوئیدها باعث تحریک هیپوفیزقدامی و ترشح کورتیکوتروپین می‌شود.کورتیکوتروپین به نوبه خود باعث تحریک‌تولید بیشتر ۱۱ – دزوکسی کورتیکوسترون‌و پیش سازهای دیگر می‌شود که در کبدمتابولیزه و از راه ادرار دفع می‌شوند که ازاین طریق قابل اندازه‌گیری هستند. بنابراین‌متی‌راپون در بیماران مبتلاـ به سندروم‌کوشینگ به منظور آزمایش مکانیسم خودتنظیمی هیپوتالاموس هیپوفیز استفاده‌می‌شود. اگرچه آزمایش مهار دگزامتازون‌ممکن است ترجیح داده شود.

فارماکوکینتیک متی راپون به سرعت و به‌خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌گردد.نیمه عمر آن ۲۰–۲۶ دقیقه است و حداکثرغلظت پلاسمائی آن طی یکساعت به دست‌می‌آید. متابولیسم این دارو توسط کبد وکلیه انجام می‌شود.

موارد منع مصرف متی راپون ممکن است‌منجر به بروز نارسائی حاد کلیه گردد

و بنابراین برای افرادی که بی‌کفایتی‌فعالیت غده فوق کلیوی دارند، نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ متابولیسم متی‌راپون ممکن‌است در بیماران مبتلا به بیماری کبدی به‌تاخیرافتد.

۲ ـ قبل‌از استفاده‌از این دارو باید کلیه را ازنظر نارسائی اولیه مورد بررسی قرارداد،زیرا در صورت وجود نارسائی‌اولیه این‌دارو ممکن‌است باعث‌ایجاد نارسائی حادکلیوی گردد.

۳ ـ زنان باردار یا بیماران مبتلا به کم‌کاری‌تیروئید ممکن‌است‌به متی‌راپون کمترازحدمعمول پاسخ‌دهند.

عوارض جانبی واکنشهای آلرژیک تهوع استفراغ ناراحتی شکمی کاهش فشارخون سردرد، سرگیجه و خواب آلودگی‌از عوارض جانبی این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی فنی توئین باعث‌افزایش متابولیسم متی‌راپون و کاهش‌غلظت پلاسمائی آن به سبب القاء آنزیمی‌در کبد می‌گردد. بیمارانی که استروژن‌ها،پروژسترون‌ها، کورتیکوستروئیدها،فنوتیازین ها، کلردیازپوکساید،کلرپرومازین آمی‌تریپ‌تیلین متی سرژایدیا فنوباربیتال مصرف می‌کنند، ممکن‌است‌به متی‌راپون کمتراز حد معمول پاسخ‌دهند. داروهای ضدبارداری‌خوراکی‌ممکن‌است باعث افزایش و یا کاهش اثرمتی‌راپون گردند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ آزمایش متی راپون‌برای بررسی ذخیره ACTHدرونی به‌اندازه آزمایش کاهش قند خون ناشی ازانسولین قابل اعتماد نیست و در بیماران‌سالخورده ترجیح داده می‌شود.

۲ ـ دارو همراه شیر یا غذا مصرف شود.

۳ ـ در صورت بروز تاری دید به پزشک‌مراجعه شود.

۴ ـ قبل و یا طی درمان با متی‌راپون ازمصرف کورتیکوستروئیدها خودداری‌شود.

مقدار مصرف بعد از اثبات پاسخ‌دهی غده‌فوق کلیوی برای بزرگسالان متی‌راپون ازراه خوراکی به مقدار ۷۵۰mg هر ۴ ساعت‌برای شش نوبت استفاده می‌شود. برای‌کودکان متی‌راپون از راه خوراکی به مقدار۱۵mg/kg (حداقل ۲۵۰mg) هر ۴ ساعت‌برای شش نوبت استفاده می‌شود. دربیماران با غده هیپوفیز سالم دفع –۱۷هیدروکسیکورتیکوستروئیدها، ۲–۴ برابرافزایش و

دفع ۱۷ – کتواسیدها، ۲ برابرافزایش نشان می‌دهد.

متی راپون برای درمان سندروم کوشینگ‌و با مقدار ۲۵۰mg–۶g در شش مقدارمنقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲۵۰mg

PENTAGASTRIN

موارد مصرف پنتاگاسترین به عنوان‌داروی کمکی برای تشخیص عملکردترشحی اسید معده در بیماران مشکوک به‌فقدان اسید معده گاستریت آتروفیک و یاکارسینوم معده افراد با قطع عصب واگ ویا قسمتی از معده آنها برداشته شده است مصرف می‌شود.

این دارو همچنین درتشخیص زخم دوازدهه و تشخیص تومورزولینگر–الیسون مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پنتاگاسترین یک پلی پپتیدصناعی است که بدلیل مشابهت باگاسترین طبیعی سلولهای مسئول ترشح‌اسیدمعده را واداربه ترشح اسید می‌نماید.

فارماکوکینتیک پس‌از تزریق به‌سرعت جذب‌می گردد. اثر آن پس‌از ۱۰دقیقه قابل مشاهده‌است حداکثر پاسخ ۲۰–۳۰دقیقه بعدازتجویز ظاهر می‌شود، طول اثرآن حداکثر ۶۰–۸۰دقیقه است واز راه‌کلیه دفع می گردد.

موارد منع مصرف در افراد با زخمهای‌عمیق و یا سوراخ‌شدگی حاد، انسدادی و یاخونریزی دهنده دستگاه گوارش حساسیت یا ایدیوسنکرازی نسبت به‌پنتاگاسترین نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در افراد مبتلا به بیماری فعال‌مجاری صفراوی کبدی یا لوزالمعده بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ مقادیر بیش از میزان توصیه شده باعث‌مهار تولید اسید معده می گردد.

۳ ـ سلامت مصرف دارو در بارداری وبرای کودکان اثبات نشده است

عوارض جانبی ایجاد گاز در معده تهوع واستفراغ درد معده و احساس دفع فوری‌مدفوع از عوارض جانبی شایع دارومی‌باشند. همچنین دربعضی افراد واکنش‌حساسیتی پوستی ایجاد می کند.

تداخل های دارویی مصرف همزمان‌ضداسیدها و داروهای آنتی‌کولینرژیک وهمچنین سایمتیدین و رانیتیدین به دلیل‌تاثیر در میزان ترشح و آزادسازی‌اسیدمعده در آزمایش تشخیصی تداخل‌می کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ شب قبل از انجام‌آزمایش از خوردن غذا و چهار ساعت‌پیش از انجام آن از نوشیدن مایعات‌خودداری شود

۲ ـ از مصرف داروهای آنتی‌اسید پیش ازآزمایش خودداری شود.

۳ ـ ۲۴ ساعت قبل از آزمایش از مصرف‌داروهای آنتی کولینرژیک سایمتیدین رانیتیدین و هر دارویی که بر میزان اسید معده تاثیر می گذارد خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار ۶mcg/kg/hr به‌صورت زیر جلدی و یا ۰/۶mcg/kg/hr به‌صورت انفوزیون وریدی (در سرم نمکی۰/۹٪) تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵mg/۲ml

ALUMINIUM HYDROXIDE

موارد مصرف هیدروکسید آلومینیوم برای‌درمان علامتی سوزش معده ناشی ازترشح اسید، سوء هضم ناشی از اسید وترش کردن جلوگیری از عوارض برگشت‌محتویات معده به‌مری و همچنین جهت‌جلوگیری از تشکیل سنگهای ادراری‌فسفاته برای کاهش فسفات خون استفاده‌می گردد.

مکانیسم اثر: به‌عنوان ضداسید، این دارواسید معده را خنثی می‌نماید ولی به‌طورمستقیم روی تولید اسید تاثیری ندارد.هیدروکسید آلومینیوم موجود در این‌فرآورده با یون فسفات در روده پیوندیافته و فسفات آلومینیوم نامحلول تشکیل‌می‌دهد که از راه مدفوع دفع می گردد.بنابراین فسفات سرم و ادرار را کاهش‌می‌دهد.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی از آلومینیوم‌موجود در این فرآورده جذب می گردد. اثراین دارو در صورت مصرف قبل از غذابه‌عنوان ضداسید ۶۰ـ۲۰ دقیقه و یک‌ساعت در صورت مصرف بعد از غذا تا سه‌ساعت باقی می‌ماند. دفع این دارو از راه‌مدفوع و در صورت جذب از طریق کلیه‌صورت می گیرد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود کمی فسفات خون و انسداد روده‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این دارو بااحتیاط مصرف شود: بیماری آلزایمر،وجود علایم آپاندیسیت یبوست انسدادمجرای معده ـ روده هموروئید و عیب کارکلیه

۲ ـ ظرفیت خنثی‌سازی اسید در موردهیدروکسید آلومینیوم در مقایسه باضداسیدهای حاوی منیزیم کمتر است

۳ ـ در صورت مصرف طولانی مدت‌به‌خصوص در بیماران با شکستگی‌استخوان باید رژیم جبران‌کننده فسفات‌داده شود.

عوارض جانبی در صورت مصرف طولانی‌مدت این دارو در بیماران با نارسایی مزمن‌کلیه ممکن است ایجاد تغییرات خلقی وروانی کند. بامصرف طولانی مدت ممکن‌است باعث ایجاد یبوست درد استخوانی‌ناشی از تخلیه فسفات کاهش اشتها،کاهش غیرعادی وزن و سفیدشدن مدفوع گردد.

تداخل‌های داروئی این دارو زمانی که‌همزمان با بسیاری از داروها مصرف گردد، می‌تواند در جذب آنها مداخله پیداکند و بنابراین باید از لحاظ مقدار مصرف‌و زمان مصرف مورد دقت بیشتری قرارگیرد. از جمله این داروها می‌توان ازکینیدین داروهای ضدانعقاد خوراکی ترکیبات ضددیسکینزی داروهای‌ضدموسکارینی سایمتیدین رانیتیدین گلیکوزیدهای دیژیتال ایزونیازید،کتوکونازول فنوتیازین‌ها، ویتامین A،تتراسایکلین‌ها، تیوگزانتین‌ها و فلوئورسدیم نام برد.

به‌طورکلی باید به بیمار توصیه نمود ازمصرف داروها طی ۲ ـ ۱ ساعت پس ازمصرف آنتاسیدها خودداری کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای درمان زخم‌های گوارشی بهترین اثر دارو زمانی خواهدبود که ۳ـ۱ ساعت بعد از غذا و یا هنگام‌خواب مصرف شود.

۲ ـ سوسپانسیون را قبل از مصرف بایدتکان داد و قرص را به‌خوبی جوید.

۳ ـ احتمال بروز یبوست با مصرف این‌دارو وجود دارد که می‌توان بااستفاده ازفیبرهای غذایی میزان آن را کاهش داد.

مقدار مصرف به‌عنوان ضداسید ۱۲۰۰ـ۶۰۰ میلی‌گرم از سوسپانسیون یاقرص ۶ـ۴ بار در روز بین غذا و هنگام‌خواب مصرف می‌شود. به‌عنوان کمک‌درمان زخم گوارشی ۳۶۰۰ـ۹۶۰ میلی‌گرم‌از سوسپانسیون هر ۲ـ۱ ساعت در روزمصرف می‌شود. در موارد شدید ۴/۸ـ۲/۶گرم باآب رقیق کرده مصرف گردد.به‌عنوان پایین آورنده فسفات خون۴/۸ـ۱/۹ گرم از سوسپانسیون سه تا چهاربار در روز همراه با رژیم‌غذایی کم فسفات‌استفاده گردد. مقدار مصرف در کودکان‌توسط پزشک تعیین گردد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: ۳۰۰ mg

Suspension: ۳۲۰ mg / ۵ ml

ALUMINIUM Mg

موارد مصرف این دارو برای درمان‌علامتی سوزش معده ناشی از ترشح اسید،سوء هضم ناشی از اسید و ترش کردن ودرمان علامتی برگشت محتویات معده به‌مری نیز به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: به‌عنوان ضداسید، این دارو ازطریق شیمیائی اسیدمعده را خنثی‌می‌نماید.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی از آلومینیوم‌موجود در هیدروکسید آلومینیوم وهمچنین ۱۰ درصد منیزیم موجود درفرآورده جذب می‌گردد. اثر این دارو درصورت مصرف قبل از غذا به‌عنوان‌ضداسید ۶۰ـ۲۰ دقیقه و در صورت‌مصرف یکساعت بعد از غذا تا سه ساعت‌طول می‌کشد.

موارد منع مصرف این فرآورده در عیب‌شدید کار کلیه کمبود فسفات خون وانسداد روده نباید مصرف گردد.

هشدارها: در کودکان و بیمارانی که ناراحتی‌شدید کلیه دارند، بااحتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی این دارو در بیماران بانارسایی مزمن کلیه در صورت مصرف‌طولانی مدت ممکن است تغییرات خلقی وروانی ایجاد کند. بامصرف طولانی مدت‌ممکن است باعث ایجاد یبوست درداستخوانی ناشی از تخلیه فسفات کاهش‌اشتها، کاهش غیرعادی وزن و سفیدشدن‌مدفوع بشود.

تداخل‌های داروئی این دارو زمانی که‌همزمان با بسیاری از داروها مصرف‌گردد می‌تواند در جذب آنها مداخله کند وبنابراین باید از لحاظ مقدار مصرف وزمان مصرف مورد دقت بیشتری قرارگیرد.

به‌طورکلی باید به بیمار توصیه نمود ازمصرف سایر داروها طی ۲ ـ ۱ ساعت پس‌از مصرف آنتاسیدها خودداری کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای درمان زخم‌های گوارشی بهترین اثر زمانی خواهد بود که۳ـ۱ ساعت بعد از غذا یا هنگام خواب‌مصرف شود.

۲ ـ احتمال بروز یبوست با مصرف این‌دارو وجود دارد ولی می‌توان بااستفاده ازفیبرهای غذایی میزان آن را کاهش داد.

مقدار مصرف مقدار ۲۰ـ ۵ میلی‌لیترسوسپانسیون یا ۴ـ۱ قرص چهاربار درروز ۲۰ دقیقه تا یکساعت بعد از غذامصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Chewable Tablet: Aluminium Hydroxide۲۰۰mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰ mg

Suspension: (Aluminium Hydroxide۲۲۵mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰mg)/۵ml

ALUMINIUM MgS

موارد مصرف این دارو برای درمان‌علامتی سوزش معده ناشی از ترشح اسید،سوء هضم ناشی از اسید و ترش کردن‌درمان علامتی برگشت محتویات معده به‌مری نیز به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: به‌عنوان ضداسید، این دارو ازطریق شیمیائی اسید معده را خنثی می‌نماید.

سایمتیکون موجود در این فرآورده نیز اثرضدنفخ دارد.

فارماکوکینتیک مقادیر کمی از آلومینیوم‌موجود در هیدروکسید آلومینیوم وهمچنین ۱۰ درصد منیزیم موجود درفرآورده جذب می‌گردد. اثر این دارو درصورت مصرف قبل از غذا به‌عنوان‌ضداسید ۶۰ـ۲۰ دقیقه و در صورت‌مصرف یکساعت بعد از غذا تا سه ساعت‌طول می‌کشد.

موارد منع مصرف در عیب شدید کار کلیه کمبود فسفات خون و انسداد روده نبایدمصرف گردد.

هشدارها: در کودکان و بیمارانی که‌ناراحتی شدید کلیه دارند، با احتیاطمصرف گردد.
عوارض جانبی این دارو در بیماران بانارسایی مزمن کلیه در صورت مصرف‌طولانی مدت ممکن است تغییرات خلقی وروانی ایجاد کند. بامصرف طولانی مدت‌ممکن است باعث ایجاد یبوست دردداستخوانی ناشی از تخلیه فسفات کاهش‌اشتها، کاهش غیرعادی وزن و سفیدشدن‌مدفوع شود.
تداخل‌های داروئی این دارو زمانی که‌همزمان با بسیاری از داروها مصرف گردد می‌تواند در جذب آنها مداخله کند وبنابراین باید از لحاظ مقدار مصرف وزمان مصرف مورد دقت بیشتری قرارگیرد.
به‌طورکلی باید به بیمار توصیه نمود ازمصرف سایر داروها طی ۲ ـ ۱ ساعت پس‌از مصرف آنتاسیدها خودداری کنند.
نکات قابل توصیه ۱ ـ برای درمان زخم‌های گوارشی بهترین اثر زمانی خواهد بود که‌۳ـ۱ ساعت بعد از غذا یا هنگام خواب‌مصرف شود.
۲ ـ احتمال بروز یبوست با مصرف این‌فرآورده وجود دارد، ولی می‌توان‌بااستفاده از فیبرهای غذایی میزان آن راکاهش داد.
مقدار مصرف مقدار ۲۰ـ ۵ میلی‌لیترسوسپانسیون یا ۴ـ۱ قرص چهار بار درروز ۲۰ دقیقه تا یکساعت بعد از غذا وهنگام غذا مصرف می گردد.
اشکال دارویی

Chewable Tablet: Aluminium Hydroxide۲۰۰ mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰ mg+ Simethicone ۲۵ mg

Suspension: (Aluminium Hydroxide ۲۲۵mg + Magnesium Hydroxide ۲۰۰ mg +Simethicone ۲۵ mg) / ۵ ml

ANTIHEMORRHOID

موارد مصرف شکل پماد این دارو دردرمان علامتی هموروئید خارجی وهموروئید پرولامیس و سایر بیماریهای‌دردناک اطراف مقعد و در درمان خارش‌قسمت خارجی دستگاه تناسلی زنان وخارش مقعد مصرف می‌شود. شیاف این‌دارو در درمان هموروئید داخلی و دیگراختلالات مجرای مقعدی مانند التهاب‌راست روده شقاق مقعد و فیستول همراه‌آن مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: این فرآورده به‌دلیل داشتن‌ترکیبات بی‌حس‌کننده موضعی گلوکو ـکورتیکوئید و قابض اثر التیام‌دهنده دارد.
هشدارها: ۱ ـ در کودکان و سالخوردگان در صورت مصرف بیش از حد امکان بروزمسمومیت ناشی از بی‌حس کننده موضعی‌وجود دارد.
۲ ـ احتمال بروز عفونت در موضع پس ازمصرف بیش از حد دارو وجود دارد.
عوارض جانبی عوارض جانبی این‌فرآورده بیشتر در اثر مصرف بیش از حدآن حاصل می گردد و شامل عفونت ونکروز در ناحیه استعمال می‌باشد.
تداخل‌های داروئی داروهای مسددبتاآدرنرژیک از طریق کاهش جریان خون‌کبدی ممکن است سرعت متابولیسم‌لیدوکائین موجود در فرآورده را کاهش‌دهند. سایمتیدین از طریق کاهش‌متابولیسم داروهای موجود در این‌فرآورده ممکن است متابولیسم آنها رابه‌تاخیر بیاندازد.
نکات قابل توصیه در صورت بروز عفونت‌در موضع استعمال به‌پزشک مراجعه‌شود.
مقدار مصرف برحسب شدت بیماری ودستور پزشک روزانه چندین بار مصرف‌می گردد.

اشکال دارویی

(Suppositories(/g)Rectal Ointment(/g

mg۵۰ mgLidocaine ۶۰

mg۲.۷۵ mgHydrocortisone Acetate ۵

mg۳۵ mgAluminium Subacetate ۵۰

mg۱۸۰ mgZinc Oxide ۴۰۰

BELLADONNA Pb

موارد مصرف این دارو به‌صورت کمکی دردرمان زخم معده سندرم روده‌تحریک‌پذیر و درمان کمکی در آنتروکولیت‌باکتریایی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: آتروپین هیوسیامین وهیوسین (آلکالوئیدهای بلادونا) دارای اثرضدموسکارینی هستند و فنوباربیتال اثرتسکینی برروی CNSدارد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی‌است دفع دارو عمدت ?از راه کبد صورت‌می‌گیرد. طول مدت اثر دارو حدود ۶ـ۴ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود گلوکوم با زاویه بسته نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ احتمال بروز هیجان اضطراب خواب‌آلودگی یا اغتشاش شعوربویژه در سالمندان وجود دارد.

۲ ـ احتمال بروز خشکی دهان و احتباس‌ادرار وجود دارد.

۳ ـ در هیپرتروفی پروستات یا احتباس‌ادرار و گلوکوم بااحتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی یبوست کاهش تعریق سرگیجه خواب‌آلودگی خشکی دهان بینی گلو و یا پوست از عوارض شایع دارومی‌باشند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌دارو با داروهای بیهوش‌کننده عمومی داروهای پایین آورده فشارخون ومضعف CNSاثر تضعیفی آنها را افزایش‌می‌دهد. این دارو همچنین باجذب‌گریزوفولوین و کینیدین و کتوکونازول‌تداخل دارد. این دارو اثر آنتی‌موسکارینی‌داروهای ضدهیستامینی دیسوپیرامید،هالوپریدول فنوتیازین‌ها و تیوگزانتین‌هارا افزایش می‌دهد همچنین با گلیکوزیدهای‌دیژیتال گوانتیدین متوکلوپرامید و ضددردهای مخدر شبه تریاک و داروهای‌ضدافسردگی سه حلقه‌ای تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو نیم تا یک ساعت‌قبل از غذا میل شود.

۲ ـ بافاصله یکساعت از داروهای ضداسیدو ضداسهال مصرف گردد.

۳ ـ احتمال بالا رفتن دمای بدن درفعالیت‌های شدید بدنی پس از مصرف این‌دارو وجود دارد.

۴ ـ احتمال خشکی دهان بینی و گلو وجوددارد.

۵ ـ احتمال بروز تاری دید یا خواب آلودگی‌با مصرف این دارو وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۱۰ـ ۵ میلی‌لیتر الگزیر سه یاچهار بار در روز یا ۲ـ۱ قرص ۴ـ۲ بار درروز مصرف می‌شود.

کودکان باوزن کمتر از ۹ کیلوگرم

۰/۷۵ ـ ۰/۵ میلی‌لیتر الگزیر هر ۶ ـ ۴ ساعت‌و کودکان بالای ۹ کیلوگرم تا ۴۵ کیلوگرم‌از ۲ میلی‌لیتر تا ۷/۵ میلی‌لیتر الگزیر هر ۶ ـ ۴ ساعت مصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet, Elixir(/۵ ml): Atropin Sulfate۱۹.۴mcg + Hyoscine HBr ۶.۵ mcg +Hyoscyamine Sulfate ۱۰۳.۷ mcg +Phenobarbital ۱۶.۲ mg

BISMUTH SUBCITRATE

موارد مصرف بیسموت برای درمانزخمهای معده و روده و همراه با

سایر داروها در درمان عفونت‌های گوارشی هلیکوباکتر پیلوری مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو اسید معده را تا حدی‌خنثی می کند و احتمالاـ اثر ضد هلیکوباکترآن مستقیم است همچنین تا حدی باعث‌تحریک تولید پروستاگلاندین در جدارمعده و دوازدهه می گردد.

فارماکوکینتیک به‌مقدار ناچیز از دستگاه‌گوارش جذب می گردد و معمولا پس ازمصرف طولانی آن غلظت پلاسمایی آن‌افزایش می‌یابد. دفع این دارو از راه کلیه‌است ولی مقداری از آن ممکن است دراستخوان و سایر بافت‌ها ذخیره گردد.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی‌حاد کلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در سالخوردگان و افرادی که‌نارسائی خفیف کلیوی دارند با احتیاطمصرف گردد.

۲ ـ اگرچه این دارو همزمان باتتراسایکلین‌ها تجویز می گردد اما می‌تواند‌اثربخشی آنها را کاهش دهد.

عوارض جانبی ممکن است باعث سیاهی‌زبان و یا مدفوع گردد. تهوع و استفراغ نیزپس از مصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های داروئی در صورت مصرف‌همزمان با امپرازول جذب این دارو افزایش‌می‌یابد. این دارو همچنین باعث کاهش‌جذب تتراسیکلین‌ها می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت تجویزدارو با تتراسیکلین‌ها، حداقل با فاصله‌یک‌ساعت از هم مصرف گردد.

۲ ـ در صورت بروز عوارض گوارشی تهوع و استفراغ شدید به پزشک مراجعه‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲ قرص روزانه یا یک‌قرص ۴ بار در روز برای ۲۸ روز مصرف‌می‌شود که در صورت لزوم یک دوره دیگرتجویز می گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۲۰ mg

CHOLESTYRAMINE

موارد مصرف این دارو در درمان زیادی‌کلسترول و LDL خون در بیمارانی که به‌درمان با رژیم غذایی یا سایر روشها پاسخ‌کافی نداده‌اند، مصرف می‌شود. این داروهمچنین برای پیشگیری اولیه بیماری‌کرونر قلب در مردان با سن ۳۵-۵۹ سال‌که مبتلا به زیادی اولیه کلسترول خون‌بوده و به درمان با رژیم غذایی یا سایرروشها پاسخ کافی نداده‌اند، در درمان‌خارش همراه با توقف نسبی صفرا وسیروز اولیه صفراوی و اسهال ناشی ازبیماری کرون یا واگوتومی یا پرتوهای‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلستیرامین یک رزین‌تعویض‌کننده آنیون است که از طریق پیوندبا اسیدهای صفراوی و ممانعت از بازجذب آنها تبدیل کلسترول به اسیدهای‌صفراوی در کبد را تسریع می کند.کلستیرامین به‌طور قابل توجهی میزان‌کلسترول ـ LDL را کاهش می‌دهد، ولی‌می‌تواند زیادی تری‌گلیسرید خون راتشدید نماید. کاهش اسیدهای صفراوی‌سرم و متعاقب آن کاهش

اسیدهای‌صفراوی اضافی که در بافت پوست‌رسوب نموده‌اند، ممکن است منجر به‌کاهش خارش گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارش‌جذب نمی‌شود. معمولاً‌ـ طی ۱-۲ هفته پس‌از شروع درمان کلستیرامین موجب‌کاهش غلظت پلاسمایی کلسترول می‌شود.بهبود خارش ناشی از توقف صفرا معمولاطی ۱-۳ هفته پس از شروع درمان دیده‌می‌شود. پس از قطع مصرف کلستیرامین غلظت کلسترول در حدود ۲-۴ هفته به‌میزان اولیه برگشته و خارش ناشی ازتوقف صفرا نیز طی ۱-۲ هفته بعد از قطع‌مصرف دارو، مجدد ?ایجاد می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در توقف کامل‌جریان صفرا نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف همزمان ویتامین‌های‌محلول در چربی و اسیدفولیك ممکن است‌با مصرف مقادیر زیاد این دارو، به‌ویژه درکودکان ضروری باشد.

۲ ـ این دارو در صورت وجود یبوست وفنیل‌کتونوری باید با احتیاط مصرف شود.

۳ ـ مصرف این دارو در کودکان با سن‌کمتر از ۱۰ سال باید با احتیاط صورت‌گیرد، زیرا کلسترول برای نمو طبیعی‌کودکان ضروری است

۴ ـ این دارو برای سالخوردگان (بالای ۶۰سال که احتمال بروز عوارض جانبی‌گوارشی و تغذیه‌ای ناشی از این دارو درآنها بیشتر می‌باشد، باید با احتیاط تجویزشود.

عوارض جانبی تهوع و استفراغ یبوست یااسهال سوزش سردل نفخ و ناراحتی‌شکم با مصرف این دارو گزارش‌شده‌است

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌داروهای ضدانعقاد خوراکی با این داروممکن است با تخلیه ویتامین K از بدن سبب افزایش قابل ملاحظه اثر داروهای‌ضدانعقاد گردد. از طرفی کلستیرامین‌ممکن است از طریق پیوند به داروهای‌ضدانعقاد در مجرای گوارشی سبب‌کاهش اثرات آنها گردد. کلستیرامین‌می‌تواند سبب کاهش نیمه عمر دیگوکسین‌گردد. مصرف همزمان این دارو با اشکال‌خوراکی تتراسیکلین مدرهای تیازیدی پروپرانولول هورمونهای تیروئید

و وانکومایسین خوراکی ممکن است منجربه پیوند کلستیرامین به این داروها وکاهش جذب آنها گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بدون مشورت باپزشك از مصرف سایر داروها بایدخودداری شود.

۲ ـ قبل از قطع مصرف دارو، باید با پزشك‌مشورت شود، زیرا ممکن است غلظت‌چربی در خون به میزان قابل توجهی‌افزایش یابد.

۳ ـ برای درمان زیادی چربی خون کنترل‌رژیم غذایی از اهمیت بیشتری برخورداراست

۴ ـ قبل از مصرف بهتر است دارو را بایدمایعات مخلوط کرد به این ترتیب که داروبه مایع افزوده و ۲ ـ ۱ دقیقه صبر شود وپس از هم زدن مصرف کرده علاوه بر آب‌می‌توان از شیر، سوپ رقیق یا آب میوه‌استفاده کرد.

۵ ـ در صورت ضرورت مصرف سایرداروها، باید آنها را یک ساعت قبل

یا ۶ ـ ۴ ساعت بعد از کلستیرامین مصرف‌نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۴ گرم ۱ یا ۲ بار در روزقبل از غذا مصرف می‌شود و سپس‌برحسب پاسخ بیمار مقدار مصرف تنظیم‌می‌شود. به‌عنوان مقدار نگهدارنده ۸-۲۴g/day در ۲-۶ مقدار منقسم مصرف‌می‌شود. بیشینه مقدار مصرف در زیادی‌چربی خون تا ۲۴ g/day و در درمان‌خارش ناشی از توقف صفرا، تا ۱۶ g/dayاست

همچنین در درمان اسهال به مقدار۲۴g/day ـ ۱۲ در ۴ ـ ۱ دوز منقسم برای

۴ ـ ۳ هفته مصرف می‌شود و سپس برحسب پاسخ بیمار مقدار مصرف تنظیم‌می‌شود. بیشینه مقدار مصرف در این‌مورد تا ۳۶g/day است

کودکان ابتدا ۴ گرم در ۲ مقدار منقسم وبه‌عنوان مقدار نگهدارنده ۲۴-۸ g/day در ۲ یا چند مقدار منقسم مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

For Suspension: ۴ g / sachet

CIMETIDINE

موارد مصرف سایمتیدین در درمان کوتاه‌مدت زخمهای فعال دوازدهه یا زخمهای‌فعال و خوش‌خیم معده حالات مرضی‌ترشح بیش از حد اسید معده مانند سندروم‌زولینگر ـ الیسون برگشت محتویات معده‌به مری و سایر مواردی که کاهش اسیدمعده برای آن مفید است مانند جراحی‌دستگاه گوارش مورد استفاده قرارمی گیرد.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق رقابت باهیستامین در سطح گیرنده‌های H۲ درسلول‌های جداره‌ای ترشح پایه‌ای وهمچنین تحریک ترشح اسید توسط غذا،پنتاگاسترین و سایر محرکهای ترشح‌اسید معده را مهار می کند.

فارماکوکینتیک این دارو به‌خوبی وبه‌سرعت از دستگاه گوارش جذب‌می گردد. متابولیسم آن کبدی است و درحدود ۳۰-۴۰ درصد دارو در اولین عبوراز کبد بی‌اثر می گردد. نیمه عمر آن ۲-۳ساعت است و حداکثر غلظت پلاسمایی پس‌از ۴۵-۹۰ دقیقه پس از تجویز خوراکی آن‌حاصل می گردد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران سالخورده‌احتمال کاهش کلیرانس کلیوی و افزایش‌غلظت سرمی دارو وجود دارد.

۲ ـ در سیروز کبدی و ناراحتی‌های کلیوی‌متوسط تا شدید خطر بروز عوارض‌جانبی به‌خصوص عوارض عصبی دارووجود دارد.

۳ ـ به‌طور کلی مصرف سایمتیدین و سایرمسددهای گیرنده H۲ برای پیش از ۸ هفته‌بندرت ضروری است برای مصارف‌طولانی مدت این داروها مطالعه‌ای صورت‌نگرفته است

عوارض جانبی اغتشاشش شعور(برگشت‌پذیر)، اختلالات خونی خستگی یاضعف غیر عادی ضربان آهسته سریع ونامنظم قلب (بویژه با تزریق وریدی مقادیرزیاد دارو)، کاهش توانایی جنسی اسهال سرگیجه یا سردرد، کرامپ عضلانی بثورات جلدی تورم سیناپسها در زنان ومردان آسیب برگشت‌پذیر کبد یا کلیه بامصرف این دارو گوارش شده‌اند.

تداخل‌های داروئی جذب سایمتیدین

در حضور آنتی‌اسیدها کاهش می‌یابد.متابولیسم داروهای ضدانعقاد

خوراکی بنزودیازپین‌ها به‌خصوص کلردیازپوکساید و دیازپام مترونیدازول فنی‌توئین پروپرانولول و گزانتین‌ها درصورت مصرف همزمان با سایمتیدین کاهش می‌یابد. سایمتیدین ممکن است دفع‌پروکائین آمید، آمیودارون و کینیدین راکاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بهتر است این

دارو با هر وعده غذا و قبل از خواب‌مصرف شود.

۲ ـ احتمال تشدید درد مفاصل پس ازتزریق دارو وجود دارد.

۳ ـ آمپول تزریقی سایمتیدین با سرمهای‌تزریقی سازگار است

۴ ـ تزریق وریدی مقادیر زیاد این داروتوصیه نمی‌شود زیرا خطر بروز اریتمی‌قلبی وجود دارد.

۵ ـ کشیدن سیگار موجب کاهش اثر این‌دارو می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی و تزریقی

بزرگسالان در درمان زخم دوازدهه ۳۰۰میلی گرم ۴ بار در روز (همراه هر وعده غذاو موقع خواب یا ۴۰۰ میلی گرم دوبار درروز

(صبح و موقع خواب مصرف‌می‌شود. برای پیشگیری از بازگشت زخم‌دوازدهه ۳۰۰ میلی گرم دو بار در روز یا۴۰۰ میلی گرم موقع خواب برای مدت‌طولانی مصرف می‌شود.

در درمان زخم معده خوش خیم ۳۰۰میلی‌گرم ۴ بار در روز یا ۴۰۰ میلی گرم

دو بار در روز مصرف می‌شود. در ترش‌کردن معده یا سوزش سر دل ۲۰۰میلی‌گرم موقع بروز علایم مصرف‌می‌شود. برای کاهش ترشح اسید معده

در بیماری‌های نظیر سندرم زولینجر ـالسیون ۳۰۰ میلی گرم ۴ بار در روز

یا بر حسب نیاز بیمار تا رفع علایم

بالینی مصرف می‌شود. در درمان‌بازگشت محتویات معده به مری

۱۶۰۰mg/day ـ ۸۰۰ در مقادیر منقسم برای۱۲ هفته مصرف می‌گردد. همچنین دردرمان خونریزی معده ۳۰۰ میلی گرم ۴ باردر روز یا ۶۰۰ میلی گرم ۲ بار در روزمصرف می‌شود. بیشینه مقدار مصرف‌بزرگسالان ۲/۴ g/day است

کودکان در درمان زخم دوازدهه یا زخم‌معده ۴۰ mg/kg/day ـ ۲۰ در ۴ مقدار منقسم با هر وعده غذا و موقع خواب ، و دردرمان بازگشت محتویات معده به مری ۸۰ mg/kg/day ـ ۴۰ در ۴ مقدار منقسم یا براساس نیاز بیمار مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Film Coated Tablet: ۲۰۰ mg

Syrup: ۲۰۰ mg / ۵ml

Injection: ۲۰۰ mg / ۲ml

CISAPRIDE

موارد مصرف سیساپراید برای درمان‌علائم و ضایعات ناشی از برگشت‌محتویات معده به مری بهبود عوارض‌ناشی از رفع کندی تخلیه معده در اثردیابت اسکلروز سیستمیک نوروپاتی‌اعصاب خودکار و در درمان سوء هاضمه‌دیسپپسی تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب آزادشدن‌استیل کولین از اعصاب کولینرژیک دردستگاه گوارش می‌شود. بدین ترتیب این‌دارو فعالیت و انقباض عضلات اسفنکترتحتانی مری را افزایش می‌دهد و تخلیه‌معده را تسریع می‌کند که در نتیجه زمان‌عبور محتویات روده کوتاه می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب این دارو سریع وکامل است متابولیسم دارو کبدی و دفع آن‌از طریق کلیه و مدفوع می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در مواردی که‌تحریک معدی ـ روده‌ای خطرناک باشد(مانند خونریزی انسداد یا سوراخ شدت‌لوله گوارش نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مقدار مصرف این دارو دربیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا کبد درابتدای درمان باید نصف مقادیر معمول‌باشد.

۲ ـ مصرف این دارو در بیماران‌سالخورده یا مبتلا به اختلالات قلبی باید بااحتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی کرامپ شکمی و اسهال افزایش دفعات دفع ادرار، سردرد، تشنج تکرر ادرار، اثرات خارج هرمی اختلال درعملکرد کبد و آریتمی بطنی از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌یکسری از داروها با سیساپراید خطر بروزآریتمی بطنی که ممکن است کشنده باشد،را افزایش می‌دهد. از اینرو مصرف‌همزمان سیساپراید با مسدودکننده‌های‌کانال کلسیم و داروهای آنتی هیستامین‌توصیه نمی‌شود. همچنین اریترومایسین فلوکونازول کتوکونازول و مایکونازول‌احتمالا ـ از طریق مهار متابولیسم این دارو،غلظت پلاسمایی آن و خطر بروز

آریتمی راافزایش می‌دهند. داروهای ضد درداوپیوئیدی و داروهای آنتی موسکارینی‌اثرات سیساپراید را خنثی می‌سازند.

سیساپراید اثر داروهای ضد انعقادخوراکی را ممکن است افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در نارسایی کبد وکلیه مقدار مصرف دارو نصف شود.

۲ ـ توصیه می‌شود که این دارو ۱۵ دقیقه‌قبل از غذا و در موقع خواب (در موردعلائم شبانه همراه با یک آب یا نوشیدنی‌دیگر مصرف گردد.

مقدار مصرف در ضایعات مخاطی ناشی ازبرگشت محتویات معده به مری ۱۰میلی‌گرم ۳-۴ بار در روز یا ۲۰ میلی‌گرم‌دو بار در روز (طول دوره درمان ۱۲ هفته مصرف می‌شود. درمان نگهدارنده‌عبارتست از ۲۰ میلی‌گرم در موقع خواب یا۱۰ میلی‌گرم ۲ بار در روز (در صورتی که‌ضایعات خیلی شدید باشند ۲۰ میلی‌گرم‌دوبار در روز، در صورتی که کرامپ‌های‌شکمی شدید بروز کند مقدار ۲۰ میلی‌گرم‌نصف و دفعات مصرف دو برابر می‌شود).در کندی تخلیه معده ناشی از دیابت اسکلروز سیستمیک و نوروپاتی اعصاب‌خودکار، ۱۰ میلی‌گرم ۳-۴ بار در روز به‌مدت ۶ هفته مصرف می‌شود (در صورت‌لزوم می‌توان طول دوره درمان را بیشترکرد). در درمان علائم سوء هاضمه ۱۰میلی‌گرم ۳ بار در روز (طول دوره درمان‌معمولا ۴ هفته تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵ mg, ۱۰ mg

Suspension: ۱ mg/ml

CLIDINIUM – C

موارد مصرف این دارو به‌طور کلی دردرمان زخمهای گوارشی و سندرم روده‌تحریک‌پذیر به‌کار می‌رود. این داروهمچنین به‌عنوان داروی کمکی در کاهش‌ترشحات اسیدمعده و در درمان‌آنتروکولیت حاد مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلیدینیوم بامهار گیرنده‌های‌موسکارینی باعث کاهش ترشحات وحرکات دودی دستگاه گوارش می‌شود.کلردیازپوکساید بااثر برروی گیرنده‌های‌گاما آمینوبوتیریک اسید (GABA) در CNSباعث کاهش تحریکات عصبی گردیده وبه‌صورت کمکی در کاهش ترشحات‌دستگاه گوارش موثر است

فارماکوکینتیک جذب گوارشی کلیدینیوم‌کم و متغیر است طول اثر آن در حدود سه‌ساعت است راه اصلی دفع کلیدینیوم ازطریق مدفوع است کلردیازپوکسایدبه‌خوبی جذب می‌شود و پس از جذب‌متابولیزه شده و گاهی تا چند هفته‌متابولیت‌های آن دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱ ـ بیماران سالخورده‌به‌عوارض ضدموسکارینی کلیدینیوم واحتمال بروز ناگهانی گلوکوم حساسترهستند.

۲ ـ در عیب کار کبد، ناپایداری وضعیت‌قلبی عروقی فتق مری هیپرتروفی‌پروستات و کولیت اولسروز شدید انسدادروده میاستنی گراو، استعداد ابتلای به‌گلوکوم و احتباس ادرار با احتیاط مصرف‌می‌شود.

عوارض جانبی به‌دلیل اثرات آنتی‌موسکارینی احتمال افزایش سریع درجه‌حرارت بدن در مناطق گرم وجود دارد. ازعوارض شایع آن احساس نفخ کاهش‌تعریق و سرگیجه را می‌توان نام برد.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌فرآورده با داروهای مضعف CNS وداروهای پایین آورنده فشارخون با اثرتضعیف CNS ممکن است منجر به‌افزایش‌اثر تسکینی این داروها گردد. مصرف‌همزمان با آمانتادین داروهای‌ضدهیستامینی سایر داروهای ضدموسکارینی دیسوپیرامید، هالوپریدول ومهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز (MAO)موجب افزایش اثرات آرام‌بخش و ضدموسکارینی این داروها می‌گردد. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ضداسید یاداروهای ضداسهال جاذب ممکن است‌منجر

به‌کاهش اثرات درمانی کلیدینیوم‌شود. مصرف همزمان دیگوکسین باکلیدینیوم به‌علت کاهش حرکات مجرای‌گوارش ممکن است منجر به‌افزایش غلظت‌سرمی دیگوکسین شود. تجویز همزمان‌این فرآورده با کتوکونازول ممکن است‌منجر به‌کاهش قابل ملاحظه‌ای در جذب‌کتوکونازول شود. کلیدینیوم ممکن است‌بااثرات متوکلوپرامید بر روی حرکات‌مجرای گوارش مقابله کند. مصرف‌همزمان کلیدینیوم با کلرور پتاسیم

ممکن است منجر به‌افزایش شدت ضایعات‌گوارشی حاصل از کلرور پتاسیم

شود.

مصرف همزمان کلیدینیوم با داروهای‌ضد میاستنی ممکن است موجب کاهش هرچه بیشتر حرکات روده‌ها شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ توصیه می‌شود این‌دارو نیم ساعت تا یکساعت قبل از غذامصرف شود.

۲ ـ در صورت بروز سرگیجه منگی خواب‌آلودگی یا تاری دید احتیاط شود.

۳ ـ از مصرف داروهای ضداسهال طی ۲ـ۱ساعت پس از مصرف این دارو خودداری گردد.

۴ ـ بامصرف این دارو ممکن است خشکی‌دهان بینی یا گلو بروز نماید.

۵ ـ در هنگام فعالیت بدنی یا در هوای گرم‌باید احتیاط کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک یا دوقرص ۴ـ۱ بار در روز ۶۰ـ۳۰ دقیقه قبل ازغذا مصرف شده و سپس مقدار مصرف‌دارو براساس نیاز و تحمل بیمار تنظیم‌می‌شود. در کودکان بنا به‌نظر پزشک‌مصرف می گردد.

اشکال دارویی

Tablet: Clidinium Bromide ۲.۵ mg +Chlordiazepoxide HCl ۵ mg

DICYCLOMINE

موارد مصرف دی‌سیکلومین به‌صورت‌کمکی در ناراحتی‌های دستگاه گوارش که‌همراه با اسپاسم عضلات صاف می‌باشداستفاده می گردد.

مکانیسم اثر: این دارو به‌دلیل اثرات‌ضدموسکارینی خود می‌تواند باعث‌شل‌شدن عضلات صاف و مهار اسپاسم وترشحات در دستگاه گوارش گردد.

فارماکوکینتیک پس از تجویز خوراکی یاعضلانی به‌سرعت جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در موارد زیرنباید مصرف شود: گلوکوم با زاویه بسته بازگشت محتویات معده به مری انسدادفلجی روده انسداد روده بیماریهای‌انسدادی مجاری ادرار و میاستنی گراو،همچنین مصرف این دارو در کودکان باسن کمتر از ۶ ماه توصیه نمی‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در افراد سالخورده بابیماری‌انسدادی مجاری ادرار یا بزرگی پروستات‌بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ در موارد زیر بااحتیاط مصرف شود:

تاکیکاردی نارسائی قلبی انسداد فلجی‌روده کولیت اولسروز و تنگی پیلور.

۳ ـ بامصرف الگزیر این دارو، بروز

علائم تنفسی مانند اشکال در تنفس تنگی‌نفس کلاپس تنفسی و آپنه همچنین‌حملات تشنجی گزارش شده که احتمالاًبه‌دلیل آسپیره‌شدن دارو به‌داخل ریه‌هااست

عوارض جانبی خشکی دهان اشکال در بلعو نوشیدن و برافروختگی گشادشدن‌مردمک افزایش فشار داخل کره چشم خشک شدن

پوست یبوست اشکال دردفع ادرار، برادیکاردی و به‌دنبال آن‌تاکیکاردی واکنشی و تپش قلب و آریتمی‌از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌دارو، باداروهای مضعف CNS می‌تواند اثرآنها را تشدید نماید. مصرف همزمان این‌دارو با داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای آنتی‌هیستامین‌ها، ضدجنون‌ها و داروهای‌دوپامینرژیک اثرات آنتی‌کلینرژیک این‌داروها تشدید می‌گردد. مصرف همزمان‌دی سیکلومین با کتوکونازول باعث کاهش‌جذب آن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش تحریک‌معده این دارو همراه غذا یا شیر مصرف‌شود.

۲ ـ از مصرف داروهای ضداسید یاداروهای ضداسهال بافاصله کمتر از ۲ـ۱ساعت از مصرف این دارو، خودداری گردد.

۳ ـ در صورت فعالیت شدید بویژه درهوای گرم احتمال بالارفتن دمای بدن‌وجود دارد.

۴ ـ پس از مصرف این دارو از کار باوسایل‌و آلاتی که به‌هوشیاری نیاز دارند ازجمله‌رانندگی خودداری گردد.

۵ ـ از تزریق وریدی این دارو خودداری‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲۰ـ۱۰ میلی‌گرم سه باردر روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۲۴ـ۶ ماهه ۱۰ـ ۵میلی‌گرم حداکثر ۴ـ۳ بار در روز قبل از غذامصرف می‌گردد. در کودکان ۱۲ـ۲ سال‌مقدار ۱۰ میلی‌گرم سه بار در روز مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۱۰ mg

Elixir: ۱۰ mg/۵ ml

Injection: ۲۰ mg/۲ ml

DIGESTIVE

موارد مصرف دایجستیو در درمان‌اختلالات گوارشی ناشی از بیماریهای‌کیسه صفرا یا کبد، بیماری مزمن معده یاروده اختلالات گوارشی ناشی از جراحی‌کیسه صفرا و روده‌ها و نفخ مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌علت وجود فعالیت‌های‌آنزیماتیک (پروتئاز، آمیلاز و لیپاز) در این‌دارو هضم چربی‌ها و پروتئین‌ها و نشاسته‌در مجرای گوارش باسهولت بیشتری انجام‌می‌شود. فعالیت این دارو در زمینه هضم‌چربی‌ها از پانکراتین بیشتر است

موارد منع مصرف این دارو در آسیب‌شدید کلیوی انسداد مجاری صفراوی وعفونت کیسه صفرا نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ بیمارانی که نسبت‌به‌پروتئین‌های حیوانی عدم تحمل نشان‌می‌دهند ممکن است این دارو را نیز تحمل‌نکنند.

۲ ـ در صورت جویده‌شدن قرص احتمال‌بروز تحریک لبها و زبان وجود دارد.

عوارض جانبی بیشتر عوارض ناشی ازمصرف بیش از حد دارو می‌باشد که‌می‌تواند منجر به‌تحریک دهان و مری‌شود.

تداخل‌های داروئی جذب فرآورده‌های‌خوراکی حاوی آهن در مصرف همزمان‌بااین دارو کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو همراه با غذایا بلافاصله قبل یا بعد از غذا میل شود.

۲ ـ از جویدن قرصها خودداری شود.

۳ ـ در صورت بروز اسهال درد شکمی وناراحتی‌های دیگر گوارشی باپزشک‌مشورت گردد.

مقدار مصرف ۳ـ۲ قرص همراه باغذا یا پس‌از آن مصرف شود.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: Pancreatin(Amylase ۶۰۰۰ fipu + Lipase ۱۰۵۰۰ fiup+ Protease ۶۰۰ fipu) + Simethicone۴۰mg

DIMETHICONE

موارد مصرف این دارو در کنترل علائم‌ناشی از احتباس گاز در دستگاه گوارش‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: دایمتیکون احتمالا باعث‌کاهش کشش سطحی حباب‌های گازمی‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو بدون تغییر ازطریق مدفوع دفع می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ رعایت رژیم‌غذائی وانجام ورزش مناسب برای جلوگیری ازایجاد گاز و مشکلات ناشی از آن اهمیت‌دارد.

۲ ـ این دارو بهتر است بعد از غذا و هنگام‌خواب مصرف شود.

۳ ـ قرص‌های دایمتیکون باید کاملا جویده‌شوند.

۴ ـ مصرف این دارو در درمان قولنج‌نوزادان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف مقدار ۴۰ میلی‌گرم از قطره یا۲ـ۱ قرص در روز بعد از غذا و هنگام خواب‌مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۴۰ mg/ml

Chewable Tablet: ۴۰mg

DIPHENOXYLATE

موارد مصرف ترکیب دیفنوکسیلات وآتروپین به‌صورت کمکی در درمان‌علامتی اسهال‌های مزمن و حاد و همچنین‌کولیت اولسرز خفیف و مزمن مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: دیفنوکسیلات احتمالابه‌صورت موضعی و مرکزی باعث مهارحرکات دودی روده می‌شود. آتروپین که‌عمدت ?به‌دلیل جلوگیری از سوء استفاده‌داروئی به‌این فرآورده اضافه می‌گردد،دارای خاصیت ضدموسکارینی می‌باشد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دیفنوکسیلات‌کبدی است و متابولیت اصلی دارو نیزاثری مشابه خود دارو دارد. نیمه‌عمردیفنوکسیلات ۲/۵ ساعت و نیمه‌عمرمتابولیت آن در حدود ۱۲ ساعت است زمان لازم برای شروع اثر یک ساعت ومدت اثر آن ۴ـ۳ ساعت می‌باشد. دفع دارواز طریق مدفوع و کلیه است

موارد منع مصرف در اسهال شدید ناشی‌از کولیت اولسراتیو یا ناشی از کولیت‌پسودوممبران نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ کودکان و بیماران‌سالخورده به‌ضعف تنفسی ناشی ازدیفنوکسیلات حساستر هستند.

۲ ـ در افراد مبتلا به‌دهیدراتاسیون و مبتلابه‌اسهال ناشی از میکروارگانیسم‌هابااحتیاط فراوان مصرف می‌گردد.

عوارض جانبی عوارض آن معمولا کم وشامل تاری دید، مشکل در دفع ادرار،خشکی پوست و دهان یاتب می‌باشد.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌باسایر داروهای اعتیادآور و مضعف CNSخطر اعتیاد را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان با داروهای پائین آورنده‌فشارخون با اثر تضعیف CNS می‌تواند اثرمضعف CNSدیفنوکسیلات را افزایش‌دهد. اثر ضدموسکارینی آمانتادین هالوپریدول فنوتیازین‌ها و پروکائین‌آمیدممکن است اثرات آتروپین موجود در این‌فرآورده را افزایش دهد. مصرف همزمان‌باداروهای مهارکننده مونوآمینواکسیداز (MAO)ممکن است منجر به‌بروز ناگهانی‌بحران زیادی فشارخون شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزتحریک معده همراه غذا مصرف شود.

۲ ـ در صورت مصرف طولانی مدت احتمال وابستگی به‌دارو وجود دارد.مصرف طولانی مدت این دارو، فقط درصورت بهبود علایم بالینی بیماری و زیرنظر پزشک باید صورت گیرد.

۳ ـ به‌دلیل بروز خواب‌آلودگی یا سرگیجه‌از انجام کارهایی که نیازمند دقت هستندازجمله رانندگی خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای شروع ۵ ـ ۲/۵ میلی‌گرم

(۲ ـ ۱ قرص از این دارو ۴ـ۳ بار در روز وبه‌عنوان مقدار نگهدارنده مقدار ۲/۵میلی‌گرم ۳ـ۲ بار در روز برحسب نیازمصرف شود.

کودکان در کودکان با سن بیش از ۱۲ سال‌به‌مقدار ۰/۴ mg/kg/day ـ ۰/۳ در مقادیرمنقسم تجویز گردد.

اشکال دارویی

Tablet: Diphenoxylate HCI ۲.۵ mg +Atropine Sulfate ۰.۰۲۵ mg

FAMOTIDINE

موارد مصرف فاموتیدین در درمان‌زخمهای خوش‌خیم معده و دوازدهه زخم‌ناشی از برگشت محتویات معده به‌مری وسندروم زولینگر ـ الیسون به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق رقابت‌باهیستامین در سطح گیرنده‌های H۲ درسلول‌های جداره‌ای ترشح پایه‌ای اسیدمعده و همچنین تحریک ترشح اسید توسطغذا، پنتاگاسترین و سایر محرکهای ترشح‌اسیدمعده را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو به‌سرعت ولی‌به‌طور ناقص ۴۵ ـ ۴۰ درصد از مجرای گوارش جذب می‌گردد و به‌میزان کمی دراولین عبور کبدی خود متابولیزه می‌گردد.اتصال دارو به‌پروتئینهای پلاسما کم است اوج غلظت سرمی آن طی ۲ ساعت پس ازمصرف و طول اثر دارو ۱۲ ـ ۱۰ ساعت‌می‌باشد. بیشتر دارو به‌صورت تغییرنیافته از کلیه دفع می‌گردد.

هشدارها: ۱ ـ بیمارانی که به‌سایمتیدین‌عدم تحمل نشان می‌دهند، ممکن است این‌دارو را نیز تحمل نکنند.

۲ ـ در صورت وجود عیب کار کبد یا کلیه وبا احتیاط مصرف شود.

۳ ـ به‌طورکلی مصرف داروهای مسددگیرنده H۲ بندرت برای بیش از ۸ هفته‌ضروری است برای مصارف طولانی مدت‌این داروها مطالعه‌ای صورت نگرفته است

عوارض جانبی عوارض این دارو شایع‌نیست و بیشتر شامل اسهال یا یبوست‌سرگیجه یا سردرد و نفخ شکم می‌باشد.

تداخل‌های داروئی جذب این دارو درحضور آنتی‌اسیدها کاهش می‌یابد.

با وجود آنکه رایمنتیدین در مقایسه باسایمتیدین یک مهارکننده ضعیف‌ترآنزیم‌های کبدی است با این وجود درمصرف همزمان سایر داروها با این داروباید احتیاط کرد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ کشیدن سیگار موجب‌کاهش اثر این دارو می‌شود.

۲ ـ برای بیماران سالخورده یا مبتلا به‌نارسایی کبدی یا کلیوی ممکن است به‌کاهش مقدار مصرف دارو نیاز باشد.

مقدار مصرف در زخم خوش‌خیم معده ودوازدهه ۴۰ میلی‌گرم هرشب به‌مدت ۸ـ۴هفته مصرف می‌شود. مقدار مصرف‌نگهدارنده آن ۲۰ میلی‌گرم در هر شب‌می‌باشد. در درمان عوارض بازگشت‌محتویات معده به مری ۴۰ـ۲۰ میلی‌گرم‌دوبار در روز برای مدت ۱۲ـ۶ هفته‌مصرف می‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده‌آن ۲۰ میلی‌گرم دوبار در روز می‌باشد. درسندرم زولینگر ـ الیسون ۲۰ میلی‌گرم هر ۶ساعت تجویز می‌شود که مقدار مصرف رامی‌توان تا ۸۰۰mg/day در مقادیر منقسم‌افزایش داد.

اشکال دارویی

Film Coated Tablet: ۲۰ mg

Film CoatedTablet: ۴۰ mg

HYOSCINE–N–BUTYL BROMIDE

موارد مصرف این دارو در اسپاسم گوارشی‌یا ادراری ـ تناسلی قاعدگی دردناك همراه‌با اسپاسم اسپاسم حاد، مانند قولنج‌صفراوی یا کلیوی به‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به‌دلیل اثرات ضدموسکارینی سبب شل‌شدن عضلات صاف‌اعضای حفرات شکمی و لگن می‌گردد.

فارماکوکینتیك به‌مقدار کمی از مجرای‌گوارش جذب می‌شود. طول مدت اثر آن‌کوتاهتر از آتروپین می‌باشد.

موارد منع مصرف ۱ ـ به‌دلیل بروزاحتمالی اثر گشادکننده مردمك چشم این‌دارو نباید در بیماران مبتلا به‌گلوکوم‌تجویز شود.

۲ ـ این دارو در بیماران مبتلا به پورفیری‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در افراد سالخورده بابیماری‌انسداد مجاری ادرار یا بزرگی پروستات‌بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ در موارد زیر بااحتیاط مصرف شود:

تاکیکاردی نارسائی قلبی انسداد فلجی‌روده کولیت اولسروز و تنگی پیلور.

عوارض جانبی بروز خشکی دهان کاهش‌موقت تطابق چشم و گاهی تاکیکاردی ازعوارض جانبی این دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در طول مصرف این‌دارو، به‌دلیل احتمال بروز خواب‌آلودگی ازرانندگی و کار باابزار و آلات‌تی که نیازبه‌هوشیاری دارند، خودداری گردد.

۲ ـ محلول تزریقی این دارو را می‌توان بامحلول‌های تزریقی دکستروز وکلرورسدیم ۰/۹ درصد مخلوط نمود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲۰ میلی‌گرم چهار بار در روزمصرف می‌شود.

کودکان در کودکان ۱۲ـ۶ سال مقدار ۱۰میلی‌گرم سه بار در روز تجویز شود.

تزریقی

مقدار ۲۰ میلی‌گرم بصورت عضلانی و یاوریدی (در اسپاسم شدید) تزریق می‌شودکه در صورت لزوم پس از نیم ساعت قابل‌تکرار است

شیاف

بزرگسالان روزی ۳ـ۱ شیاف مصرف‌می‌شود.

کودکان یك شیاف در روز مصرف‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰ mg

Suppository: ۱۰ mg

Pediatric Suppository: ۷.۵ mg

Injection: ۲۰ mg/ml

IPECAC

موارد مصرف ایپکا به‌عنوان ماده قی‌آوردر درمان اضطراری مصرف مقادیر بیش‌از حد داروها و در درمان مسمومیتهاتجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ایپکا عمدت ?ناشی ازآلکالوئیدهای اصلی آن یعنی امتین وسفالین می‌باشد. این آلکالوئیدها از طریق‌موضعی سبب تحریک مخاط معده و ازطریق مرکزی سبب تحریک منطقه ماشه‌ای‌گیرنده‌های شیمیائی (CTZ) در بصل‌النخاع‌شده و سبب بروز استفراغ می‌گردند.

فارماکوکینتیک اثر دارو پس از ۳۰ ـ ۲۰دقیقه شروع می‌شود. طول مدت اثر دارو۳۰ـ ۲۵ دقیقه می‌باشد. دارو به‌آهستگی ازبدن دفع می‌گردد به‌طوریکه تا ۶۰ روز پس‌از مصرف آن را در ادرار می‌توان‌تشخیص داد.

موارد منع مصرف ۱ ـ این فرآورده درمسمومیت با مواد خورنده قوی (مانند‌اسیدها یا قلیاییها) و نیز مسمومیت با موادنفتی نباید مصرف شود.

۲ ـ از مصرف این فرآورده در مواردی که‌احتمال آسپیراسیون محتویات معده‌وجود دارد، مانند اغما یا عدم هوشیاری‌بیمار، و نیز در صورت شوک احتمال بروزتشنج و بیماری قلبی عروقی باید خودداری‌کرد.

هشدارها: ۱ ـ در مواردی که احتمال‌آسپیراسیون وجود دارد از جمله اغماءبااحتیاط فراوان مصرف گردد.

۲ ـ در مسمومیت بااسیدها و مواد قلیایی‌قوی بااحتیاط فراوان و با در نظر گرفتن‌شرایط بیمار باید استفاده شود.

عوارض جانبی علائم مصرف بیش از حدعبارتند از اسهال تهوع و یااستفراغ مداوم کرامپ معده اشکال در تنفس خستگی‌غیرعادی و سفتی عضلات در صورت‌جذب دارو دارای اثرات قلبی است

تداخل‌های داروئی ذغال فعال شده شربت‌ایپکا را جذب کرده و اثر قی‌آور آن راکاهش می‌دهد. اگر استفاده هر دو داروضرورت داشته باشد ذغال فعال پس ازاستفراغ ناشی از ایپکا داده شود. مصرف‌داروهای ضداستفراغ اثر آن را کاهش‌می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از مصرف همزمان‌دارو با شیر یا نوشابه‌های گازدارخودداری شود.

۲ ـ ذغال فعال شده فقط پس از بروزاستفراغ به‌دنبال مصرف شربت ایپکامصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان قی‌آور، مقدار ۳۰ـ ۱۵میلی‌لیتر همراه بایک لیوان آب مصرف‌شود. می‌توان پس از ۳۰ دقیقه یک مقدارواحد دیگر مصرف نمود ولی در صورت‌عدم استفراغ باید شستشوی معده انجام‌گیرد.

کودکان باسن ۱۲ـ۶ ماه ۱۰ـ۵ میلی‌لیتر،همراه با نصف لیوان آب و در کودکان۱۲ ـ۱ سال مقدار ۱۵ میلی‌لیتر همراه بایک‌لیوان آب مصرف شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۰.۱۴٪ Total Alkaloids

LAXATIVES

Glycerin Bisacodyl

Lactoluse

Magnesium Hydroxide

Sorbitol Mineral Oil

در حال حاضر پنج نوع ملین وجود دارد:

۱ ـ ملین‌های حجیم‌کننده

۲ ـ ملین‌های تحریک‌کننده

۳ ـ نرم‌کننده‌های مدفوع

۴ ـ ملین‌های اسموتیک

۵ ـ محلولهای تمیزکننده دستگاه گوارش

قبل از تجویز مسهل‌ها باید مشخص شودکه فرد دچار یبوست است و این عارضه‌ناشی از یک بیماری پس زمینه تشخیص‌داده شده نباشد. یبوست یعنی عبور مدفوع‌سفت در زمانی طولانی‌تر از حد معمول‌اجابت مزاج در روده بیمار به‌طوریکه‌منجر به‌ناراحتی فرد بیمار گردیده باشد.علاوه بر این ملین‌ها در مواردی که یبوست‌به‌دلیل استفاده از دارو ایجاد گردیده است در مواردی که پس از استفاده از داروهای‌ضدکرم نیاز به‌تخلیه است و همچنین پیش‌از جراحی‌های دستگاه گوارش استفاده‌می‌گردد.

در کودکان شیرخوار و همچنین درکودکانی که رژیم‌غذایی آنها فاقد فیبرهای‌غذائی و مایعات باشد، احتمال دارد که‌تعداد دفعات اجابت مزاج به‌طور طبیعی‌کاهش یابد. عدم دفع مدفوع بیش از سه‌روز معمولا می‌تواند موجب سفتی درد واسپاسم در هنگام دفع گردد و ضمن?به‌تدریج موجب عادت دستگاه گوارش‌به‌پاسخ دهی نسبت به‌حجم مدفوع گردد.اگر مقادیر مایعات و فیبرهای غذائی جهت‌ایجاد پاسخ اجابت مزاج کافی نباشد، دراین صورت احتمالا ـ ملین‌های اسموتیک‌مانند لا ـکتولوز و یا ملین‌های حجیم‌کننده‌مفید خواهند بود. در مواردی که بیماربه‌ملین‌های اسموتیک و حجیم‌کننده مدفوع‌پاسخ نمی‌دهد، در این صورت می‌توان ازملین‌های محرک استفاده کرد. البته درصورت وجود انسداد این ملین‌ها مشکل‌زامی‌باشند.

مکانیسم اثر: ملین‌های حجیم‌کننده مدفوع‌از طریق جذب آب باعث افزایش حجم ورطوبت مدفوع می‌شوند و در نتیجه باعث‌تحریک حرکات دودی روده می‌شوند.ملین‌های نرم‌کننده باکاهش کشش سطحی‌باعث افزایش نفوذپذیری آب به‌داخل‌مدفوع و سپس نرم شدن مدفوع می‌گردند.ملین‌های اسموتیک باافزایش فشار اسمزی‌در روده باعث جذب مایعات و انبساط‌کولون می‌گردند و در نتیجه حرکات دودی‌روده افزایش می‌یابد. ملین‌های محرک‌باتحریک مستقیم جداره روده باعث‌افزایش حرکات دودی می‌گردند و به‌همین‌دلیل از جذب بیش از حد مایعات موجود درروده نیز جلوگیری به‌عمل می‌آورند.ملین‌های بااثر >لغزنده‌ساز <معمولاباتشکیل لایه‌های غیرقابل اختلاط باآب برروی سطح مدفوع موجود در روده‌قرارگرفته باعث احتباس آب در مدفوع‌می‌گردند.

موارد مصرف ملین‌های حجیم‌کننده دربیمارانی که کولوستومی ایلئوستومی‌شده یا هموروئید، فیستول اسهال مزمن وکولون تحریک‌پذیر دارند، به‌کار می‌رود.همراه با این نوع ملین‌ها باید مقادیرمتناسبی مایعات مصرف گردد تا از انسدادروده جلوگیری به‌عمل آید.

ملین‌های بااثر لغزنده‌ساز از جمله

پارافین مایع به‌صورت خوراکی دربیماران مبتلا به هموروئید مصرف‌می‌شوند و بعضی از انواع نیز مانندگلیسرول می‌تواند به‌صورت شیاف‌مصرف گردد.

ملین‌های اسموتیک مثل املاح منیزیم درمواردی که نیاز است محتویات روده‌به‌سرعت تخلیه گردد، استفاده می‌گردند.

موارد منع مصرف به‌طورکلی هیچ یک ازملین‌ها در موارد زیر نباید مصرف شوند:آپاندیسیت یا نشانه‌های آن خونریزی‌رکتوم با علت نامشخص نارسایی احتقانی‌قلب یا زیادی فشارخون دیابت تراکم‌مدفوع و انسداد روده

نکات قابل توصیه ۱ ـ به‌طور کلی از مصرف‌ملین‌ها باید خودداری کرد، مگر این که‌یبوست موجب بدتر شدن شرایط بیمار(بویژه

مبتلایان به آنژین صدری یا احتمال‌بروز خونریزی رکتوم شود.

۲ ـ به‌طور کلی از مصرف ملین‌ها درکودکان باید خودداری کرد، مگر این که‌توسط پزشک تجویز شده باشد.

BISACODYL

موارد مصرف بیساکودیل به عنوان یک مسهل محرک برای درمان کوتاه مدت‌یبوست و تخلیه رکتوم و کولون قبل ازانجام آزمونها یا جراحی کولون مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو احتمالا بااثر مستقیم‌بر روی عضلات صاف روده باعث افزایش‌حرکات پریستالتیک روده می‌شود.

فارماکوکینتیک اثر این دارو پس از ۸ـ۶ساعت شروع می گردد.

موارد منع مصرف بیساکودیل در صورت‌وجود آپاندیسیت یا نشانه‌های آن یاخونریزی مقعد و نیز در انسداد روده‌باعلت نامشخص نباید مصرف شود. این‌دارو در صورت کولوستومی یاایلئوستومی نباید مصرف شود.

هشدارها: استفاده از این دارو در کودکان‌با سن کمتر از ۶ سال باید زیرنظر پزشک‌صورت گیرد.

عوارض جانبی از عوارض احتمالی این‌دارو می‌توان از آروغ‌زدن کرامپ اسهال تهوع و تحریک پوستی در اطراف مقعد نام‌برد.

تداخل‌های داروئی مصرف بیش از حد این‌دارو باعث دفع املاح پتاسیم می‌شود و اثرداروهای مدر در کاهش غلظت سرمی‌پتاسیم را کاهش می‌دهد. مصرف همزمان‌داروهای ضداسید و شیر با قرص‌های‌بیساکودیل ممکن است باعث حل شدن‌سریع روکش قرصها و در نتیجه بروزتحریک معده یا دوازدهه شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از جویدن یاخردکردن قرصهای بیساکودیل یا ازمصرف آن با داروهای ضداسیدخودداری گردد.

۲ ـ در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تادو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، ازمصرف این دارو خودداری گردد.

۳ ـ مصرف طولانی مدت این دارو ممکن‌است سبب وابسته‌شدن کار روده به‌آن گردد.

۴ ـ احتمال بروز بثورات جلدی و کرامپ‌به‌خصوص در صورت مصرف با معده‌خالی وجود دارد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای درمان یبوست مقدار

۱۰ – ۵ میلی گرم در شب مصرف می‌شودکه در صورت لزوم این مقدار تا ۲۰ ـ ۱۵میلی گرم افزایش می‌یابد. برای تخلیه‌روده‌ها قبل از اعمال رادیولوژی یا جراحی ۱۰ میلی گرم در شب از دو شب قبل‌مصرف می‌شود.

کودکان در درمان یبوست در کودکان باسن کمتر از ۱۰ سال سن مقدار ۵ میلی گرم‌و برای تخلیه روده نصف مقادیر مصرف‌بزرگسالان مصرف می‌شود.

شیاف

بزرگسالان برای درمان یبوست ۱۰میلی گرم در صبح و برای تخلیه روده درصورت لزوم علاوه بر مصرف خوراکی‌دارو ۱۰ میلی گرم یک ساعت قبل از عمل‌جراحی یا عکسبرداری استعمال می گردد.

کودکان نصف مقدار مصرف بزرگسالان‌مصرف شود.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: ۵ mg

Suppository: ۱۰ mg

Pediatric Suppository: ۵ mg

GLYCERIN

موارد مصرف گلیسیرین به‌عنوان ملین‌هیپراسموتیک و نرم کننده برای پیشگیری‌از یبوست استفاده می گردد.
مکـانیسم اثر: به‌دلیـل اثر هیپراسـموتیک آب‌را در روده جـذب و محتویـات روده راحجیـم می کنـد کـه منجر بـه‌تحریک حرکات‌پریستالتیک روده و تحرک مدفوع نیزمی گردد.
فارماکوکینتیک زمان شروع اثر دارو پس ازمصرف از راه مقعد در حدود ۱ـ۰/۲۵ساعت است
موارد منع مصرف این دارو در صورت‌کولوستومی یا ایلئوستومی نباید مصرف‌گردد.
عوارض جانبی ممکن است باعث از دست‌رفتن آب بدن تهوع و استفراغ شود.
تداخل‌های داروئی مصرف طولانی آن‌ممکن است به‌دلیل دفع پتاسیم اثر
داروهای مدر نگهدارنده پتاسیم را کاهش‌دهد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت وجودعلائم آپاندیسیت و تا دو ساعت بعد ازمصرف سایر داروها، از مصرف آن‌خودداری شود.
۲ ـ مصرف طولانی مدت این دارو که‌به‌صورت عادت درآمده باشد، ممکن است‌باعث وابسته‌شدن کار روده به‌آن گردد.
مقدار مصرف یک شیاف استعمال و به‌مدت‌۱۵ دقیقه به‌حالت درازکش باقی بمانند.
اشکال دارویی
(Suppositoy: ٪۷۰ w/w (۳ g
(Pediatric Suppository: ٪۷۰ w/w (۱ g

LACTULOSE

موارد مصـرف لاـکتولوز به‌عنوان ملین‌هیپراسـموتیک دفع مـدفوع را آسان می کنـد.این دارو برای کاهش آمونیاک خون نیزمصـرف می‌شود.
مکـانیسم اثر: لاکتولوز در روده توسـطباکتری‌های طبیعی روده به‌اسـید لاکتیک اسـید فرمیک و اسـید استیک تبـدیل می‌شودو فشار هیپراسـموتیک ایجاد می کند. این‌عمل باعث جذب آب و افزایش حجم‌محتویات روده و در نتیجه افزایش حرکات‌پریستالتیک روده می‌شود.
فارماکوکینتیک زمان شروع اثر این دارو درحدود ۴۸ـ۲۴ ساعت می‌باشد (دارو جذب‌سیستمیک نمی‌شود).
موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود، در آپاندیسیت یا نشانه‌های آن خونریزی رکتوم با علت نامشخص انسدادروده و نیز در زیادی گالاکتوز خون نبایدمصرف شود.
عوارض جانبی عوارض جانبی لاکتولوز کم‌و شامل کرامپ اسهال ایجاد گاز وافزایش تشنگی می‌باشد.
تداخل‌های داروئی مصرف طولانی مدت‌آن ممکن است به‌دلیل افزایش دفع باعث‌افزایش دفع املاح پتاسیم گردیده و اثر مدرهای نگهدارنده پتاسیم را کاهش‌دهد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ برای بهبود طعم‌لاکتولوز بهتر است آن را باشیر یا آب میوه‌مصرف نمایند.
۲ ـ در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تادو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، ازمصرف لاکتولوز خودداری شود.
۳ ـ اسـتفاده طولانی مدت از این دارومی‌تواند منجر به‌وابسـتگی به‌این داروگردد. به‌طورکلی از مصـرف ملین‌ها به‌مدت بیش از یک

هفته (بدون مشورت‌پزشک باید خودداری کرد.

مقدار مصرف در بزرگسالان به‌عنوان‌ملین ۲۰ g/day_۱۰ مصرف می‌شود که درصورت نیاز، این مقدار تا ۴۰ g/day افزایش‌داده می‌شود. به‌عنوان کاهنده آمونیاک‌خون ۳۰ g/day_۲۰ مصـرف می‌شود. مقدارمصرف را می‌توان هر روز یا یک روز درمیان برای ایجاد ۳_۲ بار اجابت مزاج درروز تنظیم نمود.

مقدار مصرف لاکتولوز (به‌صورت شربت در کودکان ۵ ـ ۲/۵ سال ۶ g/day و درکودکان ۱۲_۶ سال ۱۰ g/day_ ۵ و ۱۶_۱۲سال ۲۰ g/day_۱۰ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۰ g / ۱۵ ml

Powder for Syrup: ۱۰ g / sachet

MAGNESIUM HYDROXIDE

موارد مصرف ۱ ـ این دارو را می‌توان به‌عنوان ضد اسید مصرف نمود.

۲ ـ هیدروکسید منیزیم (و سولفات منیزیم در درمان کوتاه مدت یبوست مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر ضداسـید این دارو همانندبقیه آنتی‌اسیدها ناشی از خنثی‌سازی‌اسیدمعده توسط دارو است ولی نمی‌تواند‌اثر مستقیم روی تولید اسـید معده داشـته‌باشد. به عنوان مسـهل یا جذب آب به داخل‌روده ناشـی از فشار اسـموتیک حرکات‌دودی روده و دفع مدفوع را تسهیل می‌کند.

فارماکوکینتیک هیدروکسید منیزیم یک‌ضداسید سریع‌الاثر می‌باشد. ۱۰ درصدمنیزیم مصرف شده در دارو جذب‌می‌گردد. اثر این فرآورده به‌عنوان ملین۳_۰/۵ ساعت بعد از مصرف شروع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در عیب شدید کار کلیه ترکیبات حاوی منیزیم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ ظرفیت خنثی‌سازی اسید این‌فرآورده کم می‌باشد.

۲ ـ مصرف مکرر و زیاد به‌عنوان ضد اسیدباعث بروز اثرات مسهلی این دارومی‌گردد.

۳ ـ به‌دلیل اثر اسموتیک این دارو و جذب‌آب از خون باید همراه بایک لیوان آب‌مصرف گردد.

۴ ـ در کودکان بااحتیاط مصرف گردد،زیرا احتمال افزایش منیزیم خون وجوددارد.

عوارض جـانبی بامصـرف طولانـی این‌فرآورده احتمال بروز اختلال الکترولیتی باعلایم سـرگیجه منگی ضـربان نامنظم قلب تغییرات خلقی و روانی خستگی و ضعف‌وجود دارد. این اثرات در صورت وجودنارسائی کلیه به دلیل تجمع منیزیم دربدن تشدید می‌گردد. اسهال تهوع واستفراغ از دیگر عوارض آن است

تداخل‌های داروئی مصـرف همزمان‌ضداسیدها باسایر داروها می‌تواند درجذب آنها مداخله کند و بنابراین باید ازلحاظ مدت زمان مصـرف مورد دقت‌بیشتری قرارگیرد. از جمله این داروهـامی‌توان از کینیـدین داروهای ضـدانعقادخوراکی ترکیبات ضدديسکينزی داروهـای ضدموسـکارینی سایمتیـدین گلیکوزیـدهای دیژیتـال ایزونیازیـد،کتوکونـازول لوودوپـا، متنـامین فنوتیازین‌هـا، فسـفات‌ها، سالیسیلات‌ها،پلی‌استیرن سولفونات ویتامین D،تتراسیکلین‌ها و تیوگزانتین‌ها نام برد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصـرف این دارو درکودکان به‌عنوان ضداسید در هر نوبت بایدحداقل بانصف لیوان آب یاسایر مایعات‌همراه باشد.

۲ ـ قبل از استفاده از سوسپانسیون‌بایستی شیشه دارو به‌خوبی تکان داده‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان ضداسید ۱۵ـ۵میلی‌لیتر چهار بار در روز بایک لیوان آب وبه‌عنوان مسهل ۶۰ـ۳۰ میلی‌لیتر به‌صورت‌مقدار واحد همراه با یک لیوان آب یا سایرمایعات مصرف می گردد.

کودکان در کودکان تا ۱۲ سال به‌عنوان‌ضداسید ۵ ـ ۲/۵ میلی‌لیتر حداکثر ۴ بار درروز و به‌عنوان مسهل در کودکان تا یک‌سال ۵ میلی‌لیتر و در کودکان ۱۲ـ۱ سال مقدار ۳۰ـ ۷/۵ میلی‌لیتر به‌صورت مقدارواحد مصرف می گردد.

اشکال دارویی

Suspension: ۸٪

MINERAL OIL

موارد مصرف مینرال اویل به‌عنوان ملین‌نرم‌کننده برای پیشگیری و درمان کوتاه‌مدت یبوست مصرف می گردد.

مکانیسم اثر: این دارو با تشکیل لایه‌غیرقابل اختلاط باآب برروی سطح مدفوع‌و روده باعث افزایش احتباس آب درمدفوع و تسهیل دفع آن می‌شود.

فارماکوکینتیک زمان لازم برای شروع اثراین دارو از راه خوراکی ۴۸ ـ ۲۴ ساعت‌می‌باشد. این دارو از دستگاه گوارش جذب‌نمی‌شود.

موارد منع مصرف علاوه بر موارد کلی‌ذکر شده بر تمام مسهل‌ها، مینرال اویل رادر صورت وجود اشکال در بلع نبایدمصرف کرد. زیرا احتمال آسپیراسیون‌دارو به مجاری تنفسی وجود دارد.

هشدارها: در کودکان و افراد سالخورده وبیماران بستری احتمال آسپیراسیون‌قطرات روغن و بروز پنومونی لیپوئیدی‌وجود دارد.

عوارض جانبی تحریک پوست اطراف‌ناحیه مقعد از عوارض این دارو می‌باشد.

تداخل‌های داروئی مصرف طولانی مدت‌این دارو ممکن است به‌دلیل دفع پتاسیم

اثر مدرهای نگهدارنده پتاسیم را کاهش‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بهتر است این دارودر موقع خواب مصرف گردد.

۲ ـ در صورت وجود علائم آپاندیسیت و تادو ساعت بعد از مصرف سایر داروها، ازمصرف آن خودداری شود.

۳ ـ این دارو بدون نظر پزشک بیشتر از یک‌هفته مصرف نگردد.

۴ ـ مصرف طولانی مدت این دارو که‌به‌صورت عادت درآمده باشد ممکن است‌باعث وابسته شدن کار روده به‌آن گردد.

۵ ـ از مصرف طولانی مدت این داروبه‌دلیل مختل‌کردن جذب ویتامین‌های E, D,A و Kخودداری شود.

۶ ـ مصرف زیاد این دارو باعث نشت دارواز مقعد و آلوده‌کردن لباسها می گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۴۵ ـ ۱۵ میلی لیتر یکباردر روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان با سن بیش از ۶ سال۱۵ ـ ۱۰ میلی لیتر یکبار در روز مصرف‌می‌شود.

مصرف این فرآورده در کودکان با سن‌کمتر از ۶ سال توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Emulsion: Bulk

SORBITOL

موارد مصرف ۱ ـ سوربیتول به عنوان ملین‌هیپراسموتیک در درمان کوتاه مدت اسهال‌مصرف می‌شود.

۲ ـ سوربیتول به عنوان شیرین کننده درفرآورده‌های دارویی بکار می‌رود.

فارماکوکینتیک جذب سوربیتول از مجرای‌گوارش بسیار ضعیف است این ماده درکبد متابولیزه شده و به‌فروکتوز تبدیل‌می‌شود. بخشی از سوربیتول نیز به‌گلوکزمتابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف سوربیتول در بیماران‌مبتلاـ به‌عدم تحمل ارثی فروکتوز یا دربیماران مبتلا به‌عیب کار کلیه یا آسیب‌شدید کبد نباید مصرف شود.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد این‌دارو ممکن است سبب بروز نفخ درد شکم‌و اسهال شود.

مقدار مصرف به‌عنوان ملین اسموتیک ازراه خوراکی یا رکتال مقادیر ۵۰ ـ ۲۰ گرم ازدارو مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Powder: ۵ g / Sachet

MESALAZINE

موارد مصرف مزالازین در درمان وپیشگیری حالت‌های خفیف تا متوسطکولیت اولسروز یا بیماری کرون مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو احتمالا بامهار آنزیم‌سیکلواکسیژناز باعث کاهش تولیدپروستاگلاندین‌ها و در نتیجه کاهش‌التهاب در بیماری التهابی روده‌ها می‌شود.

فارماکوکینتیک حدود ۳۰ـ۲۰ درصد یک‌مقدار مصرف خوراکی جذب و باقی‌مانده‌آن در روده هیدرولیز می‌شود. داروی‌جذب شده نیز به‌سرعت در مخاط روده وکبد هیدرولیز می‌شود.

هشدارها: این دارو در صورت وجوداختلال‌های خونی و تنگی پیلور با احتیاطمصرف شود.

موارد منع مصرف مزالازین در صورت‌وجود حساسیت مفرط به سالیسیلات‌ها وعیب کار کلیه نباید مصرف شود.

عوارض جانبی تهوع اسهال و درد شکم سردرد، بهتر شدن علائم کولیت بندرت‌پانکراتیت هپاتیت یا نفریت برگشت‌پذیر یاسندرم نفروتیک بثورات جلدی و کهیر،اختلال خونی (کاهش کلبول‌های سفیدخون یا پلاکت‌ها یا آنمی اپلاستیک ،میوکاردیت سندرم شبه لوپوس وآلوئولیت از عوارض گزارش شده این داروهستند.

نکات قابل توصیه این دارو باید قبل از غذا وهنگام خواب بامقدار کافی آب مصرف‌شود.

مقدار مصرف مقدار ۱ g/day چهار بار درروز در مقادیر منقسم به‌مدت حداکثر تا ۸هفته تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: ۲۵۰ mg, ۵۰۰ mg

METOCLOPRAMIDE

موارد مصرف متوکلوپرامید در درمان‌تهوع و استفراغ ناشی از جراحی یا

شیمی درمانی برگشت محتویات معده‌به‌مری آهسته بودن تخلیه معده جلوگیری از پنومونی ناشی ازآسپیراسیون سردرد، عروقی سکسکه‌مقاوم و گاستروپارازیز دیابتیک مصرف‌می‌شود.

مکـانیسم اثر: متوکلوپرامیـد احتمالاًشل‌شـدن عضـلات صاف معـدی ناشـی ازدوپامین را مهار می‌کنـد و بنابراین باعث‌تقویت اثرات کولینرژیک می‌شود. اثرات‌ضدتهوع دارو ناشی از افزایش آستانه‌فعالیت گیرنده‌های شیمیائی (CTZ)می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب متوکلوپرامیدازدستگاه گوارش سریع است متابولیسم آن‌کبدی و نیمه عمر دارو ۶ـ۴ ساعت است زمان شروع اثر دارو از راه خوراکی ۶۰ـ۳۰ دقیقه تزریق عضلانی ۱۵ـ۱۰ دقیقه‌و تزریق وریدی ۳ـ۱ دقیقه است طول اثردارو ۲ـ۱ ساعت و دفع آن عمدت ?کلیوی‌است

موارد منع مصرف در صورت ابتلاء بیماربه‌صرع خونریزی گوارشی انسدادمکانیکی یا پرفوراسیون مجرای گوارش یافئوکروموسیتوم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت عیب شدید کارکلیه یا کبد باید بااحتیاط مصرف

شود.

۲ ـ در صورت عیب شدید کار کلیه یا کبدمقدار مصرف دارو باید به‌حدود نصف‌کاهش یابد.

عوارض جـانبی تغییرات فشارخون تاکی‌کاردی عوارض خارج هرمی و دیسـکنزی اسـهال سـرگیجه بیقراری خسـتگی یاضـعف غیر عادی از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های داروئی مصرف متوکلوپرامیدباسایر داروهای مضعف CNS باعث‌تشدید عوارض سداتیو دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تزریق وریدی‌متوکلوپرامید باید به‌آهستگی و طی ۲ـ۱دقیقه انجام شود.

۲ ـ شکل خوراکی دارو باید ۳۰ دقیقه قبل ازهر وعده غذا و موقع خواب مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالاـن برای درمان گاستروپارازیزناشـی از دیابت ۱۰ میلی‌گرم ۳۰ دقیقه قبـل‌از شـروع علاـئم یـا قبل از غـذا و هنگام خواب تا حداکثر ۴ بار در روز مصـرف می‌شود.در درمان برگشت محتویات معده به‌مری۱۵ـ۱۰ میلی‌گرم ۳۰ دقیقه قبل از شروع‌علائم یا قبل از غذا و هنگام خواب تاحداکثر ۴ بار در روز مصـرف می‌شود. دردرمان سکسکه مقدار ۲۰ـ۱۰ میلی‌گرم ۴بار در روز به‌مدت یک هفته تجویزمی‌شود. در صورت نیاز مقدار اولیه ۱۰میلی‌گرم به‌صورت تزریق عضلانی تجویزمی‌شود. حداکثر مقدار مصرف دارو۰/۵ mg/kg/day است

کودکان در درمان تاخیر تخلیه معده یابه‌عنوان محرک پریسـتالتیک در کودکان۱۴ـ ۵ سال مقدار ۵ ـ ۲/۵ میلی‌گرم ۳ بار درروز ۳۰ دقیقه قبل از غذا و هنگام خواب‌تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالاـن در درمـان تـاخیر تخلیه معـده یـامحرک پریسـتالتیک ۱۰ میلی‌گرم تزریق‌وریـدی می‌شـود. در درمـان سکسـکه ابتـدا۱۰ میلی‌گرم تزریق آهسـته وریدی می‌شودو سپس به‌صورت خوراکی ادامه می‌یابد.به‌عنوان ضدتهوع در شیمی درمانی۲mg/kg برای ۳۰ دقیقه قبل از شـیمی‌درمانی تجویز می‌شود که در صورت نیازهر ۲ یا ۳ ساعت تکرار می‌شود. در صورت‌نیاز می‌توان ۱ mg/kg از دارو را به‌صورت‌انفوزیـون وریــدی تجـویز کرد. به‌عنوان‌ضـدتهوع بعـد از جراحی ۲۰ـ۱۰ میلی‌گرم‌نزدیـک پایـان جراحی تزریق عضلانی‌می‌شود.

کودکان به‌عنوان ضدتهوع و در درمان‌تاخیر تخلیه معده یا محرک پریسـتالتیک۱ mg/kg به‌صورت مقدار واحد تجویزمی‌شود که در صورت نیاز یک ساعت بعدتکرار می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۶۰ mg / ۱۵ ml

Injection: ۱۰ mg / ۲ ml

Tablet: ۲۵ mg

OMEPRAZOLE

موارد مصرف امپرازول در درمانزخم‌های خوش خیم معده و دوازدهه زخم‌های وابسته به‌هلیکوباکتری پیلوری سندروم زولینجر ـ الیسون کاهش اسیدمعده در جراحی و پیشگیری یا کوتاه مدت‌بازگشت محتویات معده به مری و درمان‌بیماری به‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو بامهار پمپK+/H+/ATPase باعث مهار تولید اسیددر معده می گردد.

فارماکوکینتیک جذب دارو سریع است ودارو باکاهش اسیدمعده به‌جذب خود کمک‌می کند. متابولیسم آن کبدی است و از راه‌کلیه دفع می گردد. نیمه عمر آن بین ۱ـ ۰/۵ساعت می‌باشد.

هشدارها: این دارو باید در بیماران

مبتلا به یا دارای سابقه ابتلای به

بیماری مزمن کبدی با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی از عوارض شایع این دارومی‌توان سردرد، اسهال بثورات جلدی کهیر و سرگیجه را نام برد.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌دارو باداروهای ضدانعقاد خوراکی مانندوارفارین باعث افزایش اثر وارفارین‌می گردد. مصرف همزمان این دارو بادیازپام و داروهای ضدصرع مثل‌فنی‌توئین باعث افزایش اثر آن می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزسوءهاضمه اسهال و کهیر طی درمان به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ در صورت اثبات وجود سرطان معده ازمصرف این دارو باید خودداری گردد.

۳ ـ کپسول دارو باید بلافاصله قبل از غذاءو ترجیح ?در صبح مصرف شود.

مقدار مصرف در ناراحتی‌ها و زخم‌های‌خوش خیم معده و دوازدهه مقدار ۲۰ mg/day به‌مدت ۸ـ۴ هفته مصرف‌می‌شود. در موارد شدید می‌توان مقدارمصرف را به ۴۰ mg/day افزایش داد. درصورت نیاز مقدار نگهدارنده ۲۰ mg/dayمصرف می‌شود. در زخم‌های گوارشی‌همراه با هلیکوباکترپیلوری مقدار مصرف‌فوق همزمان با آنتی‌بیوتیک مناسب‌مصرف می گردد.

در سندرم زولینجر ـ الیسون بامقدار اولیه ۶۰ mg/day شروع می‌شود. مقدار معمول‌در چنین مواردی بسته به‌نیاز بیمار بین ۱۲۰ mg/day ۲۰ـ می‌باشد. برای کاهش‌اسید معده پیش از جراحی ابتدا ۶۰میلی‌گرم در عصر روز قبل از جراحی‌مصرف می گردد و ۶ـ۲ ساعت قبل ازجراحی ۴۰ میلی گرم دیگر مصرف‌می‌شود. در بازگشت محتویات معده به‌مری ۲۰ mg/day روزانه به‌مدت ۸ـ۴ هفته‌که در صورت نیاز تا ۴۰ میلی گرم قابل‌افزایش است مصرف می‌شود.

کودکان مصرف این دارو در کودکان‌توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۰ mg

PANCREATIN

موارد مصرف پانکراتین به‌عنوان مکمل‌آنزیم‌های لوزالمعده برای هضم چربی‌ها وکربوهیدرات‌ها در التهاب مزمن لوزالمعده فیبروزسیستیک انسداد مجاری لوزالمعدهو سرطان لوزالمعده یا مجرای کلدوک وبعد از برداشت لوزالمعده که منجربه‌ترشح ناقص

آنزیم‌های مربوطه می گردداستفاده می‌شود. همچنین این دارو دردرمان استئاتوره ناشی از برداشتن تمام‌قسمتی از معده و یا روده نیز استفاده‌می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌علت وجود پروتئاز،آمیلازولیپاز در این دارو هضم چربی‌ها وپروتئین‌ها و نشاسته در مجرای گوارش باسهولت بیشتری انجام می‌شود.

هشدارها: بیمارانی که نسبت‌به‌پروتئین‌های حیوانی عدم تحمل نشان‌می‌دهند، ممکن است این دارو را نیز تحمل‌نکنند.

عوارض جانبی بیشتر عوارض ناشی ازمصرف بیش از حد دارو می‌باشد که‌می‌تواند منجر به تحریک دهان و مری وناحیه قبل از دفع در روده شود.

تداخل‌های داروئی جذب فرآورده‌های‌خوراکی حاوی آهن در صورت مصرف‌همزمان بااین دارو کاهش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بهتر است این دارو باغذا میل شود.

۲ ـ از جویدن قرصها باید خودداری شود.

۳ ـ اثر این دارو بااسید معده کاهش‌می‌یابد. بنابراین باید بعد از غذا مصرف‌شود.

۴ ـ در صورت بروز اسهال درد شکمی وناراحتی‌های دیگر گوارشی باپزشک‌مشورت گردد.

۵ ـ گرما یا غذای داغ موجب غیر فعال شدن‌دارو می گردد.

۶ ـ در بیماران مبتلا به اختلال‌های مری یادر بیمارانی که قرص را در حالت خوابیده‌مصرف می کنند، برای کاهش احتمال‌باقیماندن قرص در مری پس از مصرف‌قرص مقداری غذای جامد مصرف کنند.

مقدار مصرف روزی یک قرص همراه باغذایا قبل از آن مصرف شود. در صورت نیاز،می‌توان مقدار مصرف را به‌دو قرص یابیشتر افزایش داد.

اشکال دارویی

Entric Coated Tablet: Amylase ۲۵۰۰۰FIPU + Lipase ۳۶۰۰۰ FIPU + Protease۲۰۰۰ FIPU

PROPANTHELINE BROMIDE

موارد مصرف پروپانتلین به عنوان داروی کمکی در درمان زخم‌های گوارشی واختلالات گوارشی ناشی از اسپاسم عضلات‌صاف معدی ـ روده‌ای مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به طور رقابتی گیرنده‌های موسکارینی را مسدود کرده وباعث مهار حرکات عضله صاف و کاهش‌ترشحات معده می گردد.

فارماکوکینتیک حدود ۵۰ درصد از راه‌خوراکی جذب می گردد و بقیه آن دردستگاه گوارش هیدرولیز می‌شود. نیمه‌عمر آن ۹ ساعت است محل اصلی‌متابولیسم این دارو در کبد است و به‌آهستگی از کلیه دفع می گردد.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران سالخورده‌احتمال بروز اختلال حافظه هیجان آشفتگی خواب‌آلودگی یا اغتشاش شعوروجود دارد.

۲ ـ به دلیل بروز خشکی دهان احتمال بروزپوسیدگی دندانها در مصارف طولانی مدت‌وجود دارد.

۳ ـ در بیماریهای انسدادی روده آشالازی‌و تنگی پیلور، گلوکوم با زاویه باریک التهاب مری ناشی از برگشت محتویات‌معده به مری احتباس ادرار و بزرگی‌پروستات با احتیاط مصرف گردد.

عوارض جانبی احتمال بروز افزایش‌حرارت بدن در صورت مصرف این دارودر مناطق گرمسیر یا در صورت فعالیت‌شدید بدن وجود دارد. از عوارض شایع‌این دارو می‌توان از یبوست احساس نفخ کاهش تعریق خشکی دهان سردرد ونبض سریع نام برد.

تداخل‌های دارویی دفع ادراری پروپانتلین‌در صورت استفاده از داروهای قلیایی کننده ادرار از جمله استازولامید به تاخیرمی‌افتد. در صورت مصرف این دارو باآمانتادین ضد افسردگی‌های سه حلقه‌ای داروهای ضد هیستامینی سایر داروهای‌ضد موسکارینی دیسوپیرامید،هالوپریدول و تیوگزانتین‌ها اثرضدموسکارینی آنها تشدید می گردد. ضداسیدها و داروهای ضد اسهال جاذب جذب این دارو را کاهش می‌دهند. مصرف‌همزمان این دارو با داروهای ضد دردمخدر شبه تریاک ممکن است منجر به‌افزایش خطر یبوست شدید، انسداد و فلج‌روده‌ها و یا احتباس ادرار شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای افزایش جذب این دارو ۱ ـ ۰/۵ ساعت قبل از غذا مصرف گردد.

۲ ـ احتمال افزایش حساسیت چشمها به‌نور و بروز خشکی دهان وجود دارد.

۳ ـ در هوای گرم یا در صورت فعالیت‌شدید بدنی احتمال افزایش دمای بدن‌وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱۵ میلی گرم قبل از غذاسه بار در روز و ۳۰ میلی گرم موقع خواب‌بر اساس نیاز بیمار تجویز می‌شود.حداکثر میزان مصرف در بزرگسالان ۱۲۰mg/day است

کودکان در کودکان مقدار ۰/۴mg/kgچهاربار در روز براساس نیاز و تحمل‌بیمار تجویز می‌شود. (قرص این داروبرای مصرف کودکان چندان مناسب‌نیست زیرا نمی‌توان قرص را تقسیم کرد).

اشکال دارویی

Coated Tablet: ۱۵mg

RANITIDINE

موارد مصرف رانیتیدین در درمان کوتاه‌مدت زخمهای فعال دوازدهه یا زخمهای‌فعال و خوش خیم معده (در مقادیر کم‌برای پیشگیری از عود زخم دوازدهه‌مصرف می‌شود)، حالات مرضی ترشح‌بیش از حد اسید معده مانند سندروم‌زولینگر ـ الیسون برگشت محتویات معده‌به‌مری و سایر مواردی که کاهش اسیدمعده برای آن مفید است مانند جراحی دردستگاه گوارش مورد استفاده قرارمی گیرد.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق رقابت باهیستامین در سطح گیرنده‌های H۲درسلول‌های جداره‌ای ترشح پایه‌ای اسیدمعده و همچنین تحریک ترشح اسید معده‌توسط غذا، پنتاگاسترین و سایرمحرک‌های ترشح اسید معده را مهارمی کند.

فارماکوکینتیک رانیتیدین به سرعت ازمجرای گوارش جذب می گردد و در اولین‌عبور کبدی متابولیزه می گردد. اوج غلظت‌سرمی آن در حدود ۳ ـ ۲ ساعت پس ازمصرف می‌باشد. طول اثر دارو برای‌کاهش ترشح اسید ۴ ساعت و در هنگام‌شب حدود ۱۲ ساعت می‌باشد. این دارو ازراه کلیه دفع می گردد.

هشدارها: ۱ ـ بیمارانی که به سایمتیدین‌عدم تحمل نشان می‌دهند، ممکن است این‌دارو را نیز تحمل نکنند.

۲ ـ در سیروز کبدی و ناراحتی‌های کلیوی‌متوسط تا شدید خطر بروز عوارض‌جانبی به‌خصوص عوارض عصبی دارووجود دارد.

۳ ـ مصرف این دارو بیش از ۱۲ هفته‌مداوم توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی عوارض این دارو بیشترشامل اسهال یا یبوست سرگیجه یاسردرد و نفخ شکم است

تداخل‌های داروئی جذب این دارو درحضور آنتی‌اسیدها کاهش می‌یابد.

با وجود آنکه رانیتیدین در مقایسه باسایمتیدین یک مهارکننده ضعیف‌ترآنزیم‌های کبدی است با این وجود درمصرف همزمان سایر داروها با این داروباید احتیاط کرد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ کشیدن سیگار موجب‌کاهش اثر این دارو می‌شود.

۲ ـ در بیماران سالخورده یا مبتلا به‌نارسایی کبدی یا کلیوی ممکن است به‌کاهش مقدار مصرف دارو نیاز باشد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان قرحه خوش خیم‌گوارشی قرحه ناشی از مصرف داروها،بازگشت محتویات معده به مری و سوءهاضمه مزمن مقدار ۱۵۰ میلی گرم ۲ باردر روز (صبح و شب یا ۳۰۰ میلی گرم‌موقع خواب برای مدت ۸ ـ ۴ هفته مصرف‌می‌شود.

در درمان سندرم زولینجر ـ الیسون ۱۵۰میلی گرم ۳ بار در روز تا حداکثر g/day ۶در مقادیر منقسم مصرف می‌شود.

کودکان در درمان قرحه گوارشی

۴ mg/kg ـ ۲ دوبار در روز تا حداکثر ۳۰۰ mg/day مصرف می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده تا ۱۵۰ میلی گرم درشب می‌باشد.

تزریقی

برای کاهش ترشح اسید معده قبل از اعمال‌جراحی یا زایمان مقدار ۱۵۰ ـ ۵۰ میلی گرم۲ ـ ۰/۵ ساعت قبل از القای بیهوشی‌به‌صورت عضلانی یا تزریق آهسته‌وریدی مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Film Coated Tablet (as HCI): ۱۵۰ mg

Injection (as HCI) : ۲۵ mg/ml

SUCRALFATE

موارد مصرف این دارو برای درمان کوتاه‌مدت ۸ هفته‌ای زخم دوازدهه یا پیشگیری‌از آن و برای درمان کوتاه مدت زخم معده‌و تخفیف عوارض گوارشی داروهای‌ضدالتهاب غیراستروئیدی مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: سوکرالفیت احتمالا بااتصال‌به‌بقایای پروتئینی زخم مثل آلبومین وفیبرینوژن یک لایه محافظ برضد اسیدایجاد می کند. این دارو همچنین احتمالاباتشکیل لایه محافظ بر روی مخاط سالم‌آنها را در مقابل اثرات اسید حفظ می کند.

فارماکوکینتیک تقریب ?۵٪ دارو از راه‌خوراکی جذب می گردد. طول مدت اثرسوکرالفیت حدود ۵ ساعت است و عمدت?از راه مدفوع دفع می گردد.

موارد منع مصرف در صورت عیب شدیدکار کلیه به دلیل احتمال جذب آلومینیوم‌موجود در این فرآورده نباید مصرف‌شود.

هشدارها: مصرف بیش از هشت هفته این‌دارو توصیه نمی گردد.

عوارض جانبی عارضه شایع این دارویبوست است عوارض باشیوع کمتر آن‌عبارت از کمردرد، اسهال سرگیجه یامنگی خواب‌آلودگی خشک شدن دهان سوء هاضمه تهوع و دردهای شکمی است

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌دارو با ضد اسیدها به‌دلیل پیوند آنها به‌یکدیگر اثر آنها را کاهش می‌دهد. درصورت مصرف همزمان با فنی‌توئین سیپروفلوکساسین اوفلوکساسین دیگوکسین و تئوفیلین ممکن است جذب‌این داروها و در نتیجه سطح خونی آنهاکاهش یابد. این دارو همچنین ممکن است‌جذب تتراسایکلین‌ها و ویتامین‌های محلول‌در چربی مثل K و E و D و A را کاهش دهد.

مقدار مصرف مقدار مصرف بزرگسالان‌یک گرم چهار بار در روز یک ساعت قبل ازهنگام خواب است

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۱ g

Scored Tablet: ۵۰۰ mg

For Suspension: ۱ g/sachet

SULFASALAZINE

موارد مصرف سولفاسالازین در پیشگیری‌و درمان بیماری التهابی روده از جمله‌کولیت اولسروز یا بیماری کرون مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر سولفاسالازین در بیماری‌التهابی روده ممکن است به‌دلیل اثرات‌تضعیف‌کننده سیستم ایمنی باشد.سولفاسالازین توسط باکتری‌های روده به‌سولفاپیریدن و ۵ ـ آمینوسالیسیلیک

اسید (مزالازین تجزیه می‌شود و ممکن‌است این دو ترکیب مسئول اثرات داروباشند.

فارماکوکینتیک سولفاسالازین جذب‌ضعیفی دارد. ولی حدود ۸۰-۶۰ درصدسولفاپیریدین و ۲۵ درصد مزالازین ناشی‌از تجزیه سولفاسالازین در کولون جذب‌می‌شود. نیمه عمر سولفاسالازین ۱۰-۵ساعت است دفع دارو عمدت ?کلیوی است

موارد منع مصرف ۱ ـ در صورت وجودحساسیت به سولفونامیدها،سالیسیلات‌ها، فوروسماید، مدرهای‌تیازیدی سولفونیل اوره‌ها یامهارکننده‌های کربنیک اثر انیدراز این دارونباید مصرف شود.

۲ ـ این دارو در کودکان با سن کمتر از ۲سال نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت مصرف طولانی‌مدت دارو، انجام آزمون شمارش‌سلول‌های خونی ضروری است

۲ ـ امکان بروز سرگیجه بامصرف این‌دارو وجود دارد.

۳ ـ در موارد زیر مصرف این دارو باید بااحتیاط صورت گیرد: سابقه آلرژی بیماری کبدی یا کلیوی کمبود G۶PD ووضعیت استیلاسیون آهسته

عوارض جانبی عوارض گزارش شده این‌دارو عبارتند از تهوع استفراغ ناراحتی‌قسمت فوقانی شکم سردرد و بثورات‌جلدی همچنین این بندرت ممکن است‌موجب بروز تب اختلال‌های خونی خفیف پانکراتیت هپاتیت بدتر شدن کولیت سندرم استیسون جانسون سندرم شبه‌لوپوس اریتماتوز، آلوئولیت فیبروتیک هماتوری واکنش‌های حساسیت به نور وسندرم نفروتیک شود.

تداخل‌های دارویی سولفاسالازین درصورت مصرف همزمان با داروهای ضدانعقاد خوراکی داروهای ضد تشنج داروهای ضد دیابت و متوترکسات ممکن‌است باعث افزایش اثر این داروها شود.

در صورت مصرف همزمان این دارو باسایر داروهای همولیتیک یا سمی برای کبدممکن است عوارض این داروها تشدیدگردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ هنگام مصرف این‌دارو باید هر روز مقدار کافی از مایعات‌مصرف شود تا حجم ادرار روزانه در افرادبالغ به‌حداقل حدود ۱/۵ لیتر برسد.

۲ ـ سولفالازین را باید همراه یا بلافاصله‌بعد از غذا مصرف کرد. برای کاهش‌عوارض گوارشی دارو بهتر است مصرف‌دارو با مقادیر کم شروع شود.

۳ ـ بیماران مبتلا به‌عیب کار کلیه ممکن‌است به‌مقدار مصرف کمتری از این دارونیاز داشته باشند.

۴ ـ در بعضی از بیماران که به‌داروواکنش‌های حساسیتی نشان می‌دهند،ممکن است باادامه مصرف حساسیت‌به‌دارو از بین برود.

۵ ـ این دارو ممکن است سبب تغییر ادراربه نارنجی شود.

۶ ـ این دارو ممکن است سبب تغییر رنگ‌لنزهای تماسی شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در درمان بیماری التهابی‌روده یک گرم هر ۸ـ۶ ساعت مصرف‌می‌شود. (در شروع درمان برای کاهش‌عوارض گوارشی دارو می‌توان درمان رابه مقدار ۵۰۰ میلی گرم هر ۱۲ ـ ۶ ساعت‌مصرف نمود). به‌عنوان مقدار مصرف‌نگهدارنده باتوجه به‌نیاز و تحمل بیمار هر۶ ساعت ۵۰۰ میلی گرم مصرف می‌شود.مقدار مصرف نباید از ۴ g/day بیشتر شود.

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۲سال مقدار مصرف اولیه ۱۰ mg/kg_۶/۷ هر ۴ ساعت ۱۵ mg/kg_۱۰ هر ۶ ساعت یا۲۰ mg/day_۱۳/۲ هر ۸ ساعت است مقدارمصرف نگهدارنده ۷/۵ mg/kg هر ۶ ساعت‌است

رکتال

بزرگسالان مقدار ۳ گرم هر شب قبل ازخواب استعمال می‌شود در صورت‌مصرف همزمان خوراکی دارو، می‌توان‌مقدار ۱ ـ ۰/۵ گرم از دارو را صبح و شب‌بعد از تخلیه روده‌ها مصرف نمود. (داروباید ۱ ساعت در رکتوم باقی بماند).

اشکال دارویی

Enteric Coated Tablet: ۵۰۰ mg

Enema: ۳ g/۱۰۰ml

ALLOPURINOL

موارد مصرف آلوپورینول برای پیشگیری‌از نقرس و سنگهای کلیوی با منشا اسیداوریک تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو بامهار آنزیم گزانتین‌اکسیداز تولید اسیداوریک را کاهش‌می‌دهد. باکاهش غلظت سرمی و ادراری‌اسید اوریک رسوب اورات کاهش می‌یابدو از بروز یا پیشرفت آرتریت نقرسی ونفروپاتی ناشی از اسید اوریک جلوگیری‌می کند.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی ۸۰ درصددارو جذب می‌شود. آلوپورینول شبیه‌اسید اوریک توسط آنزیم گزانتین اکسیدازمتابولیزه می‌شود که متابولیت آن آلوزانتین خود مهارکننده آنزیم بوده‌دارای نیمه عمری طولانی است حدود ۷۰درصد دارو در اولین عبور از کبدبه‌متابولیت فعال آن تبدیل می‌شود. نیمه‌عمر آلوپورینول ۳ـ۱ ساعت و نیمه عمرمتابولیت آن به‌طور متوسط حدود ۱۵ساعت است دفع آلوپورینول کلیوی

است

موارد منع مصرف این دارو برای درمان‌حمله نقرسی و زیادی بدون علامت اسیداوریک خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ درمان با آلوپورینول هنگامی‌شروع شود که حمله حاد نقرسی خاتمه‌یافته است

۲ ـ در نارسایی کبد و کلیه بااحتیاط‌مصرف شود.

عوارض جانبی بثورات جلدی اختلالات‌گوارشی ندرت ?سرگیجه سردرد،خواب‌آلودگی اختلال چشایی زیادی‌فشار خون ریزش مو، سمیت کبدی پارستزی و نوروپاتی علائم شبه سندرم‌استیون ـ جانسون از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی در مصرف همزمان این‌دارو با کاپتوپریل خطر مسمومیت باکاپتوپریل به‌خصوص در صورت‌نارسایی کلیوی افزایش می‌یابد. اثروارفارین و نیز غلظت پلاسمایی‌سیکلوسپورین در مصرف همزمان بااین‌دارو، احتمالاً ـ افزایش می‌یابند. مصرف‌همزمان آلوپورینول با آزاتیوپرین ومرکاپتوپورین موجب افزایش اثرات وسمیت این دو دارو می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزبثورات جلدی مصرف دارو قطع شود. اگربثورات خفیف بودند می‌توان بااحتیاط‌مصرف دارو

را دوباره شروع کرد ولی اگربامصرف مجدد دارو بثورات جلدی بروزکرد، بلافاصله مصرف دارو قطع شود.

۲ ـ به‌دلیل طولانی بودن نیمه‌عمر متابولیت‌آلوپورینول مصرف یکبار در روز آن‌کفایت می‌کند. اما مقادیر مصرف بیش از ۳۰۰ mg/day باید به‌صورت منقسم‌مصرف شود.

۳ ـ تاحداقل یک ماه پس از تصحیح زیادی‌اسید اوریک خون باید کلشی‌سین یاNSAID (به‌غیر از اسید استیل سالیسیلیک‌و سالیسیلات‌ها) برای پیشگیری از حملات‌آرتریتی تجویز شود.

۴ ـ در طول مصرف این دارو باید مایعات‌به‌میزان کافی (۲ لیتر در روز) مصرف‌شود.

۵ ـ در بیماران سرطانی در صورتیکه‌مصرف آلوپورینول مورد نیاز باشد، بایدقبل از تجویز داروی ضدسرطان مصرف‌آلوپورینول آغاز شود.

۶ ـ در صورت مصرف همزمان‌آلوپورینول با مرکاپتوپورین یاآزاتیوپرین توصیه می‌شود که مقدارمصرف آزاتیوپرین و مرکاپتوپورین به۱/۳ تا ۱/۴ مقدار مصرف معمول کاهش‌داده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۱۰۰ میلی‌گرم یکبار درروز پس از غذا تجویز می‌شود. سپس طی۳ـ۱ هفته براساس غلظت پلاسمایی یاادراری اسیداوریک به‌تدریج تا حدود۳۰۰ mg/day افزایش می‌یابد. مقدارمصرف معمول نگهدارنده ۶۰۰ ـ ۲۰۰میلی‌گرم و در شرایط حاد ۹۰۰ ـ ۷۰۰میلی‌گرم در روز است مقادیر بیش از ۳۰۰میلی گرم در روز به صورت منقسم تجویزمی‌شود.

کودکان در نئوپلاسم و اختلالات آنزیمی روزانه ۲۰ mg/kg ـ ۱۰ یا ۴۰۰mg/day ـ ۱۰۰ تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg, ۳۰۰ mg

AMMONIUM CHLORIDE

موارد مصرف کلرور آمونیم به‌عنوان‌خلط‌آور، معمولا در ترکیب باسایرداروهای خلط‌آور و ضدسرفه مصرف‌می‌شود. کلرور آمونیم سبب ایجاد دیورزگذرا و اسیدوز خفیف می‌شود و سبب‌تسریع در دفع داروهای بازی می‌گردد. این‌دارو در درمان آلکالوز متابولیک شدید ونیز حفظ pH اسیدی ادرار در درمان‌بعضی از اختلالات مجرای ادرار مورداستفاده قرار می‌گیرد. این دارو به‌منظورافزایش حلالیت یون‌های کلسیم و فسفات‌برای کنترل بیماران مبتلاـ به‌سنگهای‌فسفاتی مجاری ادراری و همچنین افزایش‌یونیزاسیون کلسیم در تتانی ناشی ازآلکالوز مصرف شده است

مکانیسم اثر: کاتیون آمونیم توسط کبدبه‌اوره تبدیل شده و یک اتم هیدروژن آزادمی‌گردد که با یون بی‌کربنات آب و گازکربنیک تولید می‌نماید. آنیون کلرور بابازهای ثابت در مایع خارج سلولی پیوندمی‌یابد. جایگزینی بی‌کربنات باکلرورباعث تغییر نسبت بی‌کربنات به‌اسیدکربنیک شده و اسیدوز ایجاد می‌کند.همچنین باافزایش دفع الکترولیت‌ها و آب‌خارج سلولی کلرور آمونیم سبب کاهش‌مایع خارج سلولی شده و جابجایی مایعاتی‌را که سبب خیز شده‌اند، تسریع می‌کند.

فارماکوکینتیک کلرور آمونیم پس ازمصرف خوراکی به‌سرعت از مجرای‌گوارش جذب می‌شود و در طول ۶ـ۳ساعت جذب آن کامل می‌شود. این دارو درکبد متابولیزه و به‌اسید کلریدریک و اوره‌تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به‌عیب شدید کار کبد یا کلیه واسیدوز اولیه نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در بیماران مبتلا به‌بی‌کفایتی ریه یا خیز قلبی باید بااحتیاطمصرف شود.

۲ ـ پیگیری وضعیت بیماران از نظر علائم ونشانه‌های مسمومیت با آمونیم در طول‌مصرف کلرور آمونیم باید صورت گیرد.

عوارض جانبی تحریک مخاط معده ناراحتی معده بی‌اشتهایی تهوع استفراغو تشنگی پس از مصرف خوراکی وبه‌ویژه بامقادیر زیاد گزارش شده است مقادیر بسیار زیاد این دارو ممکن استسبب بروز اسیدوز و کمی پتاسیم خون‌شود.

نکات قابل توصیه این دارو باید پس از غذامصرف شود تا احتمال بروز عوارض گوارشی به‌حداقل برسد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان اسیدی کننده ادرار،مدر و درمان آلکالوز، ۱۲ g/day ۴ـ درمقادیر منقسم هر ۶ـ۴ ساعت مصرف‌می‌شود. به‌عنوان مدر، دارو باید ۴ـ۳ روزمصرف شود، سپس مصرف آن برای چندروز قطع شود و بعد از آن مجدد ?درمان‌به‌همین ترتیب شروع شود.

کودکان به‌عنوان اسیدی کننده ادرار،۷۵ mg/kg/day در چهار مقدار منقسم‌مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

FINASTERIDE

موارد مصرف فیناسترید در درمان‌هیپرپلازی خوش خیم پروستات مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو آنزیم -۵آلفاردوکتاز را که مسئول تبدیل تستوسترون به دی‌هیدروتستوسترون‌می‌باشد، به‌طور اختصاصی مهار می‌کند.و باعث کاهش اندازه پروستات بهبودسرعت جریان ادرار و رفع علائم انسدادی‌می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از طریق خوراکی‌به‌خوبی جذب می‌شود. نیمی از دارو درکبد متابولیزه و از طریق مدفوع دفع‌می‌شود. نیمه عمر دارو حدود ۸ ساعت‌است و کمتر از یک درصد دارو از طریق‌ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بیماری‌انسدادی دستگاه ادراری و سرطان‌پروستات با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ تجویز این دارو در سرطان پروستات ممکن است موجب کاهش نشانگرهای‌اختصاصی مثل آنتی‌ژن اختصاصی‌پروستات گردد.

۳ ـ به‌دلیل انتشار دارو در مایع منی درصورتی که همسر بیمار باردار باشد یااحتمال بارداری وجود دارد، استفاده ازکاندوم توصیه می‌گردد.

عوارض جانبی ناتوانی جنسی کاهش میل‌جنسی و حجم مایع انزال بزرگ شدن واحساس ناراحتی در پستان‌ها، واکنش‌های‌حساسیت مفرط (از جمله تورم لب وبثورات جلدی از عوارض این دارومی‌باشند.

نکات قابل توصیه شش ماه پس از تجویزاین دارو، باید پاسخ درمانی بررسی شود.گاه لازم است برای ظهور اثرات مفیددرمانی این دارو ماهها مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف روزانه ۵میلی‌گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

METHYLERGONOVINE

موارد مصرف متیل ارگونوین به‌منظورپیشگیری و درمان خونریزی پس اززایمان یا سقطجنین به‌کار برده می‌شود.در درمان سقط ناقص نیز ممکن است‌به‌کار برده شود.

مکانیسم اثر: میتل ارگونوین عضله رحم رامستقیم ?تحریک می‌کند. انقباض دیواره‌رحم و اطراف رگهای خونریزی دهنده درمحل

جفت سبب توقف خونریزی می‌شود.متیل ارگونوین شبیه دیگر آلکالوئیدهای‌ارگوت باتحریک گیرنده‌های سروتونین وآلفا آدرنرژیک سبب انقباض عروق‌سرخرگی می‌شود. اثرات اکسی‌توسیک‌متیل ارگونوین بیش از اثرات عروقی آن‌می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی دارو سریع وبه‌میزان ۶۰ درصد و جذب عضلانی دارو ۷۸درصد می‌باشد. متابولیسم دارو کبدی بوده‌و دارای متابولیسم اولین عبور کبدی بالایی‌می‌باشد. پس از تجویز خوراکی اثر داروپس از ۱۰ـ ۵ دقیقه شروع و به‌مدت ۳ ساعت‌ادامه می‌یابد. در تزریق داخل عضلانی اثرپس از ۵ ـ۲ دقیقه شروع و برای ۳ ساعت‌باقی می‌ماند. در تزریق داخل وریدی شروع‌اثر فوری و طول اثر ۴۵ دقیقه می‌باشد.حذف دارو عمدت ?کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در آنژین‌صدری ناپایدار، انفارکتوس میوکارد،بیماریهای قلبی ـ عروقی بیماری سرخرگ‌کرونر، سابقه بیماریهای عروق مغزی وحملات ایسکمیک ناپایدار، اکلامپسی پره‌اکلامپسی سابقه افزایش شدیدفشارخون بیماریهای انسدادی عروق‌محیطی و سندروم رینود نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ دارو را قبل از زایمان یا خروج‌جفت نباید بکار برد.

۲ ـ در اختلالات کبدی و کلیوی کاهش‌کلسیم خون تنگی دریچه میترال شانت‌های دهلیزی ـ بطنی و عفونت‌بااحتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی مهمترین عوارض جانبی‌دارو شامل آهسته‌شدن ضربان قلب دردقفسه سینه واکنش‌های آلرژیک اسپاسم‌عروق محیطی تهوع و استفراغ (خصوص ?پس از تزریق داخل وریدی ، دردمعده یاشکم اسهال سرگیجه تعریق ووزوزگوش می‌باشند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان بابیهوش‌کننده‌های عمومی خصوص ?هالوتان سبب افزایش انقباض عروق‌محیطی می‌شود. هالوتان باغلظت بالاتر از۱ درصد بااثرات اکسی‌توسیک متیل‌ارگونوین تداخل کرده و باعث تشدیدخونریزی رحمی می‌شود. مصرف‌همزمان با بروموکریپتین و دیگرآلکالوئیدهای ارگوت می‌تواند سبب‌افزایش فشارخون افزایش احتمال سکته‌مغزی تشنج و انفارکتوس میوکارد شود.متیل ارگونوین سبب کاهش اثرات‌نیتروگلیسرین و سایر داروهای ضدآنژین‌می‌شود، و در ضمن اثر داروهای‌منقبض‌کننده عروق و افزایش دهنده فشارخون (مقلدهای سمپاتیک را افزایش‌می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ خطر ارگوتیسم وقانقاریا بامصرف طولانی مدت دارو وجوددارد.

۲ ـ از آنجا که عفونت سبب افزایش‌حساسیت به دارو می‌شود، بروز هر نوع‌عفونت باید به‌پزشک اطلاع داده شود.

مقدار مصرف

خوراکی ۰/۲۰/۴ میلی‌گرم ۴ـ۲ بار در روزکه تا برطرف شدن خطر خونریزی ادامه‌می‌یابد. معمولا مصرف دارو به‌مدت ۴۸ساعت کافی می‌باشد ولی در برخی ازبیماران (خصوص ?در درمان سقط ناقص ممکن است مصرف دارو تا ۷ روز ادامه‌یابد.

تزریقی مقدار موردنیاز دارو از طریق‌تزریق داخل وریدی یا داخل عضلانی ۰/۲میلی‌گرم می‌باشد که در صورت لزوم ۴ـ۲ساعت بعد (تا ۵ نوبت قابل تکرار

است

اشکال دارویی

Injection: ۰.۲ mg/ml

Tablet: ۰.۲۵ mg

OXYBUTYNIN CHLORIDE

موارد مصرف اکسی‌بوتینین برای درمان‌تکرر و بی‌اختیاری ادرار، بی‌ثباتی عصبی‌مثانه و شب‌ادراری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو مسددگیرنده‌های‌موسکارینی کولینرژیک است و از این‌طریق باعث شل شدن عضلات صاف مثانه‌و دستگاه

ادراری می‌شود. همچنین به‌طورمستقیم و غیراختصاصی دارای اثرشل کنندگی برعضلات صاف می‌باشد.

فارماکوکینتیک از طریق خوراکی به‌سرعت‌جذب می‌شود. متابولیسم آن در کبد انجام‌شده و از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در مواردانسداد یا از بین رفتن تون روده کولیت‌اولسراتیو شدید یا مگاکولون سمی انسدادعمده در مجرای خروجی مثانه گلوکوم ومیاستنی گراویس نباید مصرف شود.

هشدارها: در موارد زیر این دارو بایدبااحتیاط فراوان تجویز شود: سالمندان مبتلایان به‌نارسایی کبدی یا کلیوی پرکاری تیروئید، بیماری قلبی (به‌صورتی که افزایش ضربان قلب برای بیمارنامطلوب باشد)، هیپرتروفی پروستات فتق هیاتوس به‌همراه رفلاکس ازوفاژیت وپورفیری

عوارض جانبی خشکی دهان یبوست تاری دید، تهوع ناراحتی شکم برافروختگی صورت (به‌خصوص دربچه‌ها)، مشکل در ادرار کردن سردرد،گیجی خشکی پوست اسهال آریتمی وتشنج از عوارض جانبی این دارو هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان این‌دارو با دیسوپیرامید، داروهای‌ضدافسردگی سه حلقه‌ای و مهارکننده‌های‌مونوآمینواکسیداز، آنتی‌هیستامین‌ها،فنوتیازین‌ها و آمانتادین موجب افزایش‌اثرات ضدموسکارینی می‌گردد. این داروموجب کاهش جذب گوارشی کتوکونازول گردیده و با اثرات گوارشی متوکلوپرامید وسیساپراید مخالفت می‌کند. این داروباایجاد خشکی دهان

اثر نیتراتهای زیرزبانی را کاهش

می‌دهد.

نکات قابل توصیه این دارو دارای عوارض‌جانبی زیادی می‌باشد به‌همین دلیل مقدارمصرف آن به‌خصوص در سالمندان بایدبه‌طور دقیق تعیین شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۵ میلی‌گرم ۳ـ۲ بار در روز،در صورت لزوم تاحداکثر ۵ میلی‌گرم ۴ باردر روز افزایش می‌یابد. در سالمندان درابتدا ۳ـ ۲/۵ میلی‌گرم دوبار در روز که‌براساس پاسخ و تحمل بیمار تا ۵ میلی‌گرم۲ بار در روز قابل افزایش است

کودکان بالاتر از ۵ سال در بی‌ثباتی‌عصبی مثانه ۳ـ ۲/۵ میلی‌گرم ۲ بار در روزکه تا ۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز قابل افزایش‌است (حداکثر ۵ میلی‌گرم ۳ بار در روز). درشب‌ادراری (ترجیح ?در سنین بالاتر از ۷سال ۳ـ ۲/۵ میلی‌گرم ۲ بار در روز که تا ۵میلی‌گرم ۳ـ۲ بار در روز قابل افزایش است آخرین مقدار مصرف روزانه قبل ازخواب مصرف شود) تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۵ mg

OXYTOCIN

موارد مصرف اکسی‌توسین به‌منظور القاءیا تشدید انقباضات رحمی در هنگام‌زایمان جلوگیری و درمان خونریزی پس‌از زایمان درمان سقط ناقص و سقطهای‌درمانی کاهش خروج شیر، تشخیص‌دیسترس جنینی و تشخیص عدم کفایت‌رحمی ـ جفتی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: رحم دارای گیرنده‌های‌حساس به‌اکسی‌توسین می‌باشد.اکسی‌توسین باافزایش غلظت کلسیم داخل‌سلولی انقباض عضله صاف رحم راتحریک و به این ترتیب باتقلید انقباضات‌طبیعی سبب القاء زایمان و کندشدن موقت‌جریان خون رحم می‌شود. شدت و وسعت‌انقباضات رحمی افزایش یافته و منجربه‌اتساع و محوشدن غشاء دهانه رحم‌می‌شود. با پیشرفت بارداری و ازدیادتعداد گیرنده‌های اکسی‌توسین پاسخ رحم‌به‌اکسی‌توسین نیز افزایش می‌یابد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو به‌وسیله‌اکسی‌توسیناز بافتی صورت می‌گیرد.اکسی‌توسیناز در جفت و پلاسما نیز وجوددارد. نیمه‌عمر دارو ۶ـ۱ دقیقه می‌باشد.

در تزریق داخل عضلانی اثر دارو پس از۵ـ۳ دقیقه شروع و طول اثر ۳ـ۲ ساعت ودر تزریق داخل وریدی شروع اثر فوری وطول اثر یک ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجودانقباضات هیپرتونیک رحم انسدادمکانیکی برای زایمان مشکلات جنینی شرایطی که زایمان از طریق واژن نبایدصورت بگیرد، مقاومت رحم‌به‌اکسی‌توسین پره اکلامپسی شدید یابیماری قلبی ـ عروقی شدید و نارسایی‌کلیوی در زنان باسن بیش از ۳۵ سال وزنان باسابقه جراحی سزارین نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت عدم تناسب‌سرجنین و لگن مادر، القاء زایمان بایدبااحتیاط صورت گیرد.

۲ ـ در فشارخون خفیف یا متوسط ایجادشده به واسطه بارداری و بیماری قلبی ـعروقی دارو بااحتیاط مصرف شود.

۳ ـ در مسمومیت باآب و کاهش سدیم‌خون باید از انفوزیون حجم زیاد مایعات‌اجتناب گردد.

۴ ـ اثرات دارو باتجویز همزمان‌پروستاگلاندین‌ها افزایش می‌یابد و کنترل‌دقیق بیمار لازم می‌باشد.

۵ ـ در بیهوشی انسدادی دمی (caudal)ممکن است اثرات افزاینده فشارخون‌مقلدهای سمپاتیک تشدید شود.

عوارض جانبی اسپاسم رحم افزایش‌تحریک‌پذیری رحم (که معمولاً ـ بامقادیربالاـ صورت می‌گیرد و ممکن است سبب‌اختلالات جنینی به‌صورت خفگی مرگ افزایش تونیسیته انقباضات تتانیک آسیب‌بافتی یا پارگی رحم شود)، مسمومیت باآب و کاهش سدیم خون ناشی از مصرف‌مقادیر بالا تهوع استفراغ آریتمی بثورات‌جلدی و واکنش‌های آنافیلاکتیک ازعوارض جانبی مهم دارو می‌باشد.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان داروبااکسی‌توسیک‌های دیگر با افزایش کشش‌رحم ممکن است سبب پارگی رحم یا دهانه‌رحم شود، خصوص ?اگر دهانه رحم اتساع‌پیدا نکرده باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باکنترل دقیق ضربان‌قلب جنین و فعالیت رحم مقدار دارو رامطابق بانیاز هر فرد می‌توان تنظیم نمود.در صورت مشاهده افزایش فعالیت رحم یااختلالات جنینی دارو باید قطع شود.

۲ ـ از تزریق سریع داخل وریدی دارو بایداجتناب شود.

۳ ـ تجویز طولانی مدت مقادیر زیاد

دارو همراه باتزریق داخل وریدی حجم‌زیادی از مایعات ممکن است سبب‌مسمومیت باآب و کاهش سدیم خون شود.بنابراین باید از رقیق‌کننده‌های حاوی‌الکترولیت استفاده نموده و غلظت‌اکسی‌توسین را زیاد و مصرف مایعات رامحدود نمود.

۴ ـ در صورت مصرف همزمان سایرداروهای اکسی توسیک تا زمان کاهش‌یافتن اثرات آنها، اکسی توسین تجویزنشود.

مقدار مصرف به‌منظور القاء زایمان

۴ milliunits/minـ۱، از طریق انفوزیون‌داخل وریدی تجویز می‌شود. که به‌تدریج‌با فواصل بیش از ۲۰ دقیقه افزایش می‌یابدتا الگوی زایمان به‌حالت طبیعی نزدیک‌شود. حداکثر سرعت انفوزیون

۲۰ milliunits/min می‌باشد و نباید بیش از۵ u/day مصرف شود. در جراحی سزارین ۵ واحد از دارو فور ?پس از زایمان‌به‌صورت آهسته تزریق داخل وریدی‌می‌شود. برای جلوگیری و درمان‌خونریزی پس از زایمان ۵ واحد پس ازخروج جفت از طریق تزریق آهسته داخل‌وریدی تجویز می‌شود. در موارد حادبرای کنترل خونریزی رحم از انفوزیون‌داخل وریدی ۲۰ـ۵ واحد در ۵۰۰ میلی‌لیتررقیق‌کننده غیرهیدراته باسرعت مناسب‌استفاده می‌شود. در سقط ناقص سقطاجباری و فراموش شده ۵ واحد از طریق‌تزریق آهسته داخل وریدی تجویز می‌شودکه در صورت لزوم یا انفوزیون وریدی باسرعت ۲۰ milliunits/min یا بیشتر

ادامه‌می‌یابد.

اشکال دارویی

Injection: ۵ U/ml, ۱۰ U/ml

PHENAZOPYRIDINE HCI

موارد مصرف فنازوپیریـدین برای درمان‌علائمی نظیر درد، سوزش احساس دفع‌فوری یا تکرار ادرار ناشـی از تحریک‌مخاط مجاری ادراری تحتانی برای مدت‌کوتاه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو دارای اثربیحس‌کننده و ضددرد موضعی برروی‌مخاط مجاری ادراری است

فارماکوکینتیک یکی از متابولیتهـای این‌دارو استامینوفن است فنازوپیریـدین تـا ۹۰درصـد طی ۲۴ سـاعت به‌صورت تغییرنیـافته یا متـابولیت از طریق کلیه دفع‌می‌شود. در حـدود ۸۰ درصد مقدارمصـرف به‌صورت اسـتامینوفن و حدود ۶۵درصد مقدار مصـرف نیز به‌صورت تغییرنیافته دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در بیماران مبتلا بهG۶PD باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ در صورت مصـرف همزمان‌فنازوپیریـدین بایک داروی ضـدباکتری دردرمان عفونت مجاری ادراری طول درمان‌بافنازوپیریـدین نباید بیش از دو روز باشد.

عوارض جانبی سـرگیجه سـردرد،سوءهاضـمه درد یا کرامپ معده متهموگلوبینمی ضـعف یا خسـتگی‌غیرعادی زرد شدن چشمها یا پوست افزایش فشـارخون اشـکال در تنفس کـاهش ناگهانی در میزان ادرار، تورم‌صورت انگشـتها، پاها و احساس تشنگی‌بامصـرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو، رنگ ادراررا به‌نارنجی متمایل به‌قرمز تغییر می‌دهد وممکن است سبب لک‌شدن لباس گردد.

۲ ـ برای کاهش دل آشوبه دارو را بایدهمراه باغذا یا پس از آن مصرف نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲۰۰ میلی‌گرم ۳ بار درروز همراه یا پس از غذا مصرف می‌شود.

کودکان به‌عنوان ضددرد مجاری ادراری ۴ mg/kg، سه بار در روز همراه با غذامصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg

RITODRINE HCI

موارد مصرف ریتودرین برای جلوگیری اززایمان زودرس غیرپیچیده تجویز می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به‌طور انتخابی گیرنده‌های بتاـ دوآدرنرژیک را تحریک وموجب شل شدن عضلات صاف رحم‌می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌جذب شده و دارای متابولیسم‌گذر اول‌کبدی می‌باشد. در تزریق وریدی بعد از ۵دقیقه و از راه خوراکی بعـد از ۶۰ـ۳۰ دقیقه‌اثر دارو شـروع می‌شود. قسـمت عمده این‌دارو بدون تغییر و قسـمت کمی هم پس ازمتابولیزه شدن در کبد و از طریق ادرار دفع‌می‌شود.

موارد منع مصـرف در صورت وجودبیمـاری قلبی اکلامپسـی مرگ داخـل رحمی‌جنین خونریزی پیش از زایمـان جفت‌سـرراهی پره اکلامپسی شدید، عفونت‌داخل رحمی تحت فشار بودن تاندون‌هادر ناحیه لگن سه ماهه اول و دوم بارداری‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر این داروبااحتیاط فراوان تجویز می‌شود: مشکوک‌بودن به‌بیماری قلبی زیادی فشارخون پرکاری تیروئید، کمی پتاسیم خون دیابت پره‌اکلامپسی خفیف تا متوسط، مصرف‌همزمان با داروهایی که اثرات جانبی مقلدسمپاتیک یا اثر آریتمی‌زایی دارند.

۲ ـ هنگام تجویز وریدی این دارو دربیماران دیابتی غلظت گلوگز خون بایستی کنترل شود.

۳ ـ در موقع مصرف این دارو، بایستی‌فشارخون و تعداد نبض کنترل شود و دقت‌شود که تعداد نبض از ۱۴۰ـ ۱۳۵ ضربه دردقیقه تجاوز نکند.

عوارض جانبی تهوع استفراغ برافروختگی تعریق لرزش اندامها، کمی‌پتاسیم خون افزایش ضربان قلب افت‌فشارخون افزایش احتمال خونریزی‌رحمی ادم ریوی درد قفسه سینه وآریتمی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های داروئی تجویز توام مقادیر زیاداین دارو به‌همراه مقادیرزیادکورتیکواستروئیدها، استازولامید،مدرهای موثر برقوس هنله مدرهای‌تیازیدی و مقادیر زیاد تئوفیلین موجب‌افزایش خطر بروز کمی پتاسیم خون‌می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به‌حداقل‌رسانیدن احتمال بروز ادم ریوی ناشی ازانفوزیون وریدی این دارو، بهتر است‌به‌عنوان رقیق‌کننده از گلوگز ۵٪ استفاده‌نموده و حجم مایع انفوزیون حداقل باشد.

۲ ـ برای به‌حداقل رساندن خطر افت فشارخون باید در طول مدت انفوزیون این دارو،بیمار در حالت خوابیده به‌طرف چپ بدن‌باشد.

مقدار مصرف

تزریقی در زایمان زودرس ابتدا ۵۰میکروگرم در دقیقه که به‌تدریج به ۳۵۰ـ۱۵۰ میکروگرم در دقیقه افزایش‌می‌یابد انفوزیون وریدی می‌شود و تا۴۸ـ۱۲ ساعت پس از متوقف‌شدن‌انقباضات رحم باهمین مقدار انفوزیون‌ادامه می‌یابد (حداکثر سرعت مجازانفوزیون ۳۵۰ میکروگرم در دقیقه‌می‌باشد) یا مقدار ۱۰ میلی‌گرم هر ۸ـ۳ساعت که تا ۴۸ـ۱۲ ساعت پس از توقف‌انقباضات ادامه می‌یابد به‌صورت تزریق‌عضلانی تجویز شود.

خوراکی ۱۰ میلی‌گرم سی دقیقه قبل از اتمام‌انفوزیون وریدی که هر ۲ ساعت یکباربه‌مدت ۲۴ ساعت تکرار می‌شود و سپس ۲۰ـ۱۰ میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت تجویزمی‌شود. حداکثر مقدار مصرف روزانه ازراه خوراکی ۱۲۰ میلی‌گرم است

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ mg/۵ ml

Scored Tablet: ۱۰ mg

TRIPLE SULFA

موارد مصرف تریپل‌سولفا به‌عنوان ضدعفونی کننده در دستگاه تناسلی زنان‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفونامیدها داروهای ضدعفونی‌کننده باکتریواستاتیک با طیف اثرگسترده هستند که به‌طور رقابتی آنزیم‌دی‌هیدرو پتروات سنتتاز باکتریائی رامهار می‌کنند. این عمل باعث مهار ساخت‌اسید فولیک می‌شود.

فارماکوکینتیک سولفونامیدهای موجود درفرآورده از طریق مخاط دستگاه واژینال‌جذب می‌شوند.

هشدارها: در صورت وجود کمبود G۶PD،عیب کار کبد، عیب کار کلیه و یا پورفیری‌این دارو باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های حساسیتی‌به‌دارو (خارش قرمزی پوست التهاب یاتحریکی که قبل از درمان وجود نداشته‌است با مصرف این دارو گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان باید کامل شود، حتی اگر ادامه درمان با زمان‌قاعدگی همراه باشد.
۲ ـ رعایت نکات بهداشتی مانند استفاده ازلباس زیر تازه شسته شده استفاده ازلباس زیرنخی به‌جای پلاستیکی و استفاده‌مرتب از حمام و دوش‌های واژینال‌بهداشتی برای درمان کامل ضروری است

مقدار مصرف مقدار یک اپلیکاتور (تقریب?۵ ـ۴ گرم از کرم واژینال دوبار در روزبه‌هنگام خواب و بیدارشدن به‌مدت ۶ـ۴روز استعمال می‌شود. مقدار مصرف رامی‌توان به‌نصف تا یک چهارم اپلیکاتوردوبار در روز کاهش داد. در مورد قرص‌واژینال یک قرص دوبار در روز به هنگام‌خواب و بیدارشدن به‌مدت ۱۰ روزمصرف می‌شود که مقدار مصرف را درصورت نیاز می‌توان تکرار کرد.

اشکال دارویی

Vaginal Tablet: Sulfathiazole ۱۷۲.۵ mg

+ Sulfacetamide ۱۴۳.۷۵ mg +

Sulfabenzamide ۱۸۴ mg

+ Vaginal Cream : Sulfathiazole ۳.۴٪

+ Sulfacetamide ۲.۸۶٪

Sulfabenzamide ۳.۷٪

BETAMETHASONE

موارد مصرف بتامازون برای درمان‌جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی‌استفاده می‌شود. این دارو همچنین دردرمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژیک‌در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی هیپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیوی وادم مغزی نیز موثر است

مکانیسم اثر: این دارو باعبور از غشاءسلولی به‌گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و کمپلکس دارو ـ گیرنده واردهسته سلولی می‌شود. این کمپلکس بااتصال به‌نواحی خاصی از DNA موجب‌تحریک روند رونویسی mRNA و به‌دنبال‌آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت‌مسئول اثرات سیستمیک‌کورتیکواستروئیدها می‌باشند. این دارو باجلوگیری از تجمع سلولهای التهابی درناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزادشدن‌آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت‌و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب‌اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک بتامتازون سریع ?وبه‌خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود.شکل تزریقی آن نیز از عضله به‌خوبی‌جذب می‌شود. به‌طور عمده در کبد ومقادیری نیز در کلیه و بافتهابه‌متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ ـ تزریق داخل مفصلی‌این دارو در مواردی مثل
جراحی ترمیمی مفاصل اختلالات انعقادی‌خون شکستگی داخل مفصلی عفونت‌اطراف مفصل یا سابقه ابتلاء به‌آن پوکی‌استخوان اطراف مفصل به‌دلایلی غیرآرتریت و مفصل ناپایدار نباید مصرف‌شود.
۲ ـ این دارو در پیشگیری از سندرم زجرتنفسی نوزادان در صورت وجودآمنیونیت عفونت یا تب عفونت باهرپس عدم کفایت جفت و پارگی زودرس غشاءنیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده طولانی مدت‌بتامتازون در کودکان می‌تواند منجربه‌مهار رشد شود.
۲ ـ به‌دنبال مصرف این دارو ممکن است‌تست‌های بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ غده فوق کلیوی‌دچار اختلال شود.
۳ ـ در افراد مسن و به‌خصوص خانم‌های‌یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان وافزایش فشار خون بالا می‌رود.

۴ـ در صورت نیاز به‌جراحی و یا درمان‌اضطراری و نیز مصرف دارو در بیماران‌دیابتی باید احتیاط کرد.
عوارض جانبی درمان دراز مدت بابتامتازون بیمار را از جهت ابتلابه‌بیماریهای عفونی مستعد می کند و ازطرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود.مصرف مقادیر بالای بتامتازون می‌تواند‌اختلالات روانی را تشدید کند. آب مروارید‌کاهش یا تاری دید و تکرر ادرار وپرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه‌کوشینگ آکنه درد در ناحیه سرینی وافزایش فشار خون از عوارض جانبی داروهستند.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با ریفامپین داروهای ضدصرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپریمیدون موجب تسریع متابولیسم‌بتامتازون و کاهش اثر دارو می گردد. این‌دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای‌پائین آورنده قندخون و یا داروهای کاهنده‌فشارخون گردد.
نکات قابل توصیه ۱ـ برای به‌حداقل‌رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی‌بتامتازون باید بعد از غذا مصرف شود.
۲ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد ازاستفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیزشود.
۳ـ در طول درمان مصرف سدیم بایستی‌محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.
۴ـ معاینات چشم پزشکی در طول درمان‌دراز مدت به‌طور مرتب باید انجام گیرد.
مقدار مصرف
خوراکی
بزرگسالان به‌میزان ۵ mg/day ـ ۰/۵ و درکودکان باعدم کفایت آدرنال ۱۷/۵mcg/kg یا ۰/۵mcg/m۲ در سه مقدار منقسم‌استفاده می‌شود و در سایر مواردmcg/kg ۲۵۰ـ۶۰ یا ۷/۵ mg/m۲ـ۲ در سه یا چهار مقدار منقسم شده استفاده‌می‌شود.
تزریقی
بزرگسالان به‌صورت تزریق داخل‌مفصلی داخل ضایعه یا تزریق در بافت‌نرم حداکثر تا ۹ میلی گرم بتامتازون (۱۲میلی گرم بتامتازون دی سدیم فسفات مصرف می‌شود. در صورت نیاز این مقدارتکرار می‌شود. از راه عضلانی یا تزریق یاانفوزیون آهسته داخل وریدی نیز ۲۰ـ۴میلی گرم که در ۲۴ ساعت می توان این‌مقدار را حداکثر ۴ بار تکرار نمود، مصرف‌می‌شود.
در بزرگسالان مقدار ۱۲ـ ۱/۵ میلی گرم ازشکل طولانی اثر دارو (LA)داخل مفصل‌تزریق می‌شود که در صورت نیاز می‌توان‌آن را تکرار کرد. داخل پوست یا ضایعه به‌مقدار ۱/۲ mg/m۲ تا حداکثر ۶ میلی گرم که‌هر هفته می‌تواند تکرار شود. به‌صورت‌داخل عضلانی مقدار ۹ mg/dayـ ۰/۵می‌تواند استفاده شود.
کودکان به‌صورت تزریق داخل وریدی‌آهسته و به‌میزان یک میلی گرم در کودکان‌یکسال و پائین‌تر تا ۲ میلی گرم در سنین۵ـ۱ سال و ۴ میلی گرم در سنین ۱۲ـ۶ سال‌تجویز می‌شود.
اشکال دارویی
Tablet: ۰.۵ mg
Injection: ۴ mg/ml
(Injection: (Betamethason LA
+ Betamethasone Acetate ۳ mg]
[Betamethasone (as disodium phosphate)۳ mg/ml

BROMOCRIPTINE

موارد مصـرف برموکریپتین در کنترل‌بیماری پارکینسون (اما نه در کنترل علائم‌خارج هرمی ناشـی از داروها) و اختلالات‌غدد درون ریز مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو باتحریک مستقیم گیرنده‌های دوپامینی می‌تواند در کنترل‌پارکینسون مفید و مؤثر باشد.

فارماکوکینتیـک جـذب دارو از دسـتگاه‌گوارش متغیر است دارای نیمه‌عمر ۳ساعت می‌باشـد. در صـفرا ترشح و از طریق‌مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در مواردحساسیت به‌الکالوئیدهای ارگوت توکسمی حاملگی و هیپرتانسیون پس اززایمان بیماری روانی شدید و بیماری‌عروق کرونر نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو، در بیمـاران دارای‌سابقه اختلالات روانی (به‌خصوص‌اختلالات سایکوتیک یا بیماری قلبی‌عروقی یا سـندرم رینود، نارسایی کبدی یاکلیوی و پورفیری بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ در چند روز اول درمان اثر کاهنده‌فشارخون دارو، ممکن است در بعضی ازبیماران شدید باشد.

۳ ـ در هنگام رانندگی و کار با ماشین آلاتی‌که نیاز به‌هوشیاری دارند، احتیاط شود.

عـوارض جـانبی تهـوع اسـتفراغ یبوست سـردرد، گیجی افت فشـار خون وضـعیتی خواب‌آلودگی اسـپاسم عروق انگشـتان‌دست و پا به‌خصوص در بیماران گرفتارسـندرم رینود، توهم تحریک‌سایکوموتور، دیسـکینزی خشکی دهان گرفتگی ساق پا، نشت مایع جنب و فیبروزاز عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی اریترومایسـین باعث‌افزایش غلظت پلاسـمایی برموکریپتین‌شده و احتمال سـمیت آن را افزایش می‌دهد.داروهای مقلد سمپاتیک خطر سمیت‌برموکریپتین را افزایش می‌دهند. به‌دلیل‌تضعیف سیستم ایمنی از واکسیناسیون‌بیمار یا افراد خانواده وی با واکسن‌های‌حاوی ویروس‌های زنده اجتناب شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در طول مصرف داروبیمار ازنظر بزرگ‌شدن هیپوفیزبه‌خصوص در طول حاملگی باید بررسی‌شود.

۲ ـ در خانم‌های در سن باروری سالی‌یکبار و در خانم‌های پس از سن یائسـگی هرشـش ماه یکبار دسـتگاه تولیدمثل موردبررسـی و معاینه قرار گیرد.

۳ ـ در طـول مصـرف این دارو از روش‌هـای‌غیرهورمونی جلـوگیری از حاملگی‌اسـتفاده شود چون قرص‌هـای خوراکی‌ممکن اسـت باعث افزایش غلظت پرولاکتین گردند.

۴ ـ در طول مصرف این دارو، بیمار از نظربروز فیبروز رتروپریتونئال نارسایی کبدو کلیه باید زیرنظر قرار داشته باشد.

۵ ـ در صورت بروز زیـادی فشار خون سـردرد، مـداوم و علائم سـمیت CNS(تشـنج سـردرد شدید، اختلالات روانی ، مصرف‌دارو فور ?قطع شود.

۶ ـ برای کاهش تحریکات گوارشی داروباغذا میل شود.

مقـدار مصـرف هفته اول ۱/۲۵ـ۱ میلی‌گرم‌هر شـب هفتـه دوم ۲/۵ـ۲ میلی‌گرم هرشـب هفته سـوم ۲/۵ میلی‌گرم دوبـار در روز،هفته چهارم ۲/۵ میلی‌گرم سه بار در روز وسـپس براساس پاسخ بیمار هر ۱۴ـ۳ روز،۲/۵ mg/day به‌میزان مصرف اضافه شودتا حداکثر مقدارمصرف روزانه به ۴۰ـ۱۰میلی‌گرم برسد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۲.۵ mg

CALCITONIN

موارد مصرف کلسی‌تونین در درمان‌بیماری پاژت و نیز به‌عنوان داروی کمکی‌در افزایش کلسیم خون پوکی استخوان دردوران یائسگی و نیز پوکی استخوان‌ثانویه به‌اختلالات هورمونی مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: در بیماری پاژت کلسی‌تونین‌با ممانعت اولیه از تحلیل رفتن استخوان‌سرعت تجزیه و ساخت استخوانی راحتی‌الامکان کم نموده و سبب کاهش میزان‌آلکالین فسفاتاز و ترشح هیدروکسی‌پرولین در ادرار می‌شود. در افزایش‌کلسیم خون و استئوپروز، کلسی‌تونین‌بامهار مستقیم تحلیل استخوانی غلظت‌کلسیم سرم را کاهش می‌دهد. در ضمن‌ممکن است تعداد و فعالیت استئوکلاستها ونیز تخریب استئوسیت‌ها کاهش یابد.کلسی‌تونین همچنین بااثر مستقیم برکلیه وباواسطه cAMP بازجذب توبولی کلسیم فسفات و سدیم را مهار نموده و موجب‌افزایش دفع این عناصر می گردد.

فارماکوکینتیک دارو به‌سرعت و عمدت ?درکلیه‌ها متابولیزه می‌شود. به‌دنبال یک‌نوبت مصرف خوراکی نیمه عمرکلسی‌تونین انسانی حدود ۶۰ دقیقه‌می‌باشد. دفع دارو کلیوی است

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌سابقه حساسیت به‌پروتئین‌ها وکلسی‌تونین و نیز در بیماران باسابقه‌آلرژی حتی با تست پوستی منفی واکنش‌به‌کلسی‌تونین نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در استفاده مداوم ازکلسی‌تونین با منشاء ماهی ممکن است‌آنتی بادی خنثی‌کننده دارو در بدن ایجادشود.

۲ ـ در صورت وجود آلرژی به‌پروتئین‌ها،تست پوستی باید انجام شود.

عوارض جانبی از عوارض جانبی مهم‌دارو، استفراغ گرگرفتگی سوزش وخارش دستها و پاها، بی‌اشتهایی احساس‌طعم ناخوشایند، واکنش‌های التهابی درمحل تزریق و واکنش‌های آلرژیک‌خصوص ?دانه‌های جلدی و کهیر می‌باشد.

تداخل‌های دارویی در درمان افزایش‌کلسیم خون تجویز همزمان فرآورده‌های‌حاوی کلسیم و ویتامین D بااثرکلسی‌تونین مقابله می کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تاریخچه آلرژی‌به‌کلسی‌تونین و پروتئین‌های دیگر بایدمورد توجه قرار گیرد.

۲ ـ در مواردی که بیمار خود دارو رامصرف می کند، تزریق زیرجلدی‌مناسب‌تر است

۳ ـ در بیماران مبتلا به‌افزایش کلسیم خون‌ممکن است نیاز به‌محدودیت مصرف‌کلسیم و ویتامین D باشد.

مقدار مصرف در درمان افزایش کلسیم‌خون ابتدا ۴ units/kg در روز از طریق‌تزریق زیرجلدی یا داخل عضلانی تجویزمی‌شود که مطابق با پاسخ بالینی وبیوشیمیایی تنظیم می گردد. در بیماری‌پاژت استخوان ۸۰ واحد، سه بار در هفته تا ۱۶۰ واحد در روز در یک مقدار یا مقادیرمنقسم از طریق تجویز زیرجلدی یا داخل‌عضلانی و در بیماران با درد استخوان یاسندرم nerve compression، مقدار ۱۶۰ـ۸۰ واحد در روز برای ۶ ـ ۳ ماه لازم‌می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰ IU/ml, ۱۰۰ IU/ml

Nasal Spray: ۱۰۰ IU/dose, ۲۰۰ IU/dose

CHLORPROPAMIDE

موارد مصرف کلرپروپامید برای درمان‌دیابت ملیتوس و دیابت بی‌مزه هیپوفیزی‌نسبی (به‌عنوان درمان خط دوم به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: سولفونیل اوره‌ها با تحریک‌مستقیم ترشح انسولین از سلولهای بتای‌لوزالمعده گلوگز خون را کاهش می‌دهند.در

طولانی مدت این داروها حساسیت به‌انسولین را در بافتهای محیطی مانند کبد،عضله چربی و سلولهای دیگر مانندمونوسیت‌ها و اریتروسیت‌ها افزایش‌می‌دهند که نتیجه آن کاهش گلیکوژنولیز وگلوکونئوژنز در کبد است کلرپروپامید اثرمقادیر جزئی هورمون آنتی‌دیورتیک را دربیماران مبتلا به دیابت بی‌مزه هیپوفیزی‌تقویت می کند.

فارماکوکینتیک جذب دارو از دستگاه‌گوارش کامل و سریع است ولی غذا آن رابه تأخیر می‌اندازد. نیمه عمر آن ۳۶ ساعت‌است متابولیسم کبدی دارو ناقص بوده و۲۰ درصد دارو به‌صورت تغییر نیافته دفع‌می‌شود. متابولیت‌های دارو از راه ادراردفع می‌شوند.

موارد منع مصرف این دارو در موارد زیرنباید مصرف شود: اسیدوز، سوختگی‌شدید، اغمای دیابتیک کتواسیدوزدیابتیک اغمای غیرکتونیک هیپراسمولار،شرایطی که باعث تغییرات زیاد قند خون‌می‌شوند، شرایطی که نیاز به انسولین را به‌سرعت تغییر می‌دهند، شرایط ایجادکننده‌کاهش قند خون بیماریهای کبدی و کلیوی پورفیری و نارسائی احتقانی قلب

هشدارها: ۱ ـ در شرایطی مانند انفارکتوس‌میوکارد، اغما، عفونت تروما، در جراحی ودوران بارداری باید به‌طور موقت انسولین جایگزین سولفونیل اوره‌ها شود.

۲ ـ در شرایط افزایش قند خون (مانندتغیرات هورمونهای جنسی در زنان تب بالا،عفونت پرکاری آدرنال و استرسهای‌روانی ممکن است افزایش مقدار مصرف‌دارو یا تغییر آن به انسولین مورد نیاز باشد.

۳ ـ در پرکاری تیروئید، کنترل قند خون‌مشکل‌تر بوده و ممکن است نیاز به افزایش‌مقدار مصرف دارو باشد.

۴ ـ مصرف دارو در افراد مسن به دلیل‌نیمه عمر طولانی توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی به‌دنبال مصرف دارواختلالات گوارشی سردرد، افزایش وزن کاهش قندخون واکنش‌های افزایش‌حساسیت دیده شده‌است کلرپروپامیدموجب افزایش اثر هورمون آنتی‌دیورتیک‌شده و بندرت موجب کاهش سدیم‌می‌شود.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان با ضد انعقادهای خوراکی

مقدار مصرف دو دارو باید تنظیم شود.

در مصرف همزمان با آسپاراژیناز،کورتیکواستروئیدها، مدرهای تیازیدی

و لیتیم به دلیل فعالیت ذاتی این

ترکیبات در بالا بردن قند خون تنظیم

مقدار مصرف دارو لازم است مصرف‌همزمان کلرپروپامید با تیازیدها

خطر هیپوناترمی را خصوص ?در بیماران‌مسن افزایش می‌دهد. در صورت مصرف‌همزمان داروهایی مانند گوانتیدین مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز،

کینین کینیدین و مقادیر بالای‌سالیسیلات‌ها، کلرامفنیکل ومهارکننده‌های بتا آدرنرژیک مقدارمصرف مورد نیاز کلرپروپامید تغییرمی‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ آلرژی به سولفونیل‌اروه‌ها، سولفونامیدها و تیازیدها را بایدمورد توجه قرار داد.

۲ ـ با تغییر رژیم غذایی فعالیت بدنی وبیماری میزان قند خون و برنامه درمانی‌تغییر می کند.

۳ ـ دارو به همراه صبحانه مصرف شود.

مقدار مصرف ابتدا ۲۵۰ mg/day (در افرادمسن ۱۰۰–۱۲۰ میلی‌گرم که مطابق باپاسخ بیمار تا ۵۰۰ mg/day می‌تواندافزایش یابد.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵۰ mg

(CHORIONIC GONADOTROPHIN (HCG

موارد مصرف گنادوتروپین جفتی هم دردرمان و هم در تشخیص کریپتورکیدیسم نهان بیضگی قبل از بلوغ که به دلیل‌انسداد آناتومیک نباشد، مصرف می‌شود.این فرآورده همچنین در درمان ناباروری‌ناشی از بی‌کفایتی عملکرد هیپوفیز درمردان و نیز نازائی در خانم‌ها، به تنهایی ویا در ترکیب با منوتروپین‌ها یا کلومیفن‌استفاده می‌شود. علاوه بر این درتشخیص کم‌کاری غدد جنسی در مردان نارسایی جسم زرد و نیز به‌منظور تحریک‌تخمک‌گذاری در عمل باروری خارج از بدن IVF) کاربرد دارد.

مکانیسم اثر: عمل این هورمون اغلب همانندLH می‌باشد. با تقلید پیک طبیعی LH، درزنان موجب تحریک تخمک‌گذاری و درمردان موجب افزایش تولید آندروژن‌توسط بیضه‌ها می‌گردد.

فارماکوکینتیک در خانم‌ها، اغلب ۳۲-۳۶ساعت پس از تجویز، تخمک‌گذاری رخ‌می‌دهد. نیمه عمر دارو دو فازی بوده (۱۱ و۲۳ ساعت و طی ۲۴ ساعت ۱۰-۱۲٪ داروبه‌صورت تغییر نیافته از طریق کلیه‌ها دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف به‌طور کلی در صورت‌وجود بزرگی یا تومور هیپوفیز، بلوغ‌زودرس در حین درمان کریپتورکیدیسم وجود خونریزیهای واژینال با علت‌نامشخص تومورهای فیبروئید رحم کیست‌های تخمدانی متمایز از سندرم‌پلی‌کیستیک تخمدانی ترومبوفلبیت فعال کارسینومای پروستات و یا سایرنئوپلاسم‌های وابسته به آندروژن این‌دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف توأم HCG، با سایرترکیبات محرک تخمک‌گذاری ممکن است‌موجب افزایش بروز عواقب ترومبوآمبولیک گردد.

۲ ـ در بیماران مبتلا به نارسائی قلبی یاکلیوی آسم میگرن و صرع این دارو بایدبا احتیاط مصرف شود.

۳ ـ از آن‌جا که مصرف مداوم دارو ممکن‌است تحریک بیش از حد تخمدان را موجب‌شود، باید حتی‌الامکان در حین درمان‌غلظت سرمی استروژن را کنترل نموده وآزمایشات اولتراسوند را انجام داد.

۴ ـ به‌منظور آگاهی از وقوع تخمک‌گذاری باید روزانه درجه حرارت بدن بیمار کنترل‌شود و در صورتی‌که به‌دنبال یک دوره‌درمانی تغییر دو فازی درجه حرارت بدن‌مشاهده شود، ولی قاعدگی رخ ندهد،آزمون حاملگی باید انجام شود.

۵ ـ مصرف توأم HCG با سایرمنوتروپین‌ها ممکن است موجب افزایش‌شیوع حاملگی‌های چند قلو و در نتیجه‌افزایش خطر تولد نوزادان نارس گردد.

عوارض جانبی شایع‌ترین عارضه بزرگ‌شدن تخمدان و کیست تخمدانی‌ضعیف تا متوسط است بروز سندرم حادتحریک بیش از حد تخمدان کمتر شایع‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ در هنگام مصرف‌دارو، بیمار باید از هر جهت تحت نظرپزشک باشد.

۲ ـ برای درمان کامل ممکن است به‌مصرف طولانی مدت دارو نیاز باشد.

۳ ـ باید به بیمار توصیه شود تا پس ازمصرف دارو، زمان مقاربت و نیز درجه‌حرارت بدن را به‌طور روزانه ثبت نماید.

مقدار مصرف مقدار مصرف باید براساس‌نیاز هر بیمار به‌طور انفرادی و باتوجه به‌پاسخ بالینی تنظیم گردد. در صورتی‌که‌پس از پایان دوره درمان تخمک‌گذاری‌صورت نپذیرد، باید رژیم دارویی مجدد?ارزیابی شود. چنانچه پس از ۳ دوره‌درمان باز هم تخمک‌گذاری صورت نگیرد،باید در تداوم مصرف دارو، یا نوع درمان‌تجدید نظر شود.

بزرگسالان مقدار مصرف برای درمان‌کم‌کاری بیضه‌ها ناشی از کمبودگنادوتروپین در مردان به میزان۱۰۰۰-۴۰۰۰ واحد ۲-۳ بار در هفته به‌شکل تزریق داخل عضلانی و به مدت چندهفته تا چند ماه است درمان را می‌توان تازمان حصول پاسخ درمانی ادامه داد.درمان ناباروری مردان از طریق تحریک‌القاء اسپرماتوژنز با HCGگاه به مدت ۶ماه یا بیشتر طول می‌کشد. در صورت‌مطلوب

نبودن اثر درمانی می‌توان دارو رابه همراه سایر منوتروپین‌ها تا یک‌سال بعدنیز مصرف نمود. برای درمان بی‌کفایتی‌جسم زرد، از روز تخمک‌گذاری تا زمان‌پیش‌بینی شده برای بروز قاعدگی یا وقوع‌حاملگی روزانه ۱۵۰۰ واحد به شکل‌تزریق داخل عضلانی توصیه می‌شود. درصورت تأیید حاملگی این مقدار می‌تواند تاهفته دهم بارداری ادامه یابد. در IVF،۵۰۰۰–۱۰۰۰۰ واحد، یک روز پس ازآخرین مقدار مصرف منوتروپین‌ها و یا۵–۹ روز پس از آخرین مقدار مصرف‌کلومیفن تجویز می‌شود. برای اهداف‌تشخیصی کم‌کاری بیضه ۲۰۰۰ واحد درروز به شکل تزریق داخل عضلانی و به‌مدت ۳ روز مصرف می‌شود

کودکان در درمان کریپتورکیدیسم قبل ازبلوغ میزان ۵۰۰۰–۱۰۰۰۰ واحد ۲–۳ باردر هفته و حداکثر ۱۰ بار به شکل تزریق‌داخل عضلانی مصرف می‌شود.

توجه در صورت عدم پیشرفت‌درمان این دارو بیش از ۱۰ بار نبایدتجویز گردد.

اشکال دارویی

For Injection: ۵۰۰ U, ۱۵۰۰ U, ۵۰۰۰ U

CLOMIPHEN CITRATE

موارد مصرف کلومیفن برای درمان‌ناباروری ناشی از کاهش یا فقدان‌تخمک‌گذاری در زنان و نیز ناباروری‌مردانی که تولید اسپرم در آنها کافی‌نیست به‌کار برده می‌شود. این ترکیب‌همچنین در درمان بی‌کفایتی عملکرد جسم‌زرد و نیز تشخیص نارسائی محورهیپوتالامیک ـ هیپوفیز ـ غده فوق کلیه مفیدمی‌باشد. به‌منظور ارزیابی عمل‌تخمدان‌هادر تخمک‌گذاری نیز استفاده‌شده‌است

مکانیسم اثر: کلومیفن عمدت ?دارای اثرات‌ضداستروژنی بوده و بعض ?خواص‌استروژنی نیز دارد. این دارو با اتصال‌رقابتی به گیرنده‌های استروژن در سطح‌هیپوتالاموس مانع اثر مهاری استروژن‌بر آزادشدن گنادوتروپین‌ها و در نتیجه‌افزایش LH و FSH می‌گردد. این امر خودموجب بلوغ فولیکول‌های تخمدانی افزایش‌پیک LH قبل از تخمک‌گذاری تخمک‌گذاری‌و در نهایت تکامل جسم زرد می‌شود. درناباروری مردان نیز از طریق افزایش‌ترشح LH و FSH، اثر درمانی خود را اعمال‌می‌کند.

فارماکوکینتیک دارو از دستگاه گوارش‌به‌خوبی جذب می‌شود. متابولیسم دارو درکبد صورت گرفته و نیمه عمر آن حدود۵–۷ روز است معمولا طی ۴–۱۰ روز پس‌از مصرف آخرین مقدار دارو،تخمک‌گذاری صورت می‌گیرد. قسمت‌اعظم دارو از صفرا و مدفوع و بخش اندکی‌از کلیه‌ها دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در مبتلایان به‌نارسائی عملکرد کبد، افسردگی وجودکیست‌های تخمدانی غیر از سندرم پلی‌کیستیک تخمدان و ترومبوفلبیت نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف طولانی مدت دارومی‌تواند موجب بروز تومورهای تخمدان‌گردد.

۲ ـ کلومیفن با کاهش تولید و تغییرموکوس دهانه رحم ممکن است با عمل‌اسپرم و متعاقب آن باروری و حاملگی‌تداخل نماید.

۳ ـ احتمال بروز چندقلوزایی با مصرف‌دارو وجود دارد.

عوارض جانبی مهم‌ترین عوارض عبارتنداز تشکیل کیست تخمدان بزرگ شدن بیش‌از حد تخمدان بزرگ شدن بافت فیبروئیدرحم و بروز سندرم قبل از قاعدگی

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو باید به میزان‌مناسب و در ساعت مشخصی از روزمصرف شود.

۲ ـ در صورت فراموش کردن یک وعده‌مصرف دارو، بهتر است بلافاصله پس ازبه‌خاطر آوردن مصرف شود. در صورتی‌که در زمان مصرف بعدی بیمار عدم‌مصرف دارو را به‌خاطر آورد، مقدارمصرف بعدی دارو به میزان دو برابراستفاده شود. در صورت فراموش کردن‌بیش از یک‌بار، به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف در درمان ناباروری درزنان دارو به میزان ۵۰ mg/day و به مدت۵ روز، تجویز می‌شود. مصرف دارو بایداز روز پنجم قاعدگی شروع شود. درصورت عدم بروز حاملگی می‌توان دوره‌درمان را در ۳-۴ سیکل بعد تکرار نمود که‌در آن صورت مقدار تجویز را می‌توان به۱۰۰-۷۵ mg/day و به مدت ۵ روز افزایش‌داد. در زنان حساس به کلومیفن و یامبتلایان به سندرم پلی کیستیک تخمدان بایستی مقادیر کمتر تجویز شوند.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

CONJUGATED ESTROGENS

موارد مصرف استروژنهای کنژوگه‌به‌عنوان جانشین درمانی در حالات کمبوداستروژن کم‌کاری غدد تناسلی آتروفی‌واژن نارسایی اولیه تخمدان درمان علائم‌وازموتور در دوران یائسگی و نیزپیشگیری از استئوپروز بعد از یائسگی‌مصرف می‌شود. به‌علاوه این دارو ممکن‌است برای درمان خونریزی رحم سرطان‌پستان یا پروستات نیز به‌کار رود.

مکانیسم اثر: استروژنها با اتصال به‌گیرنده‌های خود در هسته سلول میزان‌ساخت RNA و پروتئین‌های مختلف را دربافتهای هدف افزایش می‌دهند. این‌پروتئین‌ها مسئول بروز اثرات استروژنهاهستند.

فارماکوکینتیک استروژنهای کنژوگه ازدستگاه گوارش به‌خوبی جذب گردیده وعمدت ?در کبد به متابولیت‌های غیرفعال‌تبدیل می‌شوند که غالب ?از راه ادرار ومقداری نیز از طریق مدفوع دفع می گردند.

موارد منع مصرف این دارو در مواردترومبوفلبیت فعال یا اختلالات‌ترومبوآمبولیک سرطانهای وابسته به‌استروژن بیماریهای کبدی خونریزی‌واژن شیردهی و نیز سندروم‌های دوبین ـجانسون و روتور نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف طولانی مدت‌استروژنها به تنهایی خطر بروز سرطان‌آندومتر را افزایش می‌دهد.

۲ ـ در بیماریهایی نظیر میگرن زیادی‌فشار خون آسم صرع ترومبوفلبیت‌مزمن یا سابقه آن زیادی چربی خون بیماری مثانه وجود ندول یا بیماری‌فیبروکیستیک پستان با احتیاط تجویز گردد.

۳ ـ مصرف دارو در فیبروئیدهای رحمی ممکن است اندازه فیبروئید را افزایش دهد.

۴ ـ استروژنها ممکن است علائم‌آندومتریوز را تشدید نمایند.

۵ ـ در بیمارانی که قبلا به سرطان آندومترمبتلا بوده و تحت درمان قرار گرفته‌اند، بااحتیاط زیاد به‌کار رود.

عوارض جانبی با مصرف استروژنها:تهوع استفراغ سفتی بزرگ شدن پستان‌و سندروم پیش از قاعدگی ممکن است‌ایجاد گردد. احتباس مایعات تغییر دراعمال کبد، یرقان ناشی از بند آمدن صفرا،بثورات جلدی و کلوآسما، افسردگی سردرد به‌ویژه در هنگام فعالیت شدید ونیز افزایش تحریک بافتی افزایش غلظت‌فاکتورهای انعقادی خطر بروزترومبوآمبولی و افزایش یا تشدید فشارخون از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی ریفامپین گریزوفولوین و داروهای ضد صرع نظیرکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپیریمیدون متابولیسم استروژنها راتسریع می‌نمایند. استروژنها با تأثیر برفعالیت فاکتورهای انعقادی با اثر داروهای‌ضدانعقاد نظیر وارفارین مقابله می‌نمایند.اثر ضدفشار خون وقفه‌دهنده‌های گیرنده‌بتا آدرنرژیک یا مهارکننده‌های آنزیم‌تبدیل کننده آنژیوتانسین و احتمالا سایرداروهای پایین‌آورنده فشار خون به‌وسیله استروژنها کاهش می‌یابد. غلظت‌پلاسمایی سیکلوسپورین با مصرف این‌دارو افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو در کودکان‌به دلیل بسته شدن پیش از موعداپی‌فیزهای استخوان که رشدشان هنوزکامل نشده‌است با

احتیاط مصرف شود.

۲ ـ استروژنها ممکن است موجب‌هیپرپلازی و التهاب لثه شوند.

۳ ـ در صورت بروز اختلال تنفسی اختلال‌در تکلم یا جهت‌یابی درد در سینه یا کتف کاهش قدرت بینایی یا سردرد شدید و نیزوجود توده در پستان زرد شدن چشم‌ها یاپوست سریع ?به پزشک مراجعه شود.

۴ ـ مصرف خوراکی دارو همراه یابلافاصله بعد از غذا عوارض گوارشی آن‌را به حداقل می‌رساند.

۵ ـ معاینات پستان و بیوپسی آندومتر وهمچنین تست اعمال کبدی مرتب ?انجام شود.

مقدار مصرف استروژنهای کنژوگه دردرمان عوارض یائسگی و نیز پیشگیری ازاستئوپروز به میزان ۰/۶۲۵-۱/۲۵mg/day(همراه با پروژسترون به مدت ۱۰-۱۲ روزدر هر دوره در صورتی که رحم سالم‌باشد) به‌کار می‌روند.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵ mg/ ۵ ml

Tablet: ۰.۶۲۵ mg, ۱.۲۵ mg

Vaginal Cream: ۰.۶۲۵ mg/g

CONTRACEPTIVE HD

موارد مصرف این دارو عمدت ?به منظورجلوگیری از بارداری به‌کار می‌رود ولی درپیشگیری از بروز سرطان تخمدان یاآندومتر، کاهش کیست‌های تخمدانی بیماری خوش‌خیم فیبروکیستیک پستان منظم ساختن سیکل قاعدگی کاهش حجم‌خون قاعدگی کاهش فشارهای روحی قبل‌از قاعدگی و کاهش تعداد دفعات قاعدگی‌دردناک نیز مفید می‌باشد.

مکانیسم اثر: ترکیبات استروژنی (اتینیل‌استرادیول و پروژستینی لوونورژسترل موجود در این فرآورده بامهار ترشح LH و FSH و حذف پیک LHدرمیانه سیکل سطوح استروئیدهای اندوژن‌را کاهش داده و مانع رهاشدن تخمک‌می گردند. در ضمن مانع لانه گزینی تخمک‌و انتقال تخمک بارور شده در لوله‌های‌رحمی می گردند. در عین حال با تغییرضخامت مخاط گردن رحم عبور اسپرم راناممکن می‌سازند.

فارماکوکینتیک این ترکیب بخوبی از راه‌خوراکی جذب شده ترکیبات استروژنی وپروژستینی موجود در آن عمدت ?در کبدمتابولیزه و از طریق ادرار دفع می گردند.نیمه عمر لوونورژسترل حدود ۱۶ ساعت‌و در مورد اتینیل استرادیول ۱۳-۲۷ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود یا سابقه بیماری‌های‌ترومبوآمبولیک بیماری‌های عروقی مغز،سکته قلبی بیماری شریان کرونر، بالابودن مادرزادی چربی‌های خون سرطان‌پستان شناخته شده یا قابل پیش‌بینی سرطان دستگاه تناسلی زنانه و یا سایرسرطان‌های وابسته به هورمون خونریزی مهبلی تشخیص داده نشده یاغیرعادی تومورهای کبدی و نارسایی‌عملکرد کبد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در مواردی مانند سردردهای‌میگرنی زیادی فشار خون دیابت سابقه‌یرقان انسدادی در دوران بارداری یا هنگام‌مصرف قبلی این داروها و بیماریهای‌صفراوی و نیز خانم‌های جوان زیر ۲۰سال و یا کسانی که می‌خواهند به مدت‌طولانی قبل از نخستین بارداری از این‌داروها استفاده کنند، توصیه نمی‌شود.

۲ ـ مصرف این فرآورده به مدت طولانی‌در سنین زیر ۴۵ سال احتمالا خطر بروزسرطان پستان را افزایش می‌دهد.

۳ ـ با مصرف این فرآورده احتمال بروززیادی فشار خون وجود دارد.

۴ ـ استفاده از این دارو، ممکن است تست‌تحمل گلوگز را تغییر دهد.

۵ ـ این دارو ممکن است نتایج آزمایشگاهی‌مربوط به ارزیابی هورمون‌های تیروئید،گلوکوکورتیکوئیدها و هورمون‌های‌جنسی را دچار تغییر سازد.

۶ ـ در صورت نیاز به جراحی به دلیل‌امکان بروز ترومبوآمبولیسم پس ازجراحی بهتر است مصرف این فرآورده‌چند هفته یا چند ماه قبل از جراحی قطع‌شود.

۷ ـ در افراد با سابقه ابتلاء به دیابت ناشی‌از حاملگی و یا فیبروئیدهای رحمی بااحتیاط مصرف شود.

۸ ـ در صورت استفراغ یا اسهال شدید به‌دلیل کاهش جذب گوارشی دارو و احتمال‌کاهش اثربخشی آن بهتر است در طول‌مدت بیماری و تا یک هفته پس از قطع آن ازیک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیزاستفاده شود.

عوارض جانبی بروز ترومبوآمبولیسم‌وریدی زیادی فشار خون بروز لکه‌های‌قهوه‌ای یا بیرنگ در پوست بدن ورم وافزایش حساسیت پستانها، افزایش شیوع‌بیماری‌های صفراوی و تشکیل سنگ کیسه‌صفرا، تهوع استفراغ سردرد ملایم یاسردردهای میگرنی شدید، افزایش وزن خون‌ریزی‌ها نامنظم طی سیکل قاعدگی آکنه و پرمویی از عوارض جانبی این داروهستند.

تداخل‌های دارویی برخی از ترکیبات‌ضدباکتری مثل ریفامپین و آنتی‌بیوتیکهای‌وسیع‌الطیف مانند آمپی‌سیلین وتتراسیکلین‌ها، ترکیبات ضدصرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپیریمیدون ترکیبات ضدقارچ مانندگریزئوفولوین موجب افزایش متابولیسم‌قرص‌های خوراکی ضدبارداری می‌گردندولی اثربخشی این فرآورده چندان تغییرنمی‌یابد. این دارو با اثر ضدانعقاد داروهای‌ضدانعقاد خوراکی مثل وارفارین مقابله‌می‌کند. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین‌نیز در تجویز همزمان با این دارو، افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌همزمان داروهائی که متابولیسم این دارورا تسریع می‌نمایند مصرف این دارو نسبت‌به سایر قرص‌های خوراکی ضدبارداری‌ارجحیت دارد.

۲ ـ مصرف دارو در هنگام شب و قبل

از خواب از عوارض گوارشی دارومی‌کاهد.

۳ ـ قرص‌ها باید هر روز، در ساعت معین‌مصرف شوند. در صورت فراموش کردن‌یک نوبت مصرف به محض به‌خاطرآوردن مصرف شود. در غیر این‌صورت‌در نوبت بعدی ۲ قرص مصرف گردد. درصورت فراموش نمودن مصرف قرص‌هادر ۲ روز متوالی باید در ۲ روز بعدی هرروز ۲ قرص و از روز سوم طبق روال‌عادی مصرف شود. در صورت فراموش‌شدن مصرف قرص‌ها، بیش از ۳ روزمتوالی باید از سایر روش‌های جلوگیری‌از بارداری استفاده کرد تا در دوره بعدی‌سیکل مصرف قرص‌ها مجدد ?به‌طورمنظم شروع شود.

۴ ـ در صورت انجام اعمال جراحی درافرادی که ار این دارو استفاده می‌نمایند،بایستی بیمار را از نظر تغییرات میزان‌انعقاد خون تحت کنترل قرار داد.

۵ ـ در صورت نیاز به تغییر این قرص‌ها به‌انواع دیگر قرص‌های ضدبارداری بایدمصرف قرص‌های جدید بلافاصله پس ازمصرف آخرین قرص سری قبل شروع‌شود.

۶ ـ در صورت نیاز به جایگزینی این‌قرص‌ها، با فرآورده‌هایی که حاوی‌پروژستین تنها هستند، مصرف این داروباید از اولین روز خونریزی سیکل ماهیانه‌شروع شود.

مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولین‌روز سیکل ماهیانه روزانه یک قرص به‌مدت ۲۱ روز توصیه می‌شود. پس از یک‌هفته وقفه مجدد ?مصرف بسته جدیدقرص‌ها آغاز می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablets: Ethinyl Estradiol ۰.۰۵ mg+ Levonorgestrel ۰.۲۵ mg

CONTRACEPTIVE LD

موارد مصرف این دارو عمـدت ?به‌منظورجلوگیری از بارداری به‌کار می‌رود ولی درپیشگیری از بروز سرطان تخمدان یاآندومتر، کـاهش کیست‌هـای تخمـدانی بیمـاری خوش‌خیم فیبروکیستیک پسـتان منظم ساختن سـیکل قاعـدگی کاهش حجم‌خون قاعـدگی کاهش فشارهای روحی قبل‌از قاعدگی و کاهش تعداد دفعات قاعدگی‌دردناک نیز مفید است

مکـانیسم اثر: ترکیبـات استروژنی (اتینیـل‌استرادیول و پروژستینی لوونورژسترل موجود در این فرآورده بامهار ترشـح LH و FSH و حذف پیک LHدرمیانه سـیکل سـطوح استروئیـدهای انـدوژن‌را کاهش داده و مانع رهاشدن تخمک‌می‌گردند. در ضـمن مانع لانه گزینی تخمک‌و انتقال تخمک بارور شده در لوله‌های‌رحمی می گردند. در عین حال با تغییرضخامت مخاط گردن رحم عبور اسپرم راناممکن می‌سازند.

فارماکوکینتیـک ایـن ترکیـب به‌خـوبی از راه‌خـوراکی جـذب شـده ترکیبـات اسـتروژنی وپروژسـتینی موجـود در آن عمـدت ?در کبـدمتابولیزه از طریـق ادرار دفع می گردنـد.نیمه عمر لوونورژسـترل حـدود ۱۶ سـاعت‌و در مـورد اتینیـل اسـترادیول ۱۳-۲۷ساعت می‌باشد.

موارد منع مصـرف این دارو در صورت‌وجود یا سابقه بیماری‌های‌ترومبوآمبولیک بیماری‌های عروقی مغز،سـکته قلبی بیماری شریان کرونر،بالا‌بودن مـادرزادی چربی‌هـای خون سـرطان شـناخته شـده پسـتان یـا قابـل‌پیش‌بینی سـرطان دسـتگاه تناسـلی زنـانه ویا سایر سرطان‌هـای وابسـته به هورمـون خونریزی مهبلی تشـخیص داده نشـده یاغیرعـادی تومورهـای کبـدی و نارسـایی‌عملکرد کبـد نبـاید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در مواردی مانند سردردهای‌میگرنی زیادی فشار خون دیابت سابقه‌یرقان انسدادی در دوران بارداری یا

هنگام مصرف قبلی این داروها وبیماریهای صفراوی نیز بسته به شرایطفرد، مصرف این فرآورده توصیه‌نمی‌شود.

۲ ـ در صورت نیاز به جراحی به دلیل‌امکان بروز ترومبوآمبولیسم پس ازجراحی بهتر است مصرف این دارو چندهفته یا چند ماه قبل از جراحی قطع شود.

۳ ـ در افرادی با سابقه ابتلاء به دیابت‌ناشی از حاملگی و یا فیبروئیدهای رحمی‌با احتیاط مصرف شود.

۴ ـ در صورت اسـتفراغ یا اسـهال شدید به‌دلیل کاهش جذب گوارشـی دارو و احتمال‌کاهش اثربخشـی آن بهتر است در طول‌مدت بیماری و تا یک هفته پس از قطع آن ازیک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیزاستفاده شود.

عوارض جانبی بروز ترومبوآمبولیسم‌وریدی افزایش شـیوع بیماری‌های‌صـفراوی و تشـکیل سـنگ کیسه صـفرا،تهوع استفراغ سردرد ملایـم یاسـردردهای میگرنی شدیـد، خونریزی‌های‌نـامنظم طی سـیکل قاعـدگی افزایش وزن آکنه و پرمویی از عوارض جـانبی این داروهستند.

تـداخل‌های دارویی برخی از ترکیبات‌ضـدباکتری مثـل ریفـامپین و آنتی‌بیوتیکهای‌وسـیع‌الطیف ماننـد آمپی‌سیلین وتتراسیکلین‌ها، ترکیبـات ضدصـرع ماننـدکاربامازپین فنوباربیتـال فنی‌تـوئین وپیریمیـدون ترکیبـات ضـدقارچ ماننـدگریزئوفولوین بـا تسـریع متابولیسم‌قرص‌هـای خـوراکی ضـدبارداری موجب‌کـاهش اثربخشـی ایـن فرآورده می گردنـد.ایـن دارو بـا اثر ضـدانعقاد داروهای‌ضـدانعقاد خـوراکی مثـل وارفـارین ضدیت‌می‌کنـد. غلظـت پلاسـمایی سیکلوسـپورین‌نیز در تجـویز همزمـان بـا ایـن دارو، افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در زنان جوان زیرسن ۲۰ سال و طی دوران قبل از نخستین‌حاملگی و نیز زنان مسن و چاق این دارو، برسایر داروهای ضدبارداری ارجحیت دارد.

۲ ـ در صورت مصرف همزمان داروهائی‌که متابولیسم دارو را تسریع می‌نمایند بایددر طول درمان و یا حداقل یک هفته پس ازاتمام دوره درمان از یک روش دیگرجلوگیری از بارداری نیز استفاده شود ودر صورت عدم امکان از فرآورده نوع HDاستفاده گردد.

۳ ـ مصرف دارو در هنگام شب و قبل ازخواب از عوارض گوارشی دارو می کاهد.

۴ ـ قرص‌ها باید هر روز، در ساعت معین‌مصرف شوند. در صورت فراموش کردن‌یک نوبت مصرف به محض به‌خاطرآوردن مصرف شود. در غیر این‌صورت‌در نوبت بعدی ۲ قرص مصرف گردد. درصورت فراموش نمودن مصرف قرص‌هادر ۲ روز متوالی باید در ۲ روز بعدی هرروز ۲ قرص و از روز سوم طبق روال‌عادی مصرف شود. در صورت فراموش‌شدن مصرف قرص‌ها بیش از ۳ روزمتوالی باید از سایر روش‌های جلوگیری‌از بارداری استفاده کرد تا در دوره بعدی‌سیکل مصرف قرص‌ها مجدد ?به‌طورمنظم شروع شود.

۵ ـ در صورت انجام اعمال جراحی درافرادی که از این دارو استفاده می‌نمایند،باید بیمار را از نظر تغییرات میزان انعقادخون تحت کنترل قرار داد.

۶ ـ در صورت نیاز به تغییر این قرص‌ها به‌انواع دیگر قرص‌های ضدبارداری بایستی‌مصرف قرص‌های جدید بلافاصله پس ازمصرف آخرین قرص سری قبل شروع‌شود.

۷ ـ در صورت نیاز به جایگزینی این‌قرص‌ها با فرآورده‌هایی که حاوی‌پروژستین تنها هستند، مصرف این دارو‌باید از اولین روز خونریزی سیکل ماهیانه‌شروع شود.

مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولین‌روز سیکل ماهیانه و روزانه یک قرص به‌مدت ۲۱ روز توصیه می‌شود. پس از یک‌هفته وقفه مصرف بسته جدید قرص‌هاآغاز می‌شود.

اشکال دارویی

Coated Tablets: Ethinyl Estradiol ۰.۰۳ mg+ Levonorgestrel ۰.۱۵ mg

CONTRACEPTIVE TRIPHASIC

موارد مصرف این دارو عمدتا به منظورجلوگیری از بارداری بکار می‌رود ولی درپیشگیری از بروز سرطان تخمدان یاآندومتر، کاهش کیست‌های تخمدانی بیماری خوش خیم فیبروکیستیک پستان منظم ساختن سیکل قاعدگی کاهش حجم‌خون قاعدگی کاهش فشارهای روحی قبل‌از قاعدگی و کاهش تعداد دفعات قاعدگی‌دردناک نیز مفید است

مکانیسم اثر: ترکیبات استروژنی (اتینیل‌استرادیول و پروژستینی لوونورژسترل موجود در این فرآورده‌بامهار ترشح LH و FSH و حذف پیک LHدر میانه سیکل سطوح استروئیدهای‌آندوژن را کاهش می‌دهد و مانع رها شدن‌تخمک می گردند. در ضمن مانع لانه گزینی‌تخمک و انتقال تخمک بارور شده درلوله‌های رحمی می گردند. در عین حال باتغییر ضخامت مخاط گردن رحم عبوراسپرم را ناممکن می‌سازند.

فارماکوکینتیک این ترکیب بخوبی از راه‌خوراکی جذب شده ترکیبات استروژنی وپروژستینی موجود در آن عمدتا در کبدمتابولیزه و از طریق ادرار دفع می گردند.نیمه عمر لوونورژسترل حدود ۱۶ ساعت‌و در مورد اتینیل استرادیول ۲۷ ـ ۱۳ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود یا سابقه بیماری‌های‌ترومبوآمبولیک بیماری‌های عروقی مغز،سکته قلبی بیماری شریان کرونر، بالابودن مادرزادی چربی‌های خون سرطان‌شناخته شده پستان یا قابل پیش‌بینی سرطان دستگاه تناسلی زنانه و یا

سایرسرطان‌های وابسته به هورمون خونریزی مهبلی تشخیص داده نشده یاغیر عادی تومورهای کبدی و نارسایی‌عملکرد کبد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در مواردی مانند سردردهای‌میگرنی زیادی فشار خون دیابت سابقه‌یرقان انسدادی در دوران بارداری یا هنگام‌مصرف قبلی از این داروها و بیماریهای‌صفراوی نیز بسته به شرایط فرد، مصرف‌این فرآورده توصیه نمی‌شود.

۲ ـ در صورت نیاز به جراحی به دلیل‌امکان بروز ترومبوآمبولیسم پس ازجراحی بهتر است مصرف این دارو چندهفته یا چند ماه قبل از جراحی قطع شود.

۳ ـ درافرادی با سابقه ابتلاء به دیابت‌ناشی از حاملگی و یا فیبروئیدهای رحمی‌با احتیاط مصرف شود.

۴ ـ در صورت استفراغ یا اسهال شدید به‌دلیل کاهش جذب گوارشی دارو و احتمال‌کاهش اثر بخشی آن بهتر است در طول‌مدت بیماری و تا یک هفته پس از قطع آن ازیک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیزاستفاده شود.

عوارض جانبی بروز ترومبوآمبولیسم‌وریدی افزایش شیوع بیماری‌های‌صفراوی و تشکیل سنگ کیسه صفرا،تهوع استفراغ سردرد ملایم یاسردردهای میگرنی شدید، خونریزی‌های‌نامنظم طی سیکل قاعدگی افزایش وزن آکنه و پرمویی از عوارض جانبی این داروهستند.

تداخل‌های دارویی برخی از ترکیبات ضدباکتری مثل ریفامپین و آنتی‌بیوتیکهای‌وسیع‌الطیف مانند آمپی‌سیلین وتتراسیکلین‌ها، ترکیبات ضد صرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپیریمیدون ترکیبات ضد قارچ مانندگریزئوفولوین با تسریع متابولیسم‌قرص‌های خوراکی ضد بارداری موجب‌کاهش اثربخشی این فرآورده می‌گردند.این دارو با اثر ضد انعقاد داروهای ضدانعقاد خوراکی مثل وارفارین ضدیت‌می‌کند. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین‌نیز در تجویز همزمان با این دارو، افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در زنان جوان زیرسن ۲۰ سال و طی دوران قبل از نخستین‌حاملگی و نیز زنان مسن و چاق این دارو،بر سایر داروهای ضدبارداری ارجحیت‌دارد.

۲ ـ در صورت مصرف همزمان داروهائی‌که متابولیسم دارو را تسریع می‌نمایند بایددر طول و یا حداقل یک هفته پس از اتمام‌دوره درمان از یک روش دیگر جلوگیری ازبارداری نیز استفاده شود و در صورت‌عدم امکان از فرآورده نوع HD استفاده‌گردد.

۳ ـ مصرف دارو در هنگام شب و قبل

از خواب از عوارض گوارشی دارومی‌کاهد.

۴ ـ قرص‌ها باید هر روز، در ساعت معین‌مصرف شوند. درصورت فراموش کردن‌یک نوبت مصرف به محض بخاطر آوردن‌مصرف شود. در غیر اینصورت در نوبت‌بعدی ۲ قرص مصرف گردد. در صورت‌فراموش نمودن مصرف قرص‌ها در ۲ روزمتوالی باید در ۲ روز بعدی هر روز ۲قرص و از روز سوم طبق روال عادی‌مصرف شود. در صورت فراموش شدن‌مصرف قرص‌ها بیش از ۳ روز متوالی باید از سایر روش‌های جلوگیری ازبارداری استفاده کرد تا در دوره بعدی‌سیکل مصرف قرص‌ها، بطور منظم شروع‌شود.

۵ ـ در صورت انجام اعمال جراحی درافرادی که از این دارو استفاده

می‌نمایند، باید بیمار را از نظر

تغییرات میزان انعقاد خون تحت کنترل‌قرار داد.

۶ ـ در صورت نیاز به تبدیل این قرص‌ها به‌انواع دیگر قرص‌های ضدبارداری بایستی‌مصرف قرص‌های جدید بلافاصله پس ازمصرف آخرین قرص سری قبل شوع‌شود.

۷ ـ در صورت نیاز به جایگزینی این‌قرص‌ها با فرآورده‌هایی که حاوی‌پروژستین تنها هستند، مصرف این داروباید از اولین روز خونریزی سیکل ماهیانه‌شروع شود.

مقدار مصرف مصرف قرص‌ها از اولین‌روز سیکل ماهیانه و روزانه یک قرص بمدت ۲۱ روز توصیه می‌شود. پس از یک‌هفته وقفه مصرف بسته جدید قرص‌هاآغاز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۶ Tablet (Levonorgestrel ۰.۰۵ mg
Ethinylestradiol ۳۰ mcg)+ ۵ Tablet +
+ Levonorgestrel ۰.۰۷۵ mg)
Ethinylestradiol ۴۰ mcg)+ ۱۰ Tablet
+ Levonorgestrel ۰.۱۲۵ mg)
(Ethinylestradiol ۳۰ mcg

CYPROTERONE ACETATE

موارد مصرف سیپروترون برای کنترل‌تمایلات جنسی بیش از حد مردان و درمان‌تسکینی سرطان پروستات مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با انسداد گیرنده‌های‌آندروژنی به‌عنوان یک ضد آندروژن که‌دارای فعالیت ضدپروژستینی نیز می‌باشد،عمل می‌نماید.

فارماکوکینتیک سیپروترون به میزان‌ناچیزی از مجرای گوارش جذب وبه‌سرعت متابولیزه می‌شود. این دارو به‌آهستگی از مدفوع و ادرار دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری‌کبد، دیابت شدید همراه با تغییرات عروقی کم‌خونی بیماریهای تحلیل برنده یا بدخیم افسردگی شدید، سابقه اختلالات‌ترومبوآمبولیک و جوانان با سن کمتر از۱۸ سال به‌دلیل احتمال وقفه رشد و نمواستخوانها و بیضه‌ها، نباید مصرف شود.با این وجود برای درمان سرطان‌پروستات منع مصرف ندارد.

هشدارها: ۱ ـ شمارش سلولهای خون درابتدا و طی درمان سنجش منظم کار کبد وقشر غده فوق‌کلیه و بررسی و شمارش‌اسپرم‌ها در طول درمان در پیگیری‌وضعیت بیمار اهمیت دارند.

۲ ـ اثر تسکینی اولیه دارو ممکن است سبب‌بروز سستی و ناتوانی شود.

عوارض جانبی خستگی و سستی اشکال‌در تنفس تغییر وزن کاهش تولید سبوم تغییر وضعیت موها و ژینکوماستی ازعوارض جانبی دارو هستند.

مقدار مصرف برای کنترل تمایلات جنسی‌بیش از حد مردان مقدار ۵۰ میلی‌گرم دوباردر روز پس از غذا تجویز می‌شود. برای‌درمان تسکینی سرطان پروستات درصورت شروع مصرف گونادورلین مقدار۳۰۰ mg/day در ۲-۳ مقدار منقسم تجویزمی‌گردد که در صورت لزوم به ۲۰۰mg/day کاهش می‌یابد. برای درمان گرگرفتگی ناشی از درمان با گونادورلین یااورکیدکتومی مقدار ۵۰-۱۵۰ mg/day در۱-۳ مقدار منقسم تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

CYPROTERONE COMPOUND

موارد مصرف این دارو در درمان آکنه‌مقاوم به آنتی‌بیوتیک‌ها درزنان و یا زنانی‌که در ضمن درمان آکنه تمایل به استفاده‌از

داروهای ضد بارداری خوراکی نیزدارند بکار می‌رود. این دارو همچنین دردرمان پرمویی وابسته به آندروژن درخانم‌ها بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این ترکیب دارای یک جزءآنتی‌آندروژنی (سیپروترون و یک جزءاستروژنی (اتینیل استرادیول می‌باشد.ضدیت با آثار آندروژنها موجب کاهش‌ترشح سبوم و یا کاهش رشد موهامی‌گردد. فعالیت پروژستینی سیپروترونو اثر استروژنی اتینیل‌استرادیول نیز درجلوگیری از بارداری موثر واقع می‌شود.

موارد منع مصرف این ترکیب در صورت‌وجود اختلالات ترومبولیک یا سابقه آن ویا وجود هر نوع بیماری و حالات مرضی‌که خطر بروز ترومبوز را افزایش می‌دهد،میگرن حاد، حملات گذرای ایسکمیک‌مغزی بیماری‌های کبدی و از جمله سندرم‌دوبین ـ جانسون و سندرم روتور، هپاتیت پورفیری آدنوم کبد، سنگهای صفراوی متعاقب تخلیه مول هیدراتی فرم سابقه‌کهیر، یرقان انسدادی کارسینوم پستان یادستگاه تناسلی و خونریزی‌های مهبل باعلت نامشخص نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف این دارو توسط زنان‌سیگاری بویژه افرادی بالاتر از ۳۵ سال خطر بروز بیماری‌های شریانی را افزایش‌می‌دهد.

۲ ـ در مبتلایان به زیادی فشار خون و یاافراد چاق با احتیاط تجویز گردد.

۳ ـ در صورت سابقه خانوادگی ابتلا به‌بیماریهای شریانی در بستگان درجه

یک زیر سن ۴۵ سال و یا ابتلاء به

وریدهای واریسی افسردگی شدید،بیحرکت ماندن به مدت طولانی کم خونی‌داسی شکل و بیماریهای التهابی روده‌مانند بیماری کرون با احتیاط تجویز

شود.

عوارض جانبی بدنبال مصرف داروعوارضی مانند تهوع استفراغ سردرد،درد و سفتی پستان‌ها، تغییراتی در وزن‌بدن تغییراتی در میل جنسی افسردگی کلوآسما، زیادی فشار خون تحریک‌لنزهای تماسی اختلال عملکرد کبد،تومورهای کبدی کاهش حجم خون‌قاعدگی و لکه‌بینی در اوایل سیکل قاعدگی گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با ترکیبات القاء کننده فعالیت‌آنزیم‌های کبدی مانند کاربامازپین فنی‌توئین فنوباربیتال پیریمیدون گریزئوفولوین و ریفامپین‌ها موجب‌تسریع متابولیسم این دارو و در نتیجه‌کاهش کارآیی درمانی آن می‌گردد.مصرف همزمان با برخی ازآنتی‌بیوتیک‌های وسیع‌الطیف مانندآمپی‌سیلین باعث کاهش جذب مجدد

اتینیل استرادیول از روده بزرگ

و کاهش اثرات درمانی این دارو می‌گردد.

نکات قابل توصیه در صورت فراموش‌کردن مصرف دارو در زمان معین باید به‌محض بخاطر آوردن مصرف شود. درصورتیکه تاخیر در مصرف دارو بیش از۱۲ ساعت باشد، بهتر است از مصرف آن‌نوبت خودداری شود و ضمن ادامه‌مصرف بقیه قرص‌ها، به روال قبلی از یک‌روش دیگر جلوگیری از بارداری نیزاستفاده شود.

مقدار مصرف شروع مصرف قرص‌ها ازروز اول سیکل قاعدگی و روزانه یک قرص‌و به مدت ۲۱ روز می‌باشد. در صورت‌نیاز، پس از یک فاصله درمانی ۷ روزه‌مصرف بسته بعدی قرص‌ها ادامه می‌یابد.دوره درمان گاه تا چند ماه طول می‌کشد.

اشکال دارویی

Tablet : Cyproterone Acetate ۲ mg +Ethinylestradiol ۳۵ mcg

DANAZOLE

موارد مصرف دانازول برای درمان‌آندومتریوز، منوراژی و دیگر اختلالات‌قاعدگی کیست‌های خوش خیم و دردهای‌دوره‌ای شدید پستان ژینکوماستی (درصورتیکه روشهای دیگر غیر مؤثر باشد)و در درمان طولانی مدت آنژیوادم ارثی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دانازول با مهار آزاد شدن‌گناد و تروپینهای هیپوفیز ممکن است‌محور هیپوفیز ـ تخمدان را مهار کند.دانازول آزاد شدن FSH، LH را مهار کردەو در نتیجه تولید استروژن تخمدان را کم‌می‌کند. همچنین ممکن است مستقیما تولیداستروئیدهای تخمدانی را مهار نماید و به‌گیرنده‌های آندروژن پروژسترون وگلوکوکورتیکوئید و نیز به گلوبولین‌متصل شونده به کورتیکو استروئید وهورمونهای جنسی اتصال یابد و سرعت‌کلیرانس متابولیک پروژسترون را زیادکند.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی ودفع آن کلیوی می‌باشد. نیمه عمر داروتقریبا ۴/۵ ساعت است

موارد منع مصرف در بیماریهای شدیدکبدی کلیوی و قلبی بیمارهای‌ترومبوآمبولیک خونریزی واژینال با علت‌ناشناخته تومورهای وابسته به آندروژنو پورفیریا نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در کودکان افراد مسن افزایش غیر طبیعی گلبولهای قرمز، صرع دیابت زیادی فشار خون میگرن اختلالات لیپوپروتئین و سابقه ترومبوزباید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ در صورت بروز صفات ثانویه جنسی‌مردانه و زنانه مصرف دارو باید قطع شود(در صورت مصرف مداوم ممکن است این‌صفات غیرقابل برگشت باشند.)

۳ ـ طی درمان با این دارو، باید از روشهای‌غیر هورمونی استفاده شود.

عوارض جانبی تهوع سرگیجه بثورات‌جلدی درد پشت عصبانیت سردرد،افزایش وزن اختلالات قاعدگی گرگرفتگی کوچک شدن پستان اسپاسم عضلات‌اسکلتی ریزش مو و مقاومت به انسولین ازعوارض جانبی مهم دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی دانازول اثر ضدانعقادی داروهای ضد انعقاد کومارینی

یا مشتقات ایندانديون را افزایش داده

و ممکن است باعث خونریزی شود.همچنین ممکن است با افزایش غلظت قندخون و مقاومت به انسولین با داروهای‌پایین آورنده قند خون تداخل داشته باشد.افزایش غلظت پلاسمایی و خطر سمیت‌کلیوی سیکلوسپورین نیز گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ امکان بروزواکنشهای حساسیت به نور وجود دارد.

۲ ـ در صورت وجود احتمال بارداری دارو را قطع نموده و با پزشک تماس‌بگیرید.

مقدار مصرف مقدار مصرف دارو۲۰۰-۸۰۰mg/day در چهار مقدار منقسم‌می‌باشد. در زنان مصرف دارو باید طی‌دوران قاعدگی و ترجیحا در روز اول‌شروع شود. در درمان آندومتریوز، مقدارمصرف اولیه ۴۰۰ mg/day در چهار مقدارمنقسم می‌باشد که مطابق با پاسخ بیمارتنظیم می‌شود و معمولا به مدت شش ماه‌ادامه می‌یابد. در درمان منوراژی۲۰۰mg/day به مدت ۳ ماه در دردهای‌شدید دوره‌ای پستان ۳۰۰ mg/day ـ ۲۰۰به مدت ۶ ـ ۳ ماه در کیست خوش خیم‌پستان ۳۰۰ mg/day به مدت ۶ ـ ۳ ماه و دردرمان ژینکوماستی ۴۰۰ mg/day درمقادیر منقسم به مدت ۶ ماه مصرف‌می‌شود. برای کاهش ضخامت آندومترقبل از جراحی مقدار مصرف ۴۰۰ ـ۸۰۰mg/day به مدت ۶ ـ ۳ هفته می‌باشد.

اشکال دارویی

Capsule : ۱۰۰ mg, ۲۰۰ mg

DESOXYCORTICOSTERONE ACETATE

موارد مصرف این دارو یک مینرالوکورتیکوئید است که در درمان نارساییغده فوق کلیه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آدرنوکورتیکوئیدها با عبوراز غشاء سلولی با گیرنده‌های اختصاصی کمپلکس تشکیل داده و با تحریکرونویسی mRNA باعث ساختپروتئین‌هایی می‌شوند که مسئول بروزاثرات فیزیولوژیک آنها است

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی وکلیوی است و بصورت متابولیت از طریق کلیه دفع می‌شود. طول اثر دارو ۲ ـ ۱ روز ونیمه عمر آن حدود ۷۰ دقیقه است

عوارض جانبی سرگیجه سردرد شدید،زیادی فشار خون تورم پاها و ضعفغیرعادی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان دارو باآمفوتریسین B یا استازولامید ممکن استباعث کمی شدید پتاسیم خون گردد. مصرفهمزمان با دیگوکسین ممکن است باعثبروز آریتمی قلبی شود. مصرف همزماندزوکسی کورتیکوسترون با داروهای مدریا مکمل‌های پتاسیم ممکن است باعثتغییرات شدید پتاسیم خون شود.

مقدار مصرف در درمان بی‌کفایتی غده‌فوق کلیوی ۵ mg/day ـ ۱ تزریق عضلانی‌می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۵ mg/ml

DEXAMETHASONE

موارد مصرف دگزامتازون برای درمانجایگزینی در نارسایی غده فوق کلیویاستفاده می‌شود. این دارو همچنین دردرمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژیکو در جهت سرکوب کردن سیستمایمنیاستفاده می‌شود. دگزامتازون درهیپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیوی ادممغزی شوک بیماریهای التهابیرماتیسمی و همچنین جهت تشخیصسندرم کوشینگ و افسردگی اندوژن بکارمی‌رود.

مکانیسم اثر: دارو با عبور از غشاء سلولیبه گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم متصل‌شده و کمپلکس دارو ـ گیرنده وارد هستهسلولی میشود. این کمپلکس با اتصال به‌نواحی خاصی از DNA موجب تحریکروند رونویسی mRNA و بدنبال آن ساختآنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئولاثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدهامی‌باشند. کورتیکواستروئیدها باجلوگیری از تجمع سلولهای التهابی درناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزادشدنآنزیم‌های مسئول درالتهاب و مهار ساختو آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضد التهابی خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک دگزامتازون سریعا وبخوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود.فرم تزریقی آن نیز از عضله بخوبی جذبمی‌شود. بطور عمده در کبد و مقادیری نیزدر کلیه و بافتها به متابولیت‌های غیر فعالتبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ ـ تزریق داخل مفصلیاین دارو در مواردی مانند جراحی ترمیمیمفاصل اختلالات انعقادی خون شکستگیداخل مفصلی عفونت اطراف مفصل یاسابقه ابتلاـ به آن پوکی استخوان اطرافمفصل به دلایل غیر از آرتریت و مفصلناپایدار نباید مصرف شود.

۲ ـ در پیشگیری از سندرم زجر تنفسینوزادان در صورت وجود آمنیونیت عفونت یا تب عفونت با هرپس عدم کفایتجفت و پارگی زودرس غشاء رحم نیز نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده طولانی مدتدگزامتازون در کودکان میتواند منجر به‌مهار رشد شود.

۲ ـ بدنبال مصرف این دارو ممکن استتست‌های بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ غده فوق کلیویدچار اختلال شود.

۳ ـ در افراد مسن و بخصوص خانم‌هاییائسه شانس ایجاد پوکی استخوان وافزایش فشار خون بالا میرود.

۴ ـ در صورت نیاز به جراحی یادرمان‌های اضطراری ونیز در افراد دیابتیباید احتیاط نمود.

۵ـ در افرادی که دارو را با مقادیر تضعیف‌کننده سیستم ایمنی دریافت می‌کنند ازتزریق واکسن‌های حاوی ویروس‌های‌زنده باید پرهیز شود.

عوارض جانبی درمان دراز مدت بادگزامتازون بیمار را برای ابتلا به‌بیماریهای عفونی مستعد می‌کند واز طرفی‌علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف‌مقادیر بالای دگزامتازون می‌تواندااختلالات روانی را تشدید کند. آب مرواریدکاهش یا تاری دید و تکرر ادرار وپرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه‌کوشینگ آکنه درد در ناحیه سرینی وافزایش فشار خون از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپریمیدون موجب تسریع متابولیسم‌دگزامتازون و کاهش اثر دارو می‌گردد.این دارو ممکن است باعث کاهش اثرداروهای پائین آورنده قند خون و یاداروهای کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ـ برای به حداقل‌رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی‌دگزامتازون باید بعد از غذا مصرف شود.

۲ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد ازاستفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیزگردد.

۳ـ در طول درمان مصرف سدیم بایدمحدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.

۴ـ معاینات چشم پزشکی در طول درماندراز مدت بطور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان میزان تجویز معمولی

۲۰mg/day ـ ۰/۵ می‌باشد.

تزریقی

کودکان بصورت تزریق داخل عضلانی یاتزریق آهسته وریدی و یا آنفوزیون‌آهسته داخل ورید در ابتدا ۲ـ۰/۵

میلی‌گرم می‌باشد. در درمان ادم مغزی

و از راه تزریق داخل وریدی در ابتدا

۱۰ میلی‌گرم تزریق و سپس از طریق‌تزریق داخل عضلانی هر ۶ ساعت و بسته‌به نیاز بیمار به مدت ۱۰ ـ ۲ روز، مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Elixir : ۰.۵ mg/۵ml

Tablet : ۰.۵ mg

Injection : ۸ mg/۲ml

(DIAZOXIDE (Oral

موارد مصرف دیازوکساید از راه خوراکی در درمان کمی مزمن قند خون مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر دیازوکساید عمدت ?ناشی‌از مهار آزاد شدن انسولین از لوزالمعده‌است علاوه بر این خارج از لوزالمعده هم‌اثر خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک این دارو پس از مصرف‌خوراکی به سرعت جذب می‌شود. پیونداین دارو به پروتئین بسیار زیاد است (بیش‌از ۹۰ درصد). اثر دارو پس از یک ساعت شروع می‌شود. طول اثر دارو در افرادسالم ۸ ساعت یا کمتر است

هشدارها: ۱ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط فراوان مصرف شود:

بیماری ایسکمیک قلب عیب کار کلیه پارگی حاد آئورت زیادی جبرانی‌فشارخون مانند فشارخون همراه با تنگی‌آئورت یا نشت شریانی نارسایی عروق کرونر و کاهش نیروی ذخیره قلب

۲ ـ آزمایش خون و پیگیری فشارخون‌بیمار در طول درمان دراز مدت با این داروضروری است

۳ ـ بیمارانی که به نسبت به مدرهای‌تیازیدی و سولفونامیدها عدم تحمل نشان‌می‌دهند، ممکن است این دارو را نیز تحمل‌نکنند.

عوارض جانبی بی‌اشتهایی تهوع استفراغ افزایش اوره خون کاهش فشارخون خیز،تاکی‌کاردی آریتمی اثرات خارج هرمی وپرمویی (با مصرف طولانی مدت بامصرف این دارو گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌فنی‌توپین با دیازوکساید، به علت کاهش‌اثرات این داروها و همچنین کاهش اثرات‌بالابرنده قند خون دیازوکساید، توصیه‌نمی‌شود. مصرف داروهای پایین آورنده‌فشارخون و داروهای گشاد کننده عروق‌محیطی همراه با دیازوکساید، ممکن است‌منجر به بروز اثر اضافی پایین آورنده‌فشارخون شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بهتر است دارو هرروز در یک زمان معین مصرف شود.

۲ ـ انتخاب دقیق رژیم غذایی به کنترل‌بیماری کمک می کند.

۳ ـ میزان قند ادرار خون و همچنین کتون‌در ادرار باید تعیین گردد.

۴ ـ برای بررسی پیشرفت درمان به‌ویژه‌در طول چند هفته اول درمان مراجعه به‌پزشک ضروری است

۵ ـ در صورت نیاز به هر گونه عمل جراحی از جمله جراحی دندان یا درمان‌اضطراری پزشک را باید از مصرف دارومطلع ساخت

۶ ـ از مصرف سایر داروها، بخصوص‌داروهای مقلد سمپاتیک که نیاز به نسخه‌ندارند، باید خودداری گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان افزاینده قند خون ابتدا ۱ mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شودکه مقدار مصرف سپس بر اساس پاسخ‌بالینی بیمار تنظیم می گردد. به‌عنوان

مقدار نگهدارنده ۸ mg/kg/day ـ ۳ در ۲مقدار منقسم هر ۱۲ ساعت یا در ۳ مقدارمنقسم هر ۸ ساعت مصرف می‌شود.بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان تا۱۵ mg/kg/day است

کودکان به‌عنوان افزاینده قند خون ابتدا۳/۳ mg/kg هر ۸ ساعت مصرف می‌شودکه مقدار مصرف سپس بر اساس پاسخ‌بالینی بیمار تنظیم می گردد. به‌عنوان مقدارنگهدارنده ۱۵ mg/kg/day ـ ۸ در ۲ مقدارمنقسم هر ۱۲ ساعت یا در ۳ مقدار منقسم‌هر ۸ ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule : ۵۰ mg, ۱۰۰ mg

DYDROGESTERONE

موارد مصرف دیدروژسترون برای درمان‌آندومتریوز، سقط عادتی خونریزی‌غیرفونکسیونل رحم قاعدگی دردناک فقدان قاعدگی سندرم پیش از قاعدگی وبه‌منظور جانشین درمانی هورمونی‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: پس از پیوند به‌گیرنده‌های‌سیتوپلاسمی و ایجاد کمپلکس استروئید ـگیرنده نسخه‌برداری آغاز شده و ساخت‌پروتئین‌ها افزایش می‌یابد. این پروتئین‌هامسئول آثار فارماکولوژیک دارومی‌باشند. این دارو نیز مانند سایرپروژستین‌ها مانع رهایش گنادوتروپین‌هااز هیپوفیز و در نتیجه مانع بلوغ فولیکولی‌و تضعیف تخمک‌گذاری می گردد.

فارماکوکینتیک دیدروژسترون از دستگاه‌گوارش به‌خوبی جذب می‌شود و متابولیسم‌آن کبدی بوده و از راه کلیه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در کارسینوم پستان یااعضاء تناسلی بیماری کبدی سقطفراموش شده و اختلالات ترومبوتیک نبایدمصرف شود.

هشدارها: در حین مصرف دارو ممکن استخونریزیهای قاعدگی نامنظم دیده شود که‌در آن صورت بهتر است میزان مصرف راافزایش داد.

عوارض جانبی ترومبوفلبیت آمبولی‌ریوی ترومبوز شبکیه لکه‌بینی خونریزی نابجا، تغییر اشتها و ورم قوزک‌پا از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌دیدروژسترون و بروموکریپتین موجب‌ترشح بیش از حد و خود به‌خودی جریان‌شیر می گردد. داروهای القاکننده فعالیت‌آنزیم‌های کبدی مثل کاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین و ریفامپین موجب‌کاهش کارآئی دارو می‌شوند.

مقدار مصرف در آندومتریوز ۱۰ میلی‌گرم۳ـ۲ بار در روز طی روزهای ۲۵ـ۵ سیکل‌قاعدگی و یا به‌طور مداوم مصرف‌می‌شود. در سقط عادتی ۱۰ میلی‌گرم‌دوبار در روز از روزهای ۲۵ـ۱۱ سیکل تاوقوع آبستنی و سپس به‌طور مداوم تا هفته۲۰ حاملگی مصرف و سپس به‌تدریج‌میزان مصرف کاهش داده می‌شود. برای‌توقف خونریزی غیرفونکسیونال رحم ۱۰میلی‌گرم دوبار در روز (به‌همراه یک‌استروژن و به‌مدت ۷ـ۵ روز تازمان قطع‌خونریزی مصرف می‌شود. برای‌جلوگیری از خونریزی ۱۰ میلی‌گرم دوباردر روز (همراه یک استروژن در روزهای۲۵ـ۱۱ سیکل مصرف می‌شود. در قاعدگی‌دردناک مقدار مصرف آن ۱۰ میلی‌گرم‌دوبار در روز در روزهای ۲۵ ـ ۵ سیکل‌می‌باشد. در فقدان قاعدگی ۱۰ میلی‌گرم‌دوبار در روز از روزهای ۲۵ـ۱۱ سیکل‌به‌شرط تجویز همزمان استروژن از روز۲۵ـ۱ سیکل مصرف می‌شود. در سندرم‌پیش از قاعدگی ۱۰ mg/day از روز ۲۶ـ۱۲سیکل مصرف می‌شود که در صورت نیازمی‌توان مقدار مصرف دارو را افزایش داد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

ESTRADIOL

موارد مصرف استرادیول به‌عنوان‌جانشین درمانی در کمبود هورمون‌استروژن و نیز در حالاتی نظیرهیپوگونادیسم واژینیت آتروفیک نارسایی اولیه تخمدانی درمان علائم‌وازوموتور دوران یائسگی و پیشگیری ازاستئوپروز بعد از یائسگی به‌کار می‌رود.این دارو همچنین ممکن است در درمان‌خونریزی رحمی سرطان پستان یاپروستات مصرف گردد.

مکانیسم اثر: استرادیول بااتصال به‌گیرنده‌استروژنی در سیتوپلاسم میزان ساختDNA، RNA و پروتئین‌های مختلف را دربافتهای هدف افزایش می‌دهد. همچنین‌میزان آزادشدن GnRH از هیپوتالاموس‌تحت تاثیر استروژن کاهش می‌یابد و منجربه‌کاهش آزادشدن FSH و LH از غده‌هیپوفیز می گردد.

فارماکوکینتیک استرادیول از راه دستگاه‌گوارش به‌خوبی جذب می‌شود و سریع?در کبد به‌متابولیت‌هایی بافعالیت کمترمانند استرون و استریول تبدیل شده و بانیمه‌عمر حدود یک ساعت عمدت ?از راه‌ادرار دفع می گردد. مقداری نیز وارد صفراشده که گردش کبدی ـ روده‌ای دارد.

موارد منع مصرف استرادیول در مواردی‌چون وجود یا احتمال سرطان پستان به‌جزموارد انتخابی برای درمان متاستاز،نئوپلازی‌های وابسته به‌استروژن ویااحتمال وجود آن یا وجود آبستنی خونریزی‌های ناشناخته و غیرمعمول‌دستگاه تناسلی ترومبوفلبیت فعال اختلالات ترومبوآمبولیک و بیماریهای حادکبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف طولانی مدت‌استروژنها به‌تنهایی خطر بروز سرطان‌آندومتر را افزایش می‌دهد.

۲ ـ در بیماریهایی نظیر میگرن زیادی‌فشارخون آسم صرع ترومبوفلبیت‌مزمن یاسابقه آن زیادی چربی خون بیماری مثانه وجود ندول

یا بیماری‌فیبروکیستیک پستان بااحتیاط تجویز گردد.

۳ـ استرادیول ممکن است اندازه‌فیبروئیدهای رحمی را افزایش داده وآندومتریوز را تشدید نماید.

۴ـ در بیمارانی که قبلا مبتلا به‌سرطان‌آندومتر بوده و درمان شده‌اند، بااحتیاطتجویز شود.

عوارض جانبی عوارض گوارشی نظیرتهوع و استفراغ سفتی و بزرگ شدن‌پستان سندرم شبیه پیش از قاعدگی احتباس مایعات تغییر در اعمال کبد، یرقان‌انسدادی بثورات جلدی و ملاسما یاکلواسمای غیرقابل برگشت افسردگی وسردرد به‌ویژه در هنگام فعالیت شدید، ونیز افزایش تحریک بافتی قرمزی و خارش‌ناشی از لنزها تماسی در چشم افزایش‌فعالیت فاکتورهای انعقادی خطر بروزترومبوآمبولیسم افزایش یا تشدیدفشارخون بامقادیر زیاد یامصرف مکررداروو از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی ریفامپین گریزوفولوین داروهای ضد صرع نظیرکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپیریمیدون باالقاء فعالیت آنزیم‌های کبدی‌متابولیسم استرادیول را تشدید می‌نمایند.استرادیول از طریق افزایش فعالیت‌فاکتورهای انعقادی بااثر داروهای‌ضدانعقاد نظیر وارفارین مقابله می‌نماید.اثر کاهنده فشارخون داروهای‌مسدودکننده گیرنده بتاآدرنرژیک ومهارکننده‌های آنزیم تبدیل‌کننده‌آنژیوتانسین و احتمالاـ سایر داروهای‌ضدفشار خون به‌وسیله استرادیول کاهش‌می‌یابد. غلظت پلاسمایی سیکلوسپورین‌توسط استرادیول افزایش می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ـ مصرف استرادیول‌در کودکان بسته‌شدن اپی‌فیز استخوان راتسریع می‌نماید. لذا در کسانیکه رشد آنهاهنوز کامل نشده بااحتیاط بکار رود.

۲ـ هیپرپلازی لثه و ایجاد یا تشدیدژنژیویت و التهاب لثه ممکن است به‌وسیله‌استروژنها ایجاد گردد. لذا تمیزنمودن وکنترل تولید پلاکهای دندان این عارضه رابه‌حداقل کاهش می‌دهد.

۳ـ در صورت بروز اختلال تنفسی اختلال‌در تکلم یا جهت‌یابی درد در سینه یا کتف کاهش بینایی یا سردرد شدید و نیز وجودتوده در پستان و زردشدن چشم‌ها یاپوست سریع ?به‌پزشک مراجعه شود.

۴ـ برای کاهش عوارض گوارشی بهتراست دارو همراه یا بلافاصله بعد از غذامصرف شود.

۵ـ در صورت مصرف طولانی مدت دارو،معاینات پستان بیوپسی آندومتر و تست‌اعمال کبد مرتب ?انجام شود.

مقدار مصرف

خوراکی استرادیول به‌عنوان جانشین‌درمانی هورمونی در مواردی از قبیل‌واژینیت آتروفیک هیپوگنادیسم برداشتن تخمدانها، نارسایی اولیه‌تخمدانها یا دوران یائسگی (کاهش علائم ،به‌میزان ۲ mg/day ـ ۰/۵ به‌صورت دوره‌ای‌یا مداوم به‌کار می‌رود. در سرطان پستان غیرقابل جراحی و پیشرفته استرادیول‌به‌میزان ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز و برای‌حداقل ۳ ماه مصرف می‌گردد. همچنین درکارسینومای پروستات پیشرفته وغیرقابل جراحی به‌میزان ۲ـ۱ میلی‌گرم ۳بار در روز تجویز می‌گردد. به‌منظورپیشگیری از استئوپروز، استرادیول‌به‌میزان ۰/۵ mg/day به‌صورت دوره‌ای یامداوم به‌کار می‌رود.

تزریقی استرادیول والرات به‌طریق تزریق‌داخل عضلانی و به‌میزان ۲۰ـ۱۰ میلی‌گرم هر ۴ هفته یکبار، براساس نیاز بیمار،به‌منظور جانشین درمانی تجویز می‌گردد.در سرطان پیشرفته و غیرقابل جراحی‌پروستات به‌میزان ۳۰ میلی‌گرم هر ۲ـ۱هفته که برحسب نیاز بیمار تنظیم می‌شودمصرف می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

Tablet: ۱ mg, ۲ mg

ETHINYLESTRADIOL

موارد مصرف اتینیل استرادیول به‌عنوان‌جانشین درمانی هورمونی در حالات کم کاری غدد تناسلی یا دوران یائسگی‌برای کاهش علائم وازوموتور و نیز درنئوپلاسم‌های پیشرفته و غیرقابل جراحی‌پستان یا پروستات به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو بااتصال‌به گیرنده‌های داخل سلولی استروژن‌میزان ساخت RNA و پروتئین‌های مختلف‌را در بافتهای هدف افزایش می‌دهد. این‌پروتئین‌ها در بروز آثار فارماکولوژیکی‌استروژنها نقش عمده‌ای دارند.

فارماکوکینتیک اتینیل استرادیول از راه‌خوراکی تحت تاثیر متابولیسم عبور اول کبدی قرار گرفته و به‌میزان ۵۰ ـ۴۰ درصدجذب می گردد. نیمه عمر آن ۲۷ـ۱۳ ساعت‌می‌باشد. در کبد به‌متابولیت‌های غیرفعال‌تبدیل می‌شود و از ادرار و صفرا دفع‌می گردند.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌احتمال یا وجود سرطان پستان (به‌جزموارد انتخابی برای درمان متاستاز)، درنئوپلازیهای وابسته به‌استروژن یا احتمال‌آن احتمال یا وجود آبستنی خونریزی‌ناشناخته و غیرمعمول دستگاه تناسلی ترومبوفلبیت فعال اختلالات‌ترومبوآمبولیک و بیماریهای حاد کبدی‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف طولانی مدت این‌دارو به‌تنهائی خطر بروز سرطان آندومتررا افزایش می‌دهد.

۲ ـ اتینیل استرادیول ممکن است اندازه‌فیبروئیدهای رحمی را افزایش داده و یاآندومتریوز را تشدید نماید.

۳ ـ در بیماریهای نظیر میگرن زیادی‌فشار خون آسم صرع ترومبوفلبیت‌مزمن یا سابقه آن زیادی چربی خون بیماری مثانه وجود ندول یا بیماری‌فیبروکیستیک پستان بااحتیاط تجویز گردد.

۴ ـ در بیمارانی که قبلا به‌سرطان آندومترمبتلا بوده و تحت درمان قرار داشته‌اند،بااحتیاط زیاد به کار رود.

عوارض جانبی عوارض گوارشی نظیرتهوع و استفراغ شایع می‌باشد، به‌علاوه‌سفتی و بزرگ شدن پستان شبه سندرم‌قبل از قاعدگی احتباس مایعات تغییر دراعمال کبد، یرقان ناشی از توقف صفرا وعوارض پوستی نظیر بثورات جلدی وکلوآسما، افسردگی سردرد به‌ویژه درهنگام فعالیت شدید، افزایش تحرک بافتی افزایش غلظت فاکتورهای انعقادی خطربروز ترومبوآمبولیسم و افزایش یاتشدیدفشار خون از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی داروهایی نظیرریفامپین گریزوفولوین و داروهای ضدصرع نظیر کاربامازپین فنوباربیتال و فنی‌توپین با القاء آنزیم‌های کبدی متابولیسم‌اتینیل استرادیول را تشدید می‌نمایند. این‌دارو از طریق افزایش فعالیت فاکتورهای‌انعقادی با اثر داروهای ضدانعقاد نظیروارفارین مقابله می‌نمایند. اثر کاهنده‌فشارخون مسددهای گیرنده بتاآدرنرژیک یا مهارکننده‌های آنزیم‌تبدیل کننده آنژیوتانسین و احتمالا سایرداروهای ضدفشارخون به‌وسیله این داروکاهش می‌یابد. غلظت پلاسمایی‌سیکلوسپورین بامصرف این دارو افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو بسته‌شدن‌اپی‌فیز را در کودکان تسریع می‌نماید لذا درکسانیکه رشد آنها هنوز کامل نشده‌بااحتیاط به کار رود.

۲ ـ در طول درمان هیپرپلازی و التهاب لثه‌ممکن است بروز نماید.

۳ ـ در صورت بروز اختلال تنفسی اختلال‌در تکلم یا جهت‌یابی درد در سینه یا کتف کاهش قدرت بینایی یا سردرد شدید و نیزوجود توده در پستان زردشدن چشم‌ها یاپوست سریع ?به‌پزشک مراجعه شود.

۴ ـ بهتر است همراه یا بلافاصله بعد از غذامصرف گردد تا عوارض گوارشی‌به‌حداقل کاهش یابد.

۵ ـ در صورت مصرف طولانی مدت دارو،معاینات پستان بیوپسی آندومتر و نیزتست‌های عملکرد کبد مرتب ?انجام شود.

مقدار مصرف در صورت نیاز به‌جانشین‌درمانی هورمونی اتینیل استرادیول‌به‌میزان ۲۰ mcg/dayـ۱۰ به‌کار می‌رود.همچنین در درمان سرطانهای پستان یاپروستات (پیشرفته و غیرقابل جراحی به‌ترتیب به‌میزان ۱ میلی گرم سه بار درروز و ۳ـ ۱/۵ میلی گرم یک

بار در روزمصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۰۵ mg, ۰.۵ mg

FLUDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف این دارو یک مینرالوکورتیکوئید است که در درمان‌نارسایی غده فوق کلیه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آدرنوکورتیکوئیدها بـاعبوراز غشـاء سـلولی بـا گیرنـده‌های اختصاصـی کمپلکس تشـکیل داده و بـاتحریک رونویسیmRNA باعث ساخت پروتئین‌ها می‌شوندکه مسئول بروز اثرات فیزیولوژیک آنهااست

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبـدی وکلیوی است و به‌صورت متابولیت از طریق‌کلیه دفع می‌شود. نیمه عمر دارو ۳۰ دقیقه‌و طول اثر آن کوتاه مدت است

عوارض جانبی سرگیجه سردرد شدید،زیادی فشارخون تورم پاها و ضعف‌غیرعادی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصـرف همزمان داروبا آمفوتریسین B یا اسـتازولامید ممکن‌است باعث کمی شدید پتاسیم خون گردد.مصرف همزمان با دیگوکسین ممکن است‌باعث بروز آریتمی قلبی شود مصرف‌همزمان فلودروکورتیزون با داروهای مدریا مکمل‌ها پتاسیم ممکن است باعث‌تغییرات شدید پتاسیم خون شود.

مقدار مصـرف در درمان نارسایی غده فوق‌کلیه مقدار ۰/۱ mg/day همراه باگلوکوکورتیکوئید مصـرف می‌شود. درصورت بروز زیادی فشارخون مقدارمصـرف باید ۰/۰۵ mg/day کاهش یابـد. درسـندرم آدرنوژنیتال ۰/۲ mg/day ـ ۰/۱ ودر درمـان کمی ایدیوپاتیک فشارخون درحالت ایستاده ۰/۲ mg/day ـ ۰/۰۵ مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۱ mg

FOSFESTROL

موارد مصـرف فسـفسترول یک استروژن‌است که در درمان جانشینی استروژن‌هادر مواردی مانند واژینیت کم‌کاری‌تخمدان نارسائی اولیه تخمدان و دردرمان کارسینوم متاستاز یافته پستان وپروستات مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: استروژن‌ها بااتصال‌به‌گیرنده‌های اختصاصی باعث

ساخت پروتئین‌هایی می‌شوند که مسئول‌بروز اثرات این داروها است

استروژن‌ها باکاهش آزادشدن LHRHمیزان هورمون‌های FSHو LH را کاهش‌می‌دهند.

فارماکوکینتیک متابولیسم این دارو کبدی‌است و به‌طور عمده از طریق کلیه دفع‌می‌شود.

موارد منع مصـرف در صورت ابتلاءبه‌سـرطان پسـتان (متاسـتاز نیـافته ، یرقان‌انسـدادی نئوپلاسم‌هـای وابسـته به‌استروژن بیماری‌هـای ترومبوآمبولیک وخونریزی باعلت نامشخص دستگاه‌تناسلی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف استروژن‌ها درمردان ممکن است باعث ایجاد کارسینوم‌پستان شود.

۲ ـ به‌علت اثر استروژن‌ها در بسته‌شدن‌اپی‌فیز مصرف این دارو در کودکان نابالغ‌باید بااحتیاط فراوان صورت گیرد.

در صورت وجود آندومتریوز، بیماری‌کیسه صفرا، زیادی کلسیم خون پورفیری‌یا فیبروئید باید بااحتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی اختلال در قاعدگی واختلالات گوارشی از عوارض جانبی داروهستند.

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌استروژن‌هـا بـا داروهـای ضـدانعقادخوراکی ممکن است باعث کاهش اثرات این‌داروها گردد. مصـرف همزمان با داروهای‌سمی برای کبد باعث تشدید آسیب کبدی‌می‌شود. مصرف همزمان استروژن‌ها بافنوباربیتال کاربامازپین فنی‌توئین باعث‌کاهش اثرات استروژن‌ها می‌شود. مصـرف‌استروژن با داروهای ضدافسـردگی سه‌حلقه‌ای باعث افزایش غلظت سرمی این‌داروها می‌شود. استروژن‌ها اثرات پائین‌آورنده فشارخون داروهای ضدفشارخون را کاهش می‌دهند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ درمان با استروژن‌هارا باید باکمترین مقدار مصرف شروع

کرد.

۲ ـ به‌جز موارد خاص (مانند درمان‌سرطان درمان با استروژن‌ها بایدبه‌صورت مصرف دوره‌ای (مانند ۳ هفته‌مصرف دارو و یک هفته عدم مصرف صورت پذیرد.

۳ ـ درمان با استروژن‌ها ممکن است‌موجب تهوع به‌خصوص هنگام صبح گردد. معمولاً مصـرف غذاهای جامد تاحدی این حالت را تسکین می‌دهد.

مقدار مصرف

خوراکی در درمان کارسینوم پروستات

۵۰ میلی گرم ۳ بار در روز تجویز می‌شود.مقدار مصرف را می‌توان به‌تدریج تا

۲۰۰ میلی گرم ۳ بار در روز افزایش

داد.

تزریقی در درمان کارسینوم پروستات ۵۰ mg/day انفوزیون وریدی می‌شود. درصورت نیاز می‌توان مقدار مصـرف را به g/day ۱ افزایش داد. به‌عنوان مقدارنگهدارنده ۲۵۰ ـ ۵۰۰ mg/day انفوزیون‌وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/۵ ml

Tablet: ۱۰۰ mg

GLIBENCLAMIDE

موارد مصرف گلی‌بنکلامید برای کنترل‌زیادی قندخون در بیماری دیابت مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفونیل اوره‌ها در دیابت‌ملیتوس غیروابسته به‌انسولین باتحریک‌مستقیم ترشح انسولین بتای پانکراس گلوکز خون را کاهش می‌دهنـد. مصـرف‌طولانی مـدت این داروها حساسیت‌به‌انسولین را در بافتهای محیطی مانند کبد،عضله چربی و سـلولهایی ماننده‌مونوسیت‌ها و اریتروسیت‌ها افزایش‌می‌دهد که نتیجه آن کاهش گلیکوژنولیز وگلوکونئوژنز در کبد است

فارماکوکینتیک جـذب دارو سـریع ولی‌وابسـته به‌شـرایط فردی بسیار متغیرمی‌باشـد. گلی بنکلامید دارای پیوندپروتئینی خیلی بالا و نیمه‌عمر حدود ۱۰ساعت می‌باشد. طول اثر دارو ۲۴ ساعت‌است

مـوارد منع مصـرف این دارو در مواردی‌چون اسـیدوز، سوختگی شدیـد، اغمای‌دیابتیـک کتواسـیدوز دیابتیـک اغمـای‌غیرکتونیک هیپراسـمولار، شـرایطی که‌بـاعث تغییرات زیاد قنـدخون می‌شونـد،شـرایطی که نیاز به‌انسولین را به‌سـرعت‌تغییر می‌دهنـد، بیماریهای کبدی و کلیوی وپورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بیماریهایی‌ماننـد انفـارکتوس میوکـارد، اغمـاء، عفونت ترومـا، جراحی و طی دوران بارداری بایـداز انسولین استفاده شود.

۲ ـ در شرایط ایجادکننده افزایش قندخون‌مانند تغییرات هورمونهای جنسی در زنان تب بالاـ عفونت پرکاری غده فوق کلیه واسترسهای روانی ممکن است افزایش‌مقدار مصرف دارو یا مصرف انسولین‌ضروری باشد.

۳ ـ درپرکاری تیروئید کنترل قندخون‌مشکل‌تر شده و ممکن است نیاز به‌افزایش‌مقدار مصرف دارو باشد.

۴ ـ مصرف دارو در افراد مسن به‌دلیل‌نیمه‌عمر طولانی توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی بامصرف دارو اختلالات‌دستگاه گوارش سردرد، افزایش وزن کاهش خفیف قندخون به‌ویژه در هنگام‌شب واکنش‌های افزایش حساسیت‌گزارش شده است

تداخل‌های دارویی در مصرف همزمان‌باضد انعقادهای خوراکی مقدار مصرف دو دارو باید تنظیم شود. درمصرف همزمان با آسپارژیناز،کورتیکواستروئیدها، مدرهای تیازیدی ولیتیم تنظیم مقدار مصرف دارو به‌دلیل‌فعالیت ذاتی این ترکیبات در افزایش‌قندخون لازم می‌باشد. داروهایی مانندگوانتیدین مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز، کینیدین کینین و مقادیر بالای‌سالیسیلات‌ها و کلرامفنیکل به‌دلیل فعالیت‌ذاتی در کاهش قندخون و به‌دلیل اثربالابرنده قندخون مهارکننده‌های بتاآدنرژیک مقدار مصرف موردنیاز دارو راتغییر می‌دهند. سایمتیدین رانیتیدین وهمچنین سیپروفلوکساسین اثرات پایین‌آورنده قندخون گلی‌بنکلامید را تشدیدمی‌کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باتغییر رژیم غذائی فعالیت بدنی و بیماری میزان قندخون وبرنامه درمانی تغییر می‌کند.

۲ ـ دارو به‌همراه صبحانه مصرف گردد.

مقدار مصرف ابتدا ۵ mg/day (در افرادمسن ۲/۵ میلی‌گرم مصرف می‌شود ومناسب با پاسخ بیمار تا ۱۵ mg/dayمی‌تواند افزایش یابد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

GLUCAGON

موارد مصرف گلوکاگون به‌عنوان داروی‌جانشین مناسب برای گلوکز تزریقی دردرمان کاهش قندخون و به‌عنوان داروی‌کمکی در رادیوگرافی دستگاه گوارش‌به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: گلوکاگون گلیکوژنولیز وگلوکونئوژنز کبدی را افزایش می‌دهد وسبب افزایش cAMP می‌شود. نتیجه این‌اعمال افزایش غلظت گلوکز پلاسما،شل‌شدن عضلات صاف و اثر اینوتروپیک‌مثبت قلبی می‌باشد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو در کبد وکلیه انجام می‌شود و نیمه عمر آن ۱۰ دقیقه‌می‌باشد. اثر دارو (افزایش قندخون ۲۰ـ ۵دقیقه پس از تزریق داخل وریدی ۱۵ دقیقه‌پس از تزریق داخل عضلانی و ۴۵ـ۳۰دقیقه پس از تزریق زیرجلدی شروع‌می‌شود. طول مدت اثر دارو ۹۰ دقیقه‌است

موارد منع مصرف در فئوکروموسیتوم تومور ترشح‌کننده انسولین و تومورترشح‌کننده گلوکاگون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در کمی قندخون ناشی ازگرسنگی و نارسایی غده فوق کلیه موثرنمی‌باشد (ذخایر کبدی گلیکوژن برای اثردارو لازم است .

۲ ـ مصرف دارو به‌منظور کمک‌به‌تشخیص دیابت می‌تواند سبب افزایش‌قندخون شود.

عوارض جانبی مهمترین عوارض جانبی‌دارو، تهوع استفراغ اسهال کاهش‌پتاسیم خون و بندرت واکنش‌های افزایش‌حساسیت می‌باشند.

تداخل‌های دارویی گلوکاگون بامقادیر بالاسبب افزایش اثر ضدانعقادی داروهای‌ضدانعقاد کومارینی یا مشتقات ایندانديون‌می‌شود.

نکات قابل توصیه در صورتیکه بیمارهوشیار نباشد پس از تزریق دارو بایدبیمار رابه‌دلیل خطر بروز استفراغ به‌یک‌طرف برگرداند.

مقدار مصرف

کودکان و بزرگسالان ۱ـ ۰/۵ میلی گرم ازطریق زیرجلدی داخل عضلانی یا داخل‌وریدی تزریق می‌شود. در صورت عدم‌مشاهده پاسخ تا ۱۵ دقیقه گلوگز داخل‌وریدی باید تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg/ml

GONADORELIN

موارد مصرف گنادورلین برای درمان‌آمنوره و ناباوری ناشی از آزادشدن‌غیرطبیعی هورمون آزادکننده‌گنادوتروپین‌ها (GnRH) در زنان و نیزبررسی عملکرد هیپوفیز در بزرگسالان‌به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو در مصرف بافواصل زمانی منظم باتحریک گیرنده‌های GnRH در هیپوفیز موجب آزادشدن گنادوتروپین‌ها (LH, FSH) می گردد. تجویزمداوم دارو در نهایت موجب مهار رهایش گنادوتروپین‌ها می‌شود.

فارماکوکینتیک این دارو یک پپتید ده

اسید آمینه‌ای است که از طریق وریدی یازیرجلدی تزریق می‌شود. نیمه‌عمر آن درتزریق وریدی حدود ۴ دقیقه می‌باشد.

این دارو در هیپوتالاموس و هیپوفیزتوسط پپتیدازها تجزیه می‌شود وبه‌صورت متابولیت از طریق کلیه‌ها دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف این ترکیب نباید درموارد حساسیت به‌گنادورلین نارسایی‌اولیه تخمدان خونریزی غیرطبیعی وتشخیص داده نشده واژینال مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این فرآورده ممکن است دربرخی افراد ایجاد حساسیت نماید.

۲ ـ تجویز مکرر گنادورلین ممکن است‌منجر به‌از بین رفتن حساسیت هیپوفیز وکاهش پاسخ LH شود.

عوارض جانبی تهوع سردرد، دردشکم افزایش خونریزی قاعدگی واکنش‌های‌حساسیت مفرط در موقع تجویز مکررمقادیر زیاد دارو و تحریک در محل تزریق‌زیرجلدی از عوارض جانبی این دارومی‌باشد.

تداخل‌های دارویی فنوتیازین‌ها و سایرآنتاگونیست‌های دوپامین باافزایش‌پرولاـکتین ممکن است موجب کاهش اثردارو شوند. آندروژن‌ها،گلوکوکورتیکوئیدها، استروژن‌ها وپروژستین‌ها با تاثیر بر ترشح‌گنادوتروپین‌ها از هیپوفیز، نتیجه آزمون‌گنادورلین را تغییر می‌دهند.

مقدار مصرف در فقدان قاعدگی و ناباوری‌ناشی از آزادشدن غیرطبیعی GnRH درزنان از طریق انفوزیون منظم نبضی‌زیرجلدی ابتدا ۲۰ـ۱۰ میکروگرم طی یک‌دقیقه سپس هر ۹۰ دقیقه این مقدار تکرارمی‌شود تا زمانی که بارداری رخ دهد، یاتاحداکثر ۶ ماه از طریق انفوزیون نبضی ومنظم داخل وریدی (به‌همراه هپارین مشابه انفوزیون زیرجلدی تجویز می‌شود.جهت بررسی عملکرد هیپوفیز از طریق‌تزریق وریدی یا زیرجلدی مقدار ۱۰۰میکروگرم تجویز می گردد.

اشکال دارویی

,For Injection (as Acetate): ۰.۱ mg

mg, ۳.۲ mg ۰.۸

HYDROCORTISONE

موارد مصرف هیدروکورتیزون برای‌درمان جایگزینی هورمونی در نارسایی‌غده فوق کلیوی استفاده می‌شود. این داروهمچنین در درمان علامتی بیماریهای‌التهابی مانند بیماری التهابی روده وهموروئید و نیز واکنش‌های ازدیادحساسیت مانند شوک آنافیلاکتیک‌آنژیوادم و در جهت سرکوب کردن‌سیستم ایمنی استفاده می‌شود.هیدروکورتیزون در هیپرپلازی مادرزادی‌غده فوق کلیه ادم مغزی و شوک نیز موثراست این دارو همچنین جهت تشخیص‌سندرم کوشینگ و افسردگی اندوژن به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو باعبور از غشاءسلولی به‌گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و کمپلکس دارو ـ گیرنده واردهسته سلولی می‌شود. این کمپلکس بااتصال به‌نواحی خاصی از DNA موجب‌تحریک روند رونویسی mRNA و به‌دنبال‌آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت‌مسئول اثرات سیستمیک‌کورتیکواستروئیدها می‌باشند. این داروباجلوگیری از تجمع سلولهای التهابی درناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزادشدن‌آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهار ساخت‌و آزادشدن واسطه‌های شیمیایی التهاب‌اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کند.

فارماکوکینتیک هیدروکورتیزون سریع ?وبه‌خوبی از دستگاه گوارش جذب می‌شود.شکل تزریقی آن نیز از عضله به‌خوبی‌جذب می‌شود. به‌طور عمده در کبد ومقادیری نیز در کلیه و بافتهابه‌متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ ـ تزریق داخل مفصلی‌این دارو در مواردی مثل جراحی ترمیمی‌مفاصل اختلالات انعقادی خون شکستگی‌داخل مفصلی عفونت اطراف مفصل یاسابقه ابتلا به‌آن پوکی استخوان اطراف‌مفصل به‌دلایلی غیر آرتریت و مفصل‌ناپایدار نباید مصرف شود.

۲ ـ این دارو در پیشگیری از سندرم زجرتنفسی نوزادان در صورت وجودآمنیونیت عفونت یا تب عفونت با هرپس عدم کفایت جفت و پارگی زودرس غشاءنیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده طولانی مدت آن درکودکان می‌تواند منجر به‌مهار رشد شود.

۲ ـ به‌دنبال مصرف این دارو ممکن است‌تست‌های بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ غده فوق کلیوی‌دچار اختلال شود.

۳ ـ در افراد مسن و به‌خصوص خانم‌های‌یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان وافزایش فشارخون بالا می‌رود.

۴ ـ در صورت نیاز به‌جراحی و یا درمان‌اضطراری و نیز مصرف دارو در بیماران‌دیابتی باید احتیاط کرد.

عوارض جانبی درمان درازمدت باهیدروکورتیزون بیمار را از جهت ابتلابه‌بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و ازطرفی علائم عفونت نیز پنهان می‌شود.مصرف مقادیر بالای هیدروکورتیزون‌می‌تواند اختلالات روانی را تشدید کند. آب‌مروارید کاهش یا تاری دید و تکرر ادرار وپرنوشی قرحه‌گوارشی علائم‌شبه‌کوشینگ آکنه درد در ناحیه سرینی‌و افزایش فشارخون از عوارض جانبی‌دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با ریفامپین داروهای ضدصرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپریمیدون موجب تسریع متابولیسم‌هیدروکورتیزون و کاهش اثر دارومی‌گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش‌اثر داروهای پائین آورنده قندخون و یاداروهای کاهنده فشارخون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به‌حداقل‌رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی‌هیدروکورتیزون باید بعد از غذا مصرف‌شود.

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد ازاستفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیزشود.

۳ ـ در طول درمان مصرف سدیم بایستی‌محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.

۴ ـ معاینات چشم پزشکی در طول درمان‌دراز مدت به‌طور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در بیماری آدیسون و یامتعاقب برداشتن غده فوق کلیوی به‌میزان mg/day ۳۰ـ۲۰ در دو مقدار منقسم تجویزمی گردد. مقدار بیشتر در هنگام صبح ومقدار کمتر در هنگام عصر مصرف می‌شود.

کودکان به‌منظور جانشین درمانی‌هورمونی به‌میزان ۳۰ mg/day ـ۱۰ و درمقادیر منقسم تجویز می گردد.

تزریقی

بزرگسالان در نارسایی حاد غده فوق‌کلیوی به‌صورت تزریق داخل وریدی‌به‌مقدار ۱۰۰ میلی‌گرم هر ۸ـ۶ ساعت همراه‌با کلرورسدیم ۰/۹٪ انفوزیون می گردد. درسایر موارد، دارو به‌صورت تزریق یاانفوزیون آهسته داخل وریدی به‌میزان ۵۰۰ ـ۱۰۰ میلی‌گرم ۳ تا ۴ بار در روزباتوجه به‌نیاز بیمار تجویز می گردد.

کودکان به‌صورت تزریق آهسته داخل‌وریدی و به‌میزان ۲۵ میلی‌گرم در کودکان‌کمتر از یکسال ۵۰ میلی‌گرم در کودکان۵ ـ۱ سال و ۱۰۰ میلی‌گرم در کودکان ۱۲ـ۶سال تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Enema: ۱۰۰ mg/۶۰ ml

For Injection: ۱۰۰ mg, ۵۰۰ mg

Tablet: ۱۰ mg

INSULIN

موارد مصرف انسولین در درمان دیابت‌ملیتوس درمان کتواسیدوز دیابتیک وتشخیص کمبود هورمون رشد به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: انسولین ذخیره و متابولیسم‌کربوهیدراتها، پروتئین و چربیها را کنترل‌می‌کند. انتقال فعال گلوکز را از غشای‌سلولی بافت چربی و عضله افزایش می‌دهدو موجب تبدیل گلوکز و اسید چرب آزادداخل سلولی به شکل ذخایر گلیکوژن وتری گلیسیرید می‌شود همچنین تبدیل‌گلوکز کبدی به گلیکوژن را افزایش داده وخروج گلوکز از کبد را مهار می کند. تزریق‌داخل وریدی انسولین با کاهش قند خون ترشح هورمون رشد را تحریک می کند.

فارماکوکینتیک در تزریق زیرجلدی شروع‌اثر انسولین رگولار ۳۰-۶۰ دقیقه پس ازتزریق و طول اثر آن ۸ ساعت می‌باشد وپس از ۲-۴ ساعت به حداکثر اثر خودمی‌رسد. شروع اثر انسولین ایزوفان‌بای‌فازیک پس از ۳۰ دقیقه طول اثر آن ۲۴ساعت و حداکثر اثر آن پس از ۴-۸ ساعت‌دیده می‌شود. شروع اثر انسولین NPHانسانی (ایزوفان پس از ۳-۴ ساعت طول‌اثر آن ۱۸-۲۴ ساعت و حداکثر اثر آن پس‌از ۶-۱۲ ساعت می‌باشد. انسولین دربیشتر بافتهای بدن توزیع می‌شود،متابولیسم آن کبدی و کلیوی است نیمه‌عمر دارو ۵-۶ دقیقه و ۳۰-۸۰٪ دفع آن‌کلیوی می‌باشد.

موارد منع مصرف در اسهال فلج معده انسداد روده استفراغ و دیگر شرایطی که‌سبب عدم جذب غذا می‌شود و یا شرایطی‌که موجب کاهش قند خون می‌شود مانندبی‌کفایتی آدرنال و هیپوفیز نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماری‌های کلیوی باتوجه به تغییرات کلیرانس انسولین دربیماریهای کبدی با توجه به تغییرات‌متابولیسم انسولین و تغییرات غلظت قندخون تنظیم میزان مصرف لازم می‌باشد.

۲ ـ در شرایط ایجادکننده هیپرگلیسمی‌مانند تغییرات هورمونی در زنان تب پرکاری غده فوق کلیوی عفونت واسترسهای روانی ممکن است نیاز به‌انسولین افزایش یابد.

۳ ـ پرکاری تیروئید، فعالیت بدن وکلیرانس انسولین را زیاد کرده و کنترل قندخون را مشکل می کند.

۴ ـ جراحی یا تروما ممکن است قند خون راافزایش و یا کاهش داده و تنظیم مقدارمصرف انسولین لازم باشد.

عوارض جانبی واکنش‌های موضعی ودیستروفی بافت چربی در محل تزریق کاهش قند خون با مصرف مقادیر بالا
و نیز افزایش وزن دیده شده است پروتامین موجود در فرآورده‌هایانسولین ممکن است واکنش‌های آلرژیکایجاد کند.
تداخل‌های دارویی بلوک کننده‌هایبتاآدرنرژیک ممکن است سبب بالا رفتنقند خون یا کاهش قند خون شوند. بلوک‌کننده‌های اختصاصی بتا یک کمتر عوارض‌فوق را ایجاد می‌کنند ولی می‌توانند علائم‌کاهش قند خون را مخفی کنند. کورتیکواستروئیدها اثرات انسولین را خنثی‌می‌کنند. بنابراین تنظیم مقدار مصرف دارولازم می‌باشد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ در دوران بارداری وشیردهی ممکن است نیاز به انسولین تغییرکند، بنابراین کنترل قند خون لازم می‌باشد.
۲ ـ در کودکان قبل از سن بلوغ و افراد مسن‌به دلیل حساسیت بیشتر به انسولین خطرپایین آمدن قند خون بیشتر است
۳ ـ سرنگ مناسب برای تعیین مقدارمصرف دقیق انسولین باید انتخاب شود،محل تزریق دقیق ?مشخص شده و درتزریقات مکرر محل تزریق تغییر دادهشود.
۴ ـ با تغییر رژیم غذایی فعالیت بدنی یابیماری نیاز به انسولین تغییر می‌کند.
مقدار مصرف مطابق با نیاز بیمارزیرجلدی داخل عضلانی یا داخل وریدیتزریق می‌شود.
اشکال دارویی

Injection: Insulin Regular ۱۰۰ IU/ml
(Injection: Insulin Isophane (NPH
IU/ml ۱۰۰
Injection: Insulin Biphasic ۱۰۰ IU/ml
Injection: Insulin Zinc ۱۰۰ IU/ml

LEVONORGESTREL

موارد مصرف لوونورژسترل برایجلوگیری از بارداری مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: این دارو با جلوگیری از ترشح گونادوتروپین‌ها از هیپوفیز قدامی تخمک‌گذاری و بلوغ فولیکولی را مهار می‌کند.لوونوژسترل همچنین با افزایش چسبندگی‌مخاط گردن رحم و ایجاد تغییر در آندومترمانع باروری و لانه گزینی می‌گردد.
فارماکوکینتیک این دارو از راه
خوراکی بخوبی جذب می‌شود، در کبدمتابولیزه شده و از راه ادرار
دفع می‌شود در شکل کاشتنی آزاد شدناولیه دارو از کپسولهای کاشته شده درزیرجلد، به میزان ۸۰ میکروگرم در
۲۴ ساعت می‌باشد که ظرف ۱۸ ـ ۶ ماه به‌میزان تقریبا ثابت ۳۰ میکروگرم در ۲۴ساعت رسیده و تا ۵ سال در همین حد باقی‌می‌ماند.
موارد منع مصرف در صورت بارداری خونریزی تشخیص داده نشده واژن بیماری شدید شریانی آدنومای کبدی پورفیری بعد از برداشتن مول هیداتی فرم تا زمانی که میزان گونادوتروپین‌هایپلاسما و ادرار به حد طبیعی برگردد)،سرطان پستان و دستگاه تناسلی نبایدمصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ در صورت ابتلای بیمار به‌بیماری قلبی سابقه بارداری نابجا،سندرم‌های سو جذب کیست‌های فعال‌تخمدانی بیماری فعال کبدی یرقانانسدادی عود کننده و یاسابقه یرقان دردوران بارداری دارو با احتیاط مصرفشود.

۲ ـ دو تا ۳ سال پس از کاشتن کپسول‌های‌حاوی دارو در زیر جلد، اثربخشی آن‌کاهش و احتمال آبستنی افزایش می‌یابد.
عوارض جانبی عوارض مهم دارو عبارتنداز نامنظم شدن قاعدگی تهوع استفراغ سردرد، احساس ناراحتی در پستان افسردگی اختلالات پوستی تغییرات وزن‌بدن اولیگومنوره و منوراژی
تداخل‌های دارویی کاربامازپین گریزئوفولوین فنی‌توئین فنوباربیتال پریمیدون و بخصوص ریفامپین با افزایش‌فعالیت آنزیم‌های کبدی متابولیسم‌لوونورژسترل را افزایش می‌دهند وموجب کاهش اثربخشی آن می‌گردند.لوونورژسترل نیز با مهار متابولیسم‌سیکلوسپورین موجب افزایش غلظت‌پلاسمایی آن می‌گردد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌همزمان این دارو با ریفامپین حتما باید ازیک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیزاستفاده نمود.
۲ ـ با اینکه این فرآورده نسبت به‌قرص‌های ترکیبی اثربخشی کمتری درجلوگیری از بارداری دارد، اما در زنان‌میانسال افراد سیگاری افراد مبتلا به‌زیادی فشار خون بیماری‌های دریچه‌ای‌قلب دیابت یا میگرن سودمندتر ازقرص‌های ترکیبی می‌باشد.
۳ ـ در صورت استفاده قبلی از قرص‌های‌ترکیبی جلوگیری از بارداری بایدبلافاصله بعد از قطع مصرف فرآورده‌ترکیبی مصرف لوونورژسترل شروع‌شود تا مانع بارداری شود.
۴ ـ برای جلوگیری از بارداری پس اززایمان سه هفته پس از زایمان بایدمصرف این دارو شروع شود.
۵ ـ قرص‌ها باید هر روز در یک زمان معین‌مصرف شوند. در صورتی که مصرف یک‌قرص در ساعت معین فراموش شد، به‌محض به یاد آوردن باید مصرف شود وقرص‌های بعدی طبق روال معمول مصرف‌شوند اما اگر مصرف قرص بیشتر از ۳ساعت به تاخیر افتاد، علاوه بر خوردن‌قرص‌های بعدی از آن روز بمدت یک هفته‌از یک روش دیگر جلوگیری از بارداری نیزاستفاده شود.
۶ ـ استفراغ و اسهال شدید در جذب شکل‌خوراکی این دارو اختلال ایجاد می‌کنندواثربخشی آن را کاهش می‌دهند. به همین‌دلیل طی استفراغ و اسهال شدید و تا یک‌هفته پس از قطع آن باید از یک روش دیگرجلوگیری از بارداری نیز استفاده شود.
۷ ـ طی دوره مصرف این دارو، فشار خون‌فرد باید دائما کنترل شود.
۸ ـ در مورد فرآورده‌های کاشتنی ۵ سال‌پس از کاشتن کپسولها در زیر جلد، بایدآنها را به روش جراحی ساده از زیر جلدبرداشت مقدار مصرف روزانه یک قرص بطور مداومو از روز اول سیکل قاعدگی مصرف‌می‌شود. فرم کاشتنی حاول ۶ کپسول است‌که در ۵ روز اول سیکل قاعدگی ماهیانه یا ۲۱روز پس از زایمان با روش‌های جراحی درزیر جلد کاشته می‌شود.
اشکال دارویی
Tablet: ۰.۰۳ mg
mg,Implants : ۶ ۳۶

LEVOTHYROXINE SODIUM

موارد مصرف لووتیروکسین برای‌تشخیص و درمان کم‌کاری تیروئید،پیشگیری و درمان گواتر و سرطان‌تیروئید و نیز بررسی عملکرد تیروئید بکارمی‌رود.
مکانیسم اثر: هورمونهای تیروئیدی دارای‌دو اثر آنابولیک و کاتابولیک می‌باشند و درمتابولیسم طبیعی رشد و تکامل خصوص? تکامل سیستم عصبی کودکان‌نقش دارند.
فارماکوکینتیک جذب دارو متغیر و ناقص‌است (بین ۵۰–۷۰ درصد) خصوص ?وقتی‌با غذا مصرف شود. زمان رسیدن به‌حداکثر اثر ۳–۴ هفته است و پس از قطع‌دارو اثر آن برای ۱–۳ هفته باقی می‌ماند.نیمه عمر دارو بسته به وضعیت تیروئیدبیمار متفاوت است و

در افراد با عملکردطبیعی تیروئید حدود ۶-۷ روز، درمبتلایان به کم کاری تیروئید ۹-۱۰ روز ودر پرکاری تیروئید ۳-۴ روز می‌باشد.

موارد منع مصرف این دارو درتیروتوکسیکوز، سابقه پرکاری تیروئید،حساسیت به هورمونهای تیروئیدی وبیماریهای قلبی ـ عروقی (آنژین صدری آترواسکلروزیس بیماری سرخرگ کرونر، زیادی فشار خون و انفارکتوس‌میوکارد) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت نارسایی هیپوفیزقدامی یا غده فوق کلیوی قبل از شروع‌مصرف دارو (برای جلوگیری از نارسایی‌حاد غده فوق کلیوی درمان باکورتیکواستروئید باید شروع شود.

۲ ـ در افراد مسن بیماران قلبی ـ عروقی بیماران مبتلا به دیابت با احتیاط تجویزمی‌شود.

۳ ـ در بیماران دیابتی ممکن است به‌افزایش مقدار مصرف داروهای ضد دیابت‌نیاز باشد.

۴ ـ در دوران بارداری ممکن است‌اندازه گیری تیروتروپین سرم برای تنظیم‌مقدار مصرف دارو لازم باشد.

۵ ـ بیماران با میکزدم یا کم‌کاری طولانی‌مدت تیروئید ممکن است به اثرات‌هورمونهای تیروئیدی حساس‌تر باشند.

عوارض جانبی عوارض معمولا با مصرف‌مقادیر بالای دارو ایجاد شده و به صورت‌درد آنژینی آریتمی قلبی طپش قلب کرامپ‌های عضلانی تاکی کاردی اسهال استفراغ لرزش بی‌قراری تحریک‌پذیری بی‌خوابی سردرد، گرگرفتگی تعریق کاهش وزن و ضعف عضلانی بروزمی‌نماید.

تداخل‌های دارویی در صورت تجویزهمزمان با داروهای ضد انعقاد، تنظیم‌مقدار مصرف آنها براساس زمان‌پروترومبین لازم است کلستیرامین سبب‌تأخیر و جلوگیری از جذب دارو می‌شود،بنابراین بین تجویز دو دارو باید ۴-۵ساعت فاصله باشد. مصرف همزمان باداروهای مقلد سمپاتیک اثر دارو را زیادمی کند و در افراد مبتلاـ به بیماری‌سرخرگ کرونر که داروی مقلد سمپاتیک‌دریافت می کنند، خطر تشدید بیماری کرونر وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو به میزان تجویزشده و در زمان معینی از روز مصرف‌شود.

۲ ـ در موارد جراحی و اورژانس پزشک‌باید از مصرف دارو مطلع گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا ۵۰-۱۰۰mcg/day(۵۰ میکروگرم برای افراد بالای ۵۰ سال که ترجیح ?قبل از صبحانه مصرف‌می‌شود و تا رسیدن به متابولیسم نرمال‌هر ۳-۴ هفته ۵۰ میکروگرم به آن اضافه‌می‌شود (معمولا تا رسیدن به ۱۰۰-۲۰۰mcg/day)، در صورت وجودبیماری قلبی ابتدا ۲۵mcg/day یا ۵۰میکروگرم یک روز در میان که هر هفته ۲۵میکروگرم افزایش می‌یابد.

کودکان برای درمان کم‌کاری تیروئیدمادرزادی ۲۵mcg/day که تا ظهور علائم‌خفیف سمیت هر ۲-۴ هفته ۲۵ میکروگرم‌افزایش می‌یابد، سپس برای رفع علائم‌مقدار مصرف را باید کمی کاهش داد. درمیکزدم جوانی (کودکان بالای یکسال مقدار مصرف اولیه ۲/۵-۵mcg/dayمی‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۰.۱ mg

LIOTHYRONINE SODIUM

موارد مصرف لیوتیرونین برای تشخیص ودرمان کم‌کاری تیروئید، پیشگیری ودرمان گواتر و سرطان تیروئید و همچنین‌بررسی عملکرد تیروئید بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: هورمونهای تیروئیدی دارای‌دو اثر آنابولیک و کاتابولیک می‌باشند و درمتابولیسم طبیعی رشد و تکامل خصوص?

تکامل سیستم عصبی کودکان‌نقش دارند.

فارماکوکینتیک تقریب ?۹۵ درصد دارو ازراه خوراکی جذب می‌شود. اتصال‌پروتئینی دارو بالا ـ (بیش از ۹۹ درصد)می‌باشد و مقادیر کمی از آن در کبدمتابولیزه و در صفرا ترشح می‌شود. زمان‌رسیدن به حداکثر اثرات درمانی ۴۸–۷۲ساعت است و پس از قطع دارو، اثر آن تا۷۲ ساعت باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف این دارو درتیروتوکسیکوز، سابقه پرکاری تیروئید،حساسیت به هورمونهای تیروئیدی وبیماریهای قلبی ـ عروقی (آنژین صدری آترواسکلروز، بیماری سرخرگ کرونر،زیادی فشار خون و انفارکتوس میوکارد)نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در افراد مسن بیماران قلبی ـعروقی بیماران مبتلا به دیابت با احتیاطتجویز شود.

۲ ـ در بیماران دیابتی ممکن است نیاز به‌افزایش مقدار مصرف داروهای ضد دیابت‌باشد.

۳ ـ در دوران بارداری ممکن است‌اندازه گیری تیروتروپین سرم برای تنظیم‌مقدار مصرف دارو لازم باشد.

۴ ـ بیماران با میکزدم یا مبتلایان به‌کم‌کاری طولانی مدت تیروئید ممکن است‌به اثرات هورمونهای تیروئیدی حساس‌ترباشند.

عوارض جانبی درد آنژینی آریتمی قلبی طپش قلب کرامپ‌های عضلانی تاکی‌کاردی اسهال استفراغ لرزش بی‌قراری تحریک‌پذیری بی‌خوابی سردرد،گرگرفتگی تعریق کاهش وزن و ضعف‌عضلانی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان با داروهای ضد انعقاد خوراکی تنظیم مقدار مصرف آنها براساس زمان‌پروترومبین لازم است کلستیرامین سبب‌تأخیر و جلوگیری از جذب دارو می‌شود،بنابراین بین تجویز دو دارو باید ۴–۵ ساعت‌فاصله باشد. مصرف همزمان با داروهای‌مقلد سمپاتیک اثر دارو را زیاد می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو به میزان تجویزشده و در زمان معینی از روز مصرف‌شود.

۲ ـ هنگامی که اثر سریع یا قابل برگشت‌موردنظر باشد و نیز اگر جذب گوارشی یاتبدیل محیطی T۴ به T۳ دچار اختلال شده‌باشد، این دارو بر لووتیروکسین ترجیح‌داده می‌شود. تنظیم مقدار مصرف این‌دارو مشکل‌تر است و ممکن است عوارض‌قلبی ایجاد کند.

۳ ـ اگر علائم پرکاری تیروئید رخ دهد، بایددارو به مدت ۲–۳ روز قطع شود و سپس‌مقدار کمتری از دارو شروع گردد.

مقدار مصرف ابتدا ۲۰ mcg/day که به‌تدریج تا ۶۰ mcg/day در ۲–۳ مقدار منقسم‌افزایش می‌یابد. افراد مسن باید مقدار اولیه‌را به میزان کمتری دریافت کنند و بتدریج‌افزایش داده شود.

اشکال دارویی

Scored tab: ۲۵ mcg

MEDROXYPROGESTERONE ACETATE

موارد مصرف مدروکسی پروژسترون دردر درمان سرطان پستان در دوران‌یائسگی هیپرپلازی آندومتر و نیز سندرم‌پلی‌کیستیک تخمدان مصرف می‌شود. دردرمان کارسینومای متاستاتیک کلیوی کار سینومای آندومتر و آندومتریوزکنترل آمنوره ثانویه خونریزیهای نامنظم‌رحم به عنوان جانشین درمانی هورمونی‌در زنان یائسه و نیز ارزیابی میزان تولیدآندروژن و استروژن بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو دارای خواص‌پروژستینی آندروژنی و گلوکوکورتیکوئیدی است

فارماکوکینتیک نیمه عمر دارو حدود۱۶–۲۴ ساعت می‌باشد. متابولیسم داروعمدت ?کبدی است و قسمت اعظم آن از راه‌مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود آبستنی خونریزی واژن اختلال‌کبدی و یا بیماریهای فعال کبد، بیماری حادشریانی

سرطان پستان و یا دستگاه‌تناسلی و نیز پورفیری نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ به دنبال قطع مصرف‌مدروکسی پروژسترون تزریقی بویژه درزنان چاق تاخیر عملکرد جسم زرد دیده‌می‌شود.

۲ ـ در بیماران دیابتی مبتلایان به زیادی‌فشار خون و یا بیماریهای قلبی و کلیوی‌دارو با احتیاط تجویز شود.

۳ ـ در صورت کاهش بینایی اگزوفتالمی دوبینی میگرن و اختلال ترومبوتیک‌مصرف تمام پروژستین‌ها باید قطع شود.

۴ ـ در زنـانی که از این دارو برای جلوگیری‌از بارداری اسـتفاده نموده‌انـد بطورمتوسط تا ۱۰ ماه پس از قطع مصـرف امکان باروری وجود ندارد.

۵ – زنـان زیر ۳۵ سال که از دارو برای‌جلوگیری از بارداری اسـتفاده می‌کننـد، طی۴ سال اول مصـرف با افزایش خطرسرطان پستان مواجه هستند.

عوارض جـانبی بـا مصـرف مقـادیر بالاـی‌دارو، تورم صورت زانو و پاهـا دیـده‌می‌شود. از دیگر عوارض دارو می‌توان ازآکنه کهیر، احتبـاس آب تغییر وزن اختلالاـت دسـتگاه گوارش تغییر میـل جنسـی نـاراحتی پسـتان‌ها، علائـم پیش از قاعـدگی خونریزی نامنظم قاعدگی افسردگی بی‌خوابی طاسی و ریزش مو، پرموئی وواکنش شبه آنافیلاکتوئید را نام برد.

نکات قابل توصیه در صورت مشکوک شدن‌به آبستنی مصرف دارو فور ?قطع شود.

مقدار مصرف

خوراکی

در کنـترل آمنـوره ثـانویه ۵-۱۰mg/day به‌مـدت ۵-۱۰ روز تجـویز می‌شـود کـه در هرزمـانی از سـیکل می‌توانـد مصـرف شـود. درخونریزی غیرفونکسیونل رحم ۱۰-۵mg/day به مدت ۵-۱۰ روز تجویز می‌شودکه از روز ۱۶ و یا ۲۱ سیکل قاعدگی بایدآغاز شود. برای تحریک بروز قاعـدگی ۱۰ mg/day به مدت ۱۰ روز مصـرف‌می‌شود که از روز ۱۶ سیکل آغاز می‌شود.در کارسینوم آنـدومتر و کلیه در ابتداء ۴۰۰-۱۰۰۰ میلی‌گرم هفته‌ای یکبار تجویزمی‌شود و مقـدار نگهدارنـده آن ۴۰۰میلی‌گرم یـا بیشتر یکبار در ماه می‌باشد.

در سرطان پستان خانم‌های یائسه ۴۰۰ mg/day و در مقادیر منقسم مصرف‌می‌شود. در آندومتریوز، ۴۰-۱۰ mg/dayبه مدت ۶-۹ ماه مصرف می‌شود.

به منظور ارزیابی ترشـح استروژن‌آندوژن به میزان ۱۰ mg/day به مدت۵-۱۰ روز مصرف می‌شود. در درمان‌هیپرپلازی آندومتر، ۱۰ mg/day و به مدت۳-۶ ماه مصـرف می‌شود. به منظورجانشـین درمانی هورمونی در خانم‌های‌یائسه ۵-۱۰mg/day به مدت ۱۰-۱۴ روزدر اول سیکل قاعدگی همراه با تجویز توأم‌استروژن تجویز می‌شود.

تزریقی

به منظور جلوگیری از بارداری مقدار ۱۵۰ میلی‌گرم هر سه ماه یکبار تزریق‌عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵mg, ۲۵۰ mg

Injection: ۱۵۰ mg/ml, ۵۰۰ mg/۵ml

MEGESTROL ACETATE

موارد مصرف مژسترول در درمان‌سرطان پستان و آندومتر، بی‌اشتهایی کاشکسی و کاهش شدید وزن و نیزسرطان پیشرفته پروستات مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به گیرنده‌های خوددر داخل سلولهای سرطانی متصل وموجب تحریک ساخته شدن پروتئین‌های‌خاص در هسته سلول می‌شود. همچنین باافزایش اشتها و اثرات متابولیک خودموجب افزایش وزن می گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود. مژسترول در کبدمتابولیزه و از طریق ادرار دفع می گردد.

موارد منع مصرف در مواردی مثل‌خونریزی تشخیص داده نشده واژن نارسایی کبدی یا بیماری فعال کبدی بیماری شدید شریانی پورفیری سرطان‌پستان یا اعضای تناسلی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: در مبتلایان به زیادی فشار خون‌و بیماری قلبی یا کلیوی باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی آکنه کهیر، احتباس‌مایعات تغییر وزن اختلال گوارشی تغییردر میل جنسی احساس ناراحتی درپستان علائم شبیه سندرم پیش ازقاعدگی سیکل قاعدگی نامنظم افسردگی بی‌خوابی خواب‌آلودگی طاسی پرمویی واکنش‌های شبه‌آنافیلاکسی از عوارض‌مهم این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی ریفامپین موجب‌افزایش متابولیسم کبدی مژسترول‌می‌شود. این دارو متابولیسم‌سیکلوسپورین را مهار می کند و موجب‌افزایش غلظت پلاسمایی آن می‌شود.داروهایی مانند کاربامازپین فنوباربیتال‌و فنی‌توئین نیز با افزایش سرعت‌متابولیسم کبدی مژسترول غلظت‌پلاسمایی و در نتیجه اثربخشی آن راکاهش می‌دهند.

نکات قابل توصیه در صورت مشکوک‌بودن به آبستنی مصرف دارو باید قطع وبه پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف در سرطان پستان

۱۶۰mg/day به‌صورت مقدار واحد یا درمقادیر منقسم در سرطان آندومتر ۴۰-۳۲۰mg/day در مقادیر منقسم درسرطان پیشرفته پروستات ۱۲۰mg/dayبه همراه روزانه ۰/۱ میلی گرم‌دی‌اتیل‌استیل بسترول و در بی‌اشتهایی وکاهش شدید وزن ۸۰۰ mg/day در ماه اول‌و سپس ۸۰۰-۴۰۰ mg/day بمدت سه ماه مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۴۰ mg

(MENOTROPINS (HMG

موارد مصرف منوتروپین‌ها همراه با HCGبه منظور تحریک تخمک‌گذاری و باروری‌در آن دسته از بیماران مبتلا به اختلال‌عملکرد تخمدانی که دچار نارسائی اولیه‌تخمدان نباشند، استفاده می‌شود. بطورکلی منوتروپین‌ها در بیماران مبتلا به‌کم‌کاری غدد جنسی ناشی از هیپوتالاموس‌که به کلومیفن پاسخ نداده‌اند، داروی‌انتخابی برای القاء تخمک‌گذاری می‌باشند.مصرف همزمان منوتروپین و HCGبه‌منظور تحریک و تسریع تکامل سلولهای‌تخمک در تکنیک‌های باروری خارج از بدن IVF) بکار برده می‌شود. این ترکیب‌دارویی همچنین به منظور تحریک‌اسپرماتوژنز در مردان مبتلاـ به کم‌کاری‌بیضه‌ها ناشی از کمبود گنادوتروپین اولیه‌یا ثانویه استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: منوتروپین‌ها حاوی LH وFSH می‌باشند. ترکیب اینـدو هورمون‌موجب تحریک رشد فولیکول و بلوغ آن‌می‌گردد. تجویز متوتروپین‌ها، بدنبال‌تجویز HCG و افزایش‌غلظت‌تستوسترون موجب القاء اسپرماتوژنز می گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از طریق کلیه دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت وجودخونریزی غیر طبیعی واژن با علت‌نامشخص و همچنین در کیست تخمدان یابزرگی بیش از حد تخمدان‌ها که مربوط به‌سندرم تخمدان پلی کیستیک نمی‌باشد،نباید از منوتروپین‌ها استفاده شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده از منوتروپین‌ها برای‌القاء تخمک‌گذاری در زنان نابارور، همراه‌با شیوع بالای حاملگی چندقلو یا چندقلوزائی

می‌باشد. این امر می‌تواند خطرتولد نوزدان نارس و سایر مشکلات همراه‌با حاملگی چندقلو را افزایش دهد.
۲ـ رژیم دارویی بسته به پاسخ هر بیمارمتغیر بوده و چنانچه تخمدانها بطورغیرطبیعی بزرگ شده یا غلظت استرادیول‌سرم در روز آخر درمان با منوتروپین‌ها،بیش از حد افزایش یافته باشد، نباید HCGرا تجویز نمود.
عوارض جانبی از عوارض شایع مصرف‌دارو در خانمها می‌توان به بزرگ شدن‌تخمدانها یا کیست تخمدانی خفیف تامتوسط، درد، تورم و تحریک در ناحیه‌تزریق بروز بثورات جلدی در سطح بدن یادر محل تزریق و نیز چند قلوزائی اشاره‌نمود.
نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو باید به میزان‌مناسب تجویز گردد و در حین درمان بیمار کاملا تحت‌نظر و کنترل پزشک قرارگیرد.
۲ـ وجود مشکلاتی همچون خونریزی‌های‌غیر طبیعی واژن و نیز کیست یا بزرگی‌تخمدان‌ها موجب تغییر پاسخ بیمار به‌درمان دارویی می‌شود.
۳ـ طی درمان درجه حرارت روزانه بدن ونیز زمان مقاربت باید دقیق ?ثبت گردد.
مقدار مصرف میزان داروی تجویزی بایستی بطور انفرادی و براساس نیاز هربیمار، بر مبنای پاسخ بالینی وی تنظیم‌گردد. در صورت عدم وقوع تخمک‌گذاری‌پس از یک دوره درمان رژیم درمانی رامی‌توان مجدد ?تکرار نمود. در صورتیکه‌پس از ۲ دوره درمان باز هم تخمک‌گذاری‌رخ ندهد، باید حتی‌المقدور از شیوه‌های‌دیگر درمان استفاده گردد.
به منظور القاء تخمک‌گذاری ۷۵ واحد LHو۷۵ واحد FSH، یکبار در روز و به مدت ۷روز یا بیشتر به شکل تزریق عضلانی‌تجویز می‌شود که بدنبال آن ۵۰۰۰تا۱۰/۰۰۰ واحد HCG یک روز پس ازآخرین مقدار مصرف منوتروپین‌ها،تجویز می‌شود. در صورت نیاز، می‌توان‌مقدار مصرف دارو را به ۷۵–۱۵۰ واحدFSH و ۷۵–۱۵۰ واحد LH هر ۴ ساعت‌یکبار و به مدت ۵ روز افزایش داد.
در درمان ناباروری مردان و کم‌کاری‌بیضه‌ها ناشی از کمبود گنادوتروپین‌ها ۷۵واحد FSH و ۷۵ واحد LH بطریق تزریق‌داخل عضلانی ۳ بار در هفته (به اضافه۲۰۰۰ واحد HCG دو بار در هفته و به‌مدت حداقل ۴ ماه تجویز می‌شود. درصورتیکه اسپرماتوژنز، پس از چهار ماه‌افزایش نیافته باشد، میزان تجویز را باید به‌میزان ۱۵۰ واحد FSH و ۱۵۰ واحد LH، سه‌بار در هفته (بدون ایجاد تغییر در میزانHCG)، افزایش داد.
اشکال دارویی
Injection: ۷۵ IU FSH + ۷۵ IU LH

METFORMIN HCl

موارد مصرف مت‌فورمین در درمان دیابت‌غیروابسته به انسولین بکار می‌رود. این‌دارو بویژه برای درمان بیماران دیابتی‌غیروابسته به انسولین که به رژیم غذایی‌پاسخ نداده‌اند و همچنین در بیمارانی که‌اضافه وزن دارند، به‌کار می‌رود.
مکانیسم اثر: مت‌فورمین از طریق کاهش‌گلوکونئوژنز و افزایش مصرف محیطی‌گلوگز اثر می‌کند. از آنجا که تنها در حضورانسولین آندوژن موثر می‌باشد تنها درافرادی موثر است که بخشی از سلول‌های‌پانکراس آنها سالم باشد. تصور می‌شودکه مت‌فورمین تعداد و یا قدرت اتصال‌انسولین به گیرنده‌های غشاء سلول بویژه‌گیرنده‌های محیطی را افزایش می‌دهد.
فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو ۵۰–۶۰درصد است ولی غذا، سرعت و میزان جذب‌دارو را کاهش می‌دهد. نیمه عمر دارو ۶/۲ساعت است و بطور عمده به‌صورت تغییرنیافته از کلیه‌ها دفع می‌شود.
موارد منع مصرف دارو در مواردی مانندبیماریهای کبدی و کلیوی بیماریهای قلبی استعداد ابتلا به اسیدوز لاکتیک عفونت‌شدید، سوختگی شدید، جراحی تروما،دهیدراتاسیون اغمای دیابتی وکتواسیدوز دیابتی نباید مصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ در افراد مسن به دلیل احتمال‌وجود بیماریهای عروق محیطی و یااختلال عملکرد کلیوی دارو باید با احتیاطمصرف

شود.

۲ ـ در شرایطی مانند اسهال استفراغ فلج‌معده انسداد روده و دیگر شرایطی که‌جذب غذا را به تأخیر می‌اندازد، ممکن است‌تغییر مقدار مصرف دارو لازم بوده و یاانسولین جایگزین آن شود.

۳ ـ در پرکاری یا کم‌کاری تیروئید تنظیم‌مقدار مصرف دارو لازم است

عوارض جانبی مهمترین عوارض جانبی‌ناشی از مت‌فورمین بی‌اشتهایی تهوع استفراغ اسهال (معمولا زودگذر)،اسیدوزلاکتیک (قطع درمان لازم می‌باشد) و کاهش‌جذب ویتامین B۱۲ می‌باشند.

تداخل‌های دارویی سایمتیدین آمیلوراید،بلوک کننده‌های کانال کلسیم دیگوکسین مرفین پروکائین آمید، کینین رانیتیدین تریامترن تری‌متوپریم و وانکومایسین که‌توسط انتقال توبولار کلیوی دفع می‌شوند،غلظت پلاسمایی مت‌فورمین را افزایش‌داده و با کلیرانس کلیوی آن تداخل می‌کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف مت‌فورمین‌باید به مدت ۲ روز قبل از جراحی یااستفاده از مواد حاجب برای آزمایشات‌پزشکی قطع شود.

۲ ـ در صورت بروز علائم اسیدوز لاکتیک اسهال درد و کرامپهای عضلانی تنفس‌کوتاه و سریع خستگی ضعف وخواب‌آلودگی و یا استفراغ سریع ?به‌پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف دارو به میزان ۵۰۰ میلی‌گرم‌هر ۸ ساعت یا ۸۵۰ میلی‌گرم هر ۱۲ ساعت‌همراه یا بعد از غذا مصرف می‌شود.حداکثر مقدار مصرف ۳-۲ g/day درمقادیر منقسم می‌باشد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

METHIMAZOLE

موارد مصرف متی‌مازول در درمان‌پرکاری تیروئید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق ممانعت ازاتصال ید به تیروزین و جفت شدن‌یدوتیروزین‌ها باعث مهار ساخت هورمون‌تیروئید می‌شود.

فارماکوکینتیک جذب خوراکی متی‌مازول‌سریع است ولی تحت تأثیر غذا قرارمی‌گیرد. نیمه عمر متی‌مازول حدود ۴-۱۴ساعت است شروع اثر چند روز یا چندهفته بعد از شروع مصرف دارو است دفع‌متی‌مازول عمدت ?کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود ضعف مغزاستخوان عیب کار کبد یا عفونت باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ امکان بروز حساسیت متقاطع بین‌داروهای ضد تیروئید وجود دارد.

۳ ـ دوره درمان با دارو معمولا (شش ماه‌تا چند سال است

۴ ـ در صورت بروز علائم آگرانولوسیتوز(گلودرد، تب یا بثورات جلدی باید سریع?به پزشک مراجعه شود.

عوارض جانبی آگرانولوستیوز (تب لرز،گلودرد) زردی چشم و پوست (یرقان‌انسدادی از عوارض جانبی مهم داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای ضد انعقاد خوراکی با متی‌مازول‌ممکن است باعث افزایش اثرات ضدانعقادی این داروها شود. مصرف همزمان‌داروهای مضعف مغز استخوان بامتی‌مازول ممکن است باعث تشدیدعوارض جانبی دارو شود.

نکات قابل توصیه دارو باید هر روز درساعت مشخص مصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در پرکاری‌تیروئید (با توجه‌به شدت آن ۶۰-۱۵ mg/day به عنوان‌مقدار شروع در ۳ مقدار منقسم به مدت۶-۸ هفته مصرف می‌شود. مقدار مصرف‌نگهدارنده ۵-۳۰mg/day در ۲-۳ مقدارمنقسم است در بحران تیروئید سمی۱۵-۲۰ میلی گرم هر ۴ ساعت در روز اول‌همراه با سایر اقدامات مصرف می‌شود.

کودکان در پرکاری تیروئید مقدار شروع۰/۴ mg/kg/day در سه مقدار منقسم ومقدار مصرف نگهدارنده mg/kg/day ۰/۲در ۳ مقدار منقسم است

اشکال دارویی

Tablet: ۵ mg

METHYL PREDNISOLONE

موارد مصرف متیل پردنیزولون برای‌درمان جایگزینی در نارسایی غده فوق‌کلیوی استفاده می‌شود. این دارو همچنین‌در درمان علامتی اختلالات آلرژیک التهابی‌و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی‌استفاده می‌شود. متیل پردنیزولون درهایپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیه ادم‌مغزی و بیماریهای التهابی روماتیسمی نیزمؤثر است

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از

غشاء سلولی به گیرنده‌های خود درسیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس داروگیرنده وارد هسته سلولی می‌شود. این‌کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی ازDNA موجب تحریک روند رونویسیmRNA و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی‌می گردد که در نهایت مسئول اثرات‌سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند.کورتیکو استروئیدها با جلوگیری از تجمع‌سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهارفاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول‌در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن‌واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو حدود۹۰ ـ ۸۰ درصد بوده و نیمه عمر آن ۲-۳ساعت می‌باشد. متیل‌پردنیزولون بطورعمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافتهابه متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ ـ به صورت تزریق‌داخل مفصلی در موارد جراحی ترمیمی‌مفاصل اختلالات انعقادی خون شکستگی‌داخل مفصلی عفونت اطراف مفصل یاسابقه ابتلا ـ به آن پوکی استخوان اطراف‌مفصل به دلایلی غیر از آرتریت و مفصل‌ناپایدار نباید مصرف شود.

۲ ـ در پیشگیری از سندرم زجر تنفسی‌نوزادان در صورت وجود آمنیونیت عفونت سیستمیک یا تب عفونت با هرپس عدم کفایت جفت و پارگی زودرس غشاءنیز نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده طولانی مدت متیل‌پردنیزولون در کودکان می‌تواند منجر به‌مهار رشد شود.

۲ ـ بدنبال مصرف این دارو ممکن است‌آزمایشات بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ غده فوق کلیوی‌دچار اختلال شود.

۳ ـ در افراد مسن و بخصوص خانم‌های‌یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان وافزایش فشار خون بالا می‌رود.

۴ ـ تجویز سریع داخل وریدی مقادیربالای این دارو، ممکن است موجب کولاپس‌قلبی ـ عروقی گردد.

۵ ـ تجویز مقادیری از دارو که موجب‌تضعیف سیستم ایمنی می گردد، می‌تواندموجب کاهش پاسخ آنتی بادی سرم درهنگام تجویز همزمان واکسن‌های حاوی‌ویروس زنده گردد.

عوارض جانبی درمان درازمدت با متیل‌پردنیزولون بیمار را از جهت ابتلا ـ به‌بیماری‌های عفونی مستعد می‌کند و ازطرفی علایم عفونت را نیز پنهان می‌سازد.مصرف مقادیر زیاد این دارو می‌تواننداختلالات روانی را تشدید کند. آب مروارید،تکرر ادرار،

پرنوشی قرحه گوارشی علایم شبه کوشینگ آکنه و افزایش‌فشارخون از عوارض جانبی دارو به شمارمی‌آیند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپریمیدون موجب تسریع متابولیسم‌متیل‌پردنیزولون و کاهش اثر دارومی‌گردد. این دارو ممکن است باعث کاهش‌اثر داروهای پائین‌آورنده قند خون و یاداروهای کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش‌از ۳ هفته پرهیز شود.

۲ ـ در طول درمان مصرف سدیم بایستی‌محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.

۳ ـ معاینات چشم‌پزشکی در طول درمان‌درازمدت بطور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان متیل‌پردنیزولون استات‌به‌صورت داخل صفاقی ـ داخل مفصلی یاتزریق در بافت نرم به میزان ۸۰ ـ ۴۰میلی‌گرم استفاده می‌شود. در صورت نیازاین مقدار در فواصل ۱–۵ هفته تکرار شود.مقدار مصرف شکل سوکسینات ۱۰–۴۰میلی‌گرم بصورت داخل عضلانی یا وریدی‌است که در صورت نیاز تکرار می‌شود.مقدار شکل استات در تزریق عضلانی ۴۰–۱۲۰ میلی‌گرم است که در صورت نیازهر روز تا ۲ هفته قابل تکرار است

در موارد شدید مولتیپل اسکلروز مقدار،۱۷۶ mg/day به مدت یک هفته از شکل‌استات و یا ۱۶۰ mg/day از شکل‌سوکسینات مصرف می‌شود و سپس ۷۱میلی‌گرم از استات و یا ۶۴ میلی‌گرم ازسوکسینات یک روز در میان به مدت یک‌ماه تزریق می‌شود.

کودکان در نارسائی غده فوق کلیه۰/۲mg/kg/day یا ۳/۳ mg/m۲/day در ۳مقدار منقسم ۵۹–۳۹ mcg/kg روزی یکبارتجویز می‌شود.

اشکال دارویی

For Injection (As Sodium Succiuate):۵۰۰mg

Injection (As Acetate): ۴۰ mg/ml

METHYLTESTOSTERONE

موارد مصرف متیل تستوسترون بعنوان‌جانشین درمانی در مردان در موارد کمبودیا فقدان آندروژن‌ها، ناتوانی جنسی تاخیردر بلوغ پسران نهان بیضگی درمان کمکی‌و ثانویه سرطان پستان در زنان و درمان‌جانشینی در سندرم کلیماکتریک مردان‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو پس از ورود به داخل‌سلول به گیرنده‌های خود متصل و موجب‌تحریک ساخته شدن پروتئین‌های خاصی‌در هسته سلول می‌گردد بدین ترتیب‌موجب تحریک ساخته شدن اسپرم توسعه خصوصیات ثانویه جنسی مردانه‌و بلوغ جنسی می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود. متابولیسم دارو درکبد بسیار آهسته صورت می‌گیرد. متیل‌تستوسترون دارای نیمه عمر حدود ۳ساعت است و از طریق ادرار دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در صورت‌وجود سرطان پستان در مردان سرطان‌پروستات افزایش کلسیم خون و نفروزکلیوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود نارسایی‌قلبی کلیوی یا کبدی بیماری ایسکمیک‌قلب زیادی فشار خون صرع میگرن متاستازهای استخوانی (به دلیل خطرافزایش کلسیم خون و نیز درسالخوردگان یا قبل از بلوغ در پسران بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ به علت احتمال بسته شدن زودرس‌اپی‌فیز یا بلوغ جنسی زودرس این دارو درکودکان نابالغ با احتیاط تجویز گردد.

۳ ـ مصرف این دارو در مردان سالخورده‌ممکن است خطر برزگ شدن بافت یاسرطان پروستات را افزایش دهد.

عوارض جانبی مهم‌ترین عوارض داروعبارتند از: احتباس سدیم به همراه ادم افزایش کلسیم خون افزایش رشد توده‌استخوانی نعوظ مداوم بسته شدن‌زودرس اپی‌فیز، بلوغ زودس در پسرها،مهار ساخته شدن اسپرم در مردان بروزخواص جنسی مردان در زنان اختلال‌قاعدگی یرقان و ادم

تداخل‌های دارویی این دارو با کاهش‌غلظت فاکتورهای انعقادی اثر ضدانعقادی وارفارین را افزایش می‌دهد.همچنین ممکن است با کاهش غلظت قندخون اثر داروهای پایین آورنده قند خون‌را افزایش دهد. در صورت مصرف‌همزمان متیل تستوسترون غلظت‌پلاسمایی سیکلوسپورین را افزایش داده وخطر سمیت کلیوی آن را زیاد می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به حداقل‌رساندن دل آشوبه این دارو بهتر است‌همراه با غذا مصرف شود.

۲ ـ در صورت بروز علائم مردانه در زنان‌مقدار مصرف دارو را باید کاهش داد یامصرف دارو را قطع کرد.

مقدار مصرف برای جانشین درمانی‌هورمونی در مردان در مواردی مثل‌ناتوانی جنسی سندرم کلیماکتریک وهیپوگنادیسم ۵۰ mg/day ـ ۱۰ و در نهان‌بیضگی ۱۰ میلی‌گرم ۳ بار در روز،مصرف می‌شود. در سرطان پستان درزنان ۵۰ میلی‌گرم ۴ـ۱ بار در روز مصرف‌می‌شود، که بعد از ۴ ـ ۲ هفته در صورت‌بروز پاسخ مقدار دارو به ۵۰ میلی‌گرم ۲بار در روز کاهش می‌یابد. در بلوغ به‌تاخیر افتاده در پسران ۲۵ ـ ۵ میلی‌گرم درروز بمدت ۶ ـ ۴ ماه تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۲۵ mg

NANDROLONE

موارد مصرف ناندرولون برای درمان‌استئوپروز دوران یائسگی و نیز آنمی‌آپلاستیک درمان روندهای کاتابولیک وسرطان پستان بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دارو با افزایش ساخت‌پروتئین و تحریک اشتها، افزایش تولیداریتروپوئیتین و احتمالا اثر مستقیم بر مغزاستخوان افزایش میزان هموگلوبین وگلبولهای قرمز خون اثرات فارماکولوژیک‌خود را اعمال می‌نماید.

فارماکوکینتیک دفع دارو کلیوی بوده ومقدار کمی نیز از طریق مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در مواردی‌چون عیب شدید کار کبد، سرطان‌پروستات سرطان پستان در مردان پورفیری نفروز، افزایش کلسیم خون سرطان پستان منتشر در زنان همراه باازدیاد کلسیم خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماریهای قلبی و کلیوی بیماریهای کبدی زیادی فشار خون دیابت صرع میگرن متاستاز استخوانی‌دارو با احتیاط تجویز شود.

۲ ـ در کودکان و نوجوانان خطر انسدادزودرس اپی‌فیز وجود داشته و احتمال‌بلوغ زودرس مردان و بروز صفات ثانویه مردان در زنان نیز وجود دارد.

۳ ـ مصرف استروئیدهای آنابولیک درمردان مسن با خطر بزرگ شدن و سرطان‌پروستات همراه است

عوارض جانبی عوارض دارو عبارتند ازآنکه احتباس سدیم به همراه خیز، بروزصفات ثانویه جنسی مردانه مانند تغییرات‌صدا (گاهی غیرقابل برگشت ، فقدان‌قاعدگی مهار اسپرماتوژنز، انسداد اپی‌فیزقبل از بلوغ تستهای غیرطبیعی عملکردی‌کبدی تومورهای کبدی گهگاه بدنبال‌درمان طولانی مدت با استروئیدهای‌آنابولیک بروز می‌کنند.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان‌آدرنوکورتیکوئیدها، کورتیکوتروپین غذاها و داروهای حاوی سدیم باناندرولون موجب تشدید عوارض جانبی‌دارو می‌شود: ضد التهاب‌های غیراستروئیدی سالیسیلات‌ها و داروهای‌ضد انعقاد اثراتشان تقویت می‌شود.داروهای

ضد دیابت موجب کاهش اثرات‌دارو شده و داروهای هپاتوتوکسیک‌عوارض کبدی دارو را افزایش می‌دهند.سوماتروپین نیز اثرات دارو بر بلوغ‌زودرس را تشدید می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ نئوپلاسم کبدی درمصرف طولانی مدت و با مقادیر بالای‌دارو گزارش شده است

۲ ـ برای افزایش اثر درمانی دارو باید ازرژیم غذائی غنی از پروتئین و کالری‌استفاده نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان دارو به میزان ۵۰ میلی گرم هرسه هفته از طریق تزریق عمیق داخل‌عضلانی تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Injection (As Decanoate): ۲۵ mg/ml

Injection (As Propionate): ۲۵ mg/ml

OXYMETHOLONE

موارد مصرف اکسی متولون یک استروئیدآنابولیک است که مانند سایراستروئیدهای انابولیک در درمان کم خونی‌ناشی از ضعف شدید مغز استخوان وپیشگیری از عواقب آنژیوادم ارثی و یادرمان تاخیر در رشد، مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: استروئیدهای انابولیک بادخالت در متابولیسم پروتئین‌ها و تحریک‌اشتها باعث تغییر ذخیره پروتئین‌می‌شوند. همچنین با افزایش تولیداریتروپوئیتین و افزایش میزان گلبول‌های‌قرمز و هموگلوبین باعث بهبود کم خونی‌می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت ابتلاء به‌سرطان پستان عیب شدید کار کبد،افزایش شدید کلسیم خون و سرطان‌پروستات نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود ناراحتی‌قلبی یا سابقه انفارکتوس میوکارد باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ این دارو ممکن است باعث کاهش قندخون در افراد دیابتی شود.

عوارض جانبی آکنه یا روغنی شدن پوست بزرگ شدن کلیتوریس در زنان یا آلت‌تناسلی مردانه خشن شدن صدا در زنان اختلالات قاعدگی و رشد غیر طبیعی مو،افزایش نعوظ در مردان تحریک پذیری‌مثانه حساس شدن پستان‌ها وژینکوماستی از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان اکسی‌متولون با داروهای ضد انعقاد ممکن است‌باعث افزایش اثرات این داروها شود.مصرف همزمان با سایر داروهای سمی‌برای کبد ممکن است باعث تشدید عوارض‌سمی دارو بر روی کبد شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ درمان با دارو باید باحداقل مقدار مصرف شروع شود.

۲ ـ مصرف رژیم غذائی متعادل از نظرپروتئین و کالری برای دست‌یابی به اثرات‌درمانی مناسب لازم است

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۵mg/kg/day ـ ۱مصرف می‌شود. برای درمان کم‌خونی‌ممکن است به ۶ ـ ۳ ماه درمان نیاز باشد.

کودکان در نوزادان و کودکان نارس‌مقدار ۱۸mg/kg/day یا ۵mg/m۲ بصورت‌مقدار واحد مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet : ۵۰ mg

PARATHORMON

موارد مصرف از این هورمون در درمان کم‌کاری حاد غده پاراتیروئید همراه با تتانی به منظور افزایش غلظت کلسیم پلاسمااستفاده می‌شود. در مصرف طولانی مدت‌این دارو، استفاده از کلسیم بهمراه ویتامینD ترجیح داده می‌شود. این دارو همچنین‌در تشخیص افتراقی کم‌کاری غده‌پاراتیروئید بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: هورمون پاراتیروئید با اثر برروی استخوان کلیه‌ها و دستگاه گوارش‌بر روی تعادل کلسیم پلاسما نقش دارد.این هورمون تخریب استخوان را افزایش‌می‌دهد و تشکیل ۱ و ۲۵ ـ دی هیدروکسی‌کوله کلسیفرول را در کلیه‌ها تحریک‌می‌کند. همچنین این هورمون دفع کلیوی‌فسفات غیرآلی و کلسیم و جذب روده‌ای‌کلسیم و فسفات را افزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک این هورمون تنها از راه‌تزریقی قابل استفاده است در کبد یا کلیه‌تجزیه و به اجزای پپتیدی تبدیل می‌گردد.کمتر از یک درصد دارو از راه ادرار دفع‌می‌شود. نیمه عمر کوتاهی دارد اثر آن به‌کندی شروع می‌شود ولی تا ۳۶ ساعت‌باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در افرادی که غلظت‌خونی کلسیم آنها بالا می‌باشد، این دارونباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ تتانی ناشی از اختلالات‌متابولیسمی که ارتباط با کارکرد غیرطبیعی پاراتیروئید ندارد، نباید با این دارودرمان شود.

۲ ـ از آنجا که شروع اثر دارو کند است برای تخفیف سریع بیماری تجویز داخل‌وریدی کلسیم ضروری است

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد این‌دارو ممکن است موجب افزایش بیش از حدکلسیم پلاسما و در نتیجه موجب بروزضعف بی‌اشتهائی استفراغ اسهال و درنهایت اغماء و مرگ شود. در صورت بالابودن میزان کلسیم پلاسما به مدت طولانی امکان رسوب کلسیم در بافت‌های نرم نظیرکلیه‌ها وجود دارد.

مقدار مصرف در تتانی شدید ناشی از کم‌کاری پاراتیروئید، مقدار ۴۰ ـ ۲۰ واحد هر۱۲ ساعت یکبار مصرف می‌شود. درتشخیص افتراقی کم‌کاری غده پاراتیروئیدمقدار ۲۰۰ واحد پاراتورمون بصورت‌داخل وریدی تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Injection : ۱۰۰ U/ml

PREDNISOLONE

موارد مصرف پردنیزولون برای درمان‌جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی‌استفاده می‌شود. این دارو همچنین دردرمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژیک‌و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی‌استفاده می‌شود. پردنیزولون درهیپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیه بیماریهای التهابی روده بیماریهای‌رماتیسمی و ادم مغزی نیز موثر است

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاءسلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و کمپلکس دارو گیرنده واردهسته سلول میشود. این کمپلکس با اتصال‌به نواحی خاصی از DNA موجب تحریک‌روند رونویسی mRNA و بدنبال آن ساخت‌آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت مسئول‌اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدهامی‌باشند. کورتیکواستروئیدها باجلوگیری از تجمع سلولهای التهابی درناحیه التهاب مهار فاگوسیتوز و آزاد

شدن آنزیم‌های مسئول در التهاب و مهارساخت و آزاد شدن واسطه‌های شیمیایی‌التهاب اثرات ضد التهابی خود را اعمال‌می‌کند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو، حدود ۹۰ـ۸۰٪ بوده و نیمه عمر آن ۳ ـ ۲ ساعت‌می‌باشد. پردنیزولون بطور عمده در کبد ومقادیری نیز در کلیه و بافتها به‌متابولیت‌های غیر فعال تبدیل می‌شود.متابولیت‌ها از کلیه دفع می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت وجودعفونت‌های سیستمیک که با وجودداروهای ضد میکروبی اختصاصی درمان‌نشده‌اند، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده طولانی مدت‌پردنیزولون در کودکان میتواند منجر به‌مهار رشد شود.

۲ ـ بدنبال مصرف این دارو ممکن است‌تست‌های بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس – هیپوفیز ـ غده فوق کلیوی‌دچار اختلال شود.

۳ ـ در افراد مسن و بخصوص زنان یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش‌فشار خون بالا میرود.

۴ ـ با تجویز مقادیر بیش از ۷/۵mg/day ممکن است علائمی شبیه سندرم کوشینگ‌ظاهر شود.

۵ ـ در افراد با سابقه ابتلا به سل زیادی‌فشار خون سکته اخیر قلبی نارسایی‌احتقانی قلب اختلال عملکرد کلیه و کبد،دیابت یا سابقه فامیلی این بیماری اختلالات روحی و روانی حاد، صرع زخم‌های گوارشی و کم‌کاری تیروئید بااحتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی درمان دراز مدت باپردنیزولون بیمار را از جهت ابتلا به‌بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و از طرفی‌علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف‌مقادیر بالای پردنیزولون می‌تواند‌اختلالات روانی را تشدید کند. کاهش و یاتاری دید، تکرر ادرار و پرنوشی قرحه‌گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه وافزایش فشار خون از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌دارو با ریفامپین داروهای ضد صرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی توئین وپریمیدون موجب تسریع متابولیسم‌پردنیزولون وکاهش اثر دارو می‌گردد. این‌دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای‌پائین آورنده قند خون و یا داروهای‌کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به حداقل‌رساندن تحریک گوارشی شکل خوراکی‌پردنیزولون باید بعد از غذا مصرف شود.

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو بعد ازاستفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیزشود.

۳ ـ در طول درمان مصرف سدیم بایدمحدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.

۴ ـ معاینات چشم پزشکی در طول درمان‌دراز مدت بطور مرتب بایدانجام گیرد.

مقدار مصرف در ابتدا ۲۰mg/day ـ ۱۰ (درصورت شدت بیماری حداکثر ۶۰mg/day)ترجیحا در هنگام صبح و بعد از صبحانه مصرف می‌شود. این مقدار مصرف ممکن‌است طی چند روز کاهش یافته و یا آنکه‌نیاز به تداوم مصرف به مدت چند هفته تاچند ماه باشد. درمان نگهدارنده بطورمعمول ۱۵ mg/day ـ ۲/۵ بوده ولی ممکن‌است به مقادیر بالاتر نیز نیاز باشد.

اشکال دارویی

Tablet : ۵ mg, ۵۰ mg

PREDNISONE

موارد مصرف پردنیزون برای درمان‌جایگزینی در نارسایی غده فوق کلیوی‌استفاده می‌شود. این دارو همچنین دردرمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژیک‌و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی‌استفاده می‌شود. پردنیزون درهایپرپلازی مادرزادی غده فوق کلیه و ادم‌مغزی نیز موثر است

مکانیسم اثر: این دارو با عبور از

غشاء سلولی به گیرنده‌های خود درسیتوپلاسم متصل شده و کمپلکس دارو ـگیرنده وارد هسته سلولی میشود. این کمپلکس با اتصال به نواحی خاصی ازDNA موجب تحریک روند رونویسیmRNA و بدنبال آن ساخت آنزیم‌هایی‌می گردد که در نهایت مسئول اثرات‌سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند.کورتیکواستروئیدها با جلوگیری از تجمع‌سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهارفاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول‌در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن‌واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات‌ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک فراهمی زیستی دارو حدود ۹۰ ـ ۸۰ درصد و نیمه عمر آن ۴ ـ ۳ ساعت‌می‌باشد. پردنیزون بطور عمده در کبد ومقادیری نیز در کلیه و بافتها به‌متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.متابولیت‌های غیر فعال این دارو از طریق کلیه دفع می‌شوند.

موارد منع مصرف در صورت وجودعفونت‌های سیستمیک که با وجودداروهای ضد میکروبی اختصاصی درمان‌نشده‌اند، نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده طولانی مدت‌پردنیزون در کودکان میتواند منجر به‌مهار رشد شود.

۲ ـ بدنبال مصرف این دارو ممکن است‌تست‌های بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ غده فوق کلیوی‌دچار اختلال شود.

۳ ـ در افراد مسن و بخصوص زنان یائسه شانس ایجاد پوکی استخوان و افزایش‌فشار خون بالا می‌رود.

۴ ـ با تجویز مقادیر بیش از ۷/۵ mg/day ممکن است علائمی شبیه سندرم کوشینگ‌ظاهر شود.

۵ ـ در افراد با سابقه ابتلا به سل زیادی‌فشار خون سکته اخیر قلبی نارسایی‌احتقانی قلب اختلال عملکرد کلیه و کبد،دیابت یا سابقه فامیلی این بیماری اختلالات روحی و روانی حاد، صرع‌زخم‌های گوارشی و کم‌کاری تیروئید بااحتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی درمان دراز مدت باپردنیزون بیمار را از جهت ابتلا به‌بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و از طرفی‌علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف‌مقادیر بالای پردنیزون می‌تواند اختلالات‌روانی را تشدید کند. کاهش و یا تاری دید،تکرر ادرار و پرنوشی قرحه گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه و افزایش فشارخون از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروبا ریفامپین داروهای ضد صرع مانندکاربامازپین فنوباربیتال فنی‌توئین وپریمیدون موجب تسریع متابولیسم‌پردنیزون و کاهش اثر دارو می‌گردد. این‌دارو ممکن است باعث کاهش اثر داروهای‌پائین آورنده قند خون و یا داروهای‌کاهنده فشار خون گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای به حداقل‌رساندن تحریک گوارشی پردنیزون‌خوراکی باید بعد از غذا مصرف شود.

۲ ـ از قطع ناگهانی مصرف دارو و بعد ازاستفاده طولانی (بیش از ۳ هفته پرهیزشود.

۳ ـ در طول درمان مصرف سدیم بایستی‌محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.

۴ ـ معاینات چشم پزشکی در طول درمان‌دراز مدت بطور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف در ابتدا ۲۰ mg/day ـ ۱۰ (درصورت شدت بیماری حداکثر ۶۰ mg/day)ترجیحا در هنگام صبح و بعد از صبحانه مصرف می‌شود. این مقدار مصرف ممکن‌است طی چند روز کاهش یافته و یا آنکه‌نیاز به تداوم مصرف به مدت چند هفته تاچند ماه باشد. درمان نگهدارنده بطورمعمول ۱۵ mg/day ـ ۲/۵ بوده ولی ممکن‌است به مقادیر بالاتر نیز نیاز باشد.

اشکال دارویی

Tablet : I mg, ۵۰ mg

PROGESTERONE

موارد مصرف پروژسترون برای درمان‌آمنوره یا فقدان قاعدگی و خونریزیهای‌غیرطبیعی رحم که به علت عدم تعادل‌هورمونی ایجاد شده‌باشند و نیز در عدم‌وجود اختلال ارگانیک مثل فیبروئید زیرمخاطی و یا سرطان رحم و نیز به عنوان‌کنتراسپتیو در اشکال مختلف به‌کارمی‌رود. دیگر موارد مصرف پروژسترون‌شامل کنترل منوراژی افزایش ظرفیت‌تنفسی در بیماران دچار سندرومPickwickian، زایمان زودرس آندومتریوز، سندروم پیش از قاعدگی و درزنان فاقد تخمدان برای آماده کردن رحم‌جهت پذیرش تخمک بارور شده در خارج‌از بدن می‌باشد.

مکانیسم اثر: این دارو با اتصال به‌گیرنده‌های خود در نزدیکی هسته سلول موجب افزایش ساخت پروتئین می‌گردد.پروژسترون با مهار آزاد شدن‌گنادوتروپین‌های هیپوفیزی از بلوغ‌فولیکول و تخمک‌گذاری جلوگیری و باایجاد تغییرات ترشحی در آندومتر

موجب‌جلوگیری از بارداری می‌شود.

فارماکوکینتیک محلول روغنی‌پروژسترون بعد از تزریق به سرعت جذب‌می‌شود ولی سرعت جذب آن برای اثرمطلوب کافی نیست دارو عمدت ?در کبدغیرفعال شده و از ادرار دفع می‌شود.پروژسترون دارای نیمه عمر حدود ۵دقیقه می‌باشد.

موارد منع مصرف در صورت وجوداختلالات ترومبوآمبولیک سرطان پستان خونریزی واژن و سقط فراموش شده نبایداز پروژسترون استفاده شود. تجویز داخل‌رحمی پروژسترون به جهت جلوگیری ازبارداری در مواردی مثل آبستنی سابقه‌آبستنی نابجا، وجود بیماریهای التهابی‌لگن و یا سابقه آن وجود و یا سابقه‌بیماریهای قابل انتقال آمیزشی مثل‌سوزاک و عفونت‌های کلامیدیایی آندوکاردیت بعد از زایمان و یا سقطعفونی اکتینومیکوز دستگاه تناسلی ایدزو نیز نیاز به درمان مزمن باکورتیکواستروئیدها نباید صورت گیرد.

هشدارها: ۱ ـ در صورت کاهش شدیدبینائی بیرون آمدگی چشم دوبینی میگرن بروز اختلالات ترومبوتیک مثل‌ترومبوفلبیت اختلالات مغزی عروقی آمبولی ریوی و ترومبوز شبکیه چشم بایدتجویز پروژسترون تزریقی قطع شود.

۲ ـ احتمال بروز آبستنی نابجا با کاشت‌داخل رحمی پروژسترون بیشتر از سایرروشهای جلوگیری از بارداری است این‌احتمال به‌ویژه در جراحی لگن آندومتریت‌و آندومتریوز افزایش می‌یابد.

۳ ـ قبل از تزریق پروژسترون بایستی‌آزمایشات فیزیکی پستان و معاینه‌وضعیت لگن انجام شود.

۴ ـ در صورت وجود بیماریهایی مثل‌صرع میگرن آسم اختلال قلبی و کلیوی ونیز سابقه افسردگی روانی و دیابت بااحتیاط تجویز شود.

۵ ـ در صورت نیاز به تجویز استروژن بهتر است تجویز پروژسترون را در دوهفته بعد از استروژن آغاز نمود. چنانچه‌طی تجویز پروژسترون خونریزی قاعدگی‌آغاز شود، بایستی تزریق پروژسترون‌قطع گردد.

عوارض جانبی خونریزیهای نامنظم لکه‌بینی تغییر در جریان خون قاعدگی فقدان قاعدگی خیز، تغییرات وزن تغییرترشحات دهانه رحم یرقان ناشی از توقف‌صفرا، بثورات جلدی کلوآسما و افسردگی‌از عوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌پروژستین‌ها با بروموکریپتین موجب‌ترشح بیش از حد و خودبه‌خودی شیرمی‌گردد. ترکیبات القاءکننده آنزیم‌های‌کبدی مثل کاربامازپین و فنی‌توئین موجب‌کاهش کارآیی پروژستین‌ها می‌شوند.

مقدار مصرف پروژسترون در آمنوره‌ثانویه به میزان ۵-۱۰ میلی‌گرم برای

۸-۶ روز متوالی داخل عضلانی تجویزمی‌شود. در صورتی که فعالیت تخمدان‌کافی باشد، ۴۸-۷۲ ساعت پس از قطع داروخونریزی دیده می‌شود. در خونریزی‌های‌ناشی از اختلال عملکرد رحمی

۵-۱۰ mg/day به مدت ۶ روز مصرف وخونریزی طی ۶ روز قطع می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵ mg/ml, ۵۰ mg/ml

PROPYLTHIOURACIL

موارد مصرف پروپیل تیواوراسیل برای‌درمان پرکاری تیروئید قبل از جراحی و یارادیوتراپی و نیز درمان کمکی درتیروتوکسیکوز یا طوفان تیروئیدی به‌کاربرده می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو باعث مهار ساخت‌هورمون‌های تیروئیدی می‌شود و درضمن تبدیل محیطی تیروکسین (T۴) به‌تری یدوتیرونین (T۳) را مهار می‌کند، به‌همین دلیل در طوفان تیروئیدی مؤثر است

فارماکوکینتیک جذب دارو سریع می‌باشد وبه‌طور فعال توسط غده تیروئید تغلیظمی‌شود. متابولیسم آن کبدی بوده ۳۳٪ ازمیزان خوراکی تجویز شده توسطمتابولیسم اولین گذر کبدی متابولیزه‌می‌شود و بقیه به‌صورت گلوکورونیده‌دفع می‌شود. نیمه عمر دارو در حدود ۱-۲ساعت است و کمتر از ۱٪ دارو به صورت‌تغییر نیافته در ادرار ترشح می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت عیب کار کبدنباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در اختلالات کلیوی مقدارمصرف دارو باید کاهش یابد.

۲ ـ در ۵۰ درصد از بیماران حساسیت‌متقاطع بین داروهای ضدتیروئیدتیوآمیدی گزارش شده‌است

۳ ـ به‌دلیل اثر دارو در تضعیف مغزاستخوان در صورت بروز هرگونه‌عفونت بایستی شمارش گلبولهای سفیدخون انجام شود.

۴ ـ در صورت بروز نوتروپنی مصرف‌دارو بلافاصله قطع گردد.

عوارض جانبی عوارض دارو وابسته به‌مقدار بوده و طی ۴-۸ هفته پس از شروع‌مصرف ظاهر می‌شود. این عوارض شامل‌تهوع سردرد، تب خفیف و برگشت‌پذیر،بثورات جلدی درد مفصلی یرقان و ندرت?طاسی می‌باشد. آگرانولوسیتوز ازعوارض خطرناک دارو است

تداخل‌های دارویی کلیرانس متابولیک‌داروها در بیماران مبتلاـ به پرکاری‌تیروئید افزایش یافته و در صورت درمان‌مجدد ?به وضعیت طبیعی برمی‌گردد. ازاین‌رو کاهش مقدار مصرف داروهایی‌مانند آمینوفیلین تئوفیلین و دیگوکسین‌پس از درمان لازم است داروهای حاوی‌ید مانند آمیودارون گلیسیرین یده و یدایدپتاسیم پاسخ به داروهای ضدتیروئید راکاهش می‌دهند از این رو افزایش مقدارمصرف یا طولانی‌تر شدن دوره درمان‌لازم می‌باشد. داروهای ضدتیروئید ممکن‌است اثر داروهای ضدانعقاد را افزایش و یاکاهش دهند. بنابراین مقدار مصرف‌داروهای ضدانعقاد باید براساس زمان‌پروترومبین تنظیم شود. داروهای‌ضدتیروئید برداشت ید رادیواکتیو راتوسط تیروئید کاهش می‌دهند.

نکات قابل توصیه در صورت بروزگلودرد، زخم دهان خون مردگی تب بی‌قراری یا وجود بیماری نامشخص بایدبه پزشک مراجعه کرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف اولیه دارو ۳۰۰-۶۰۰mg/day تا زمان عادی شدن‌وضع بیمار می‌باشد سپس مقدار مصرف‌دارو به ۵۰-۱۵۰ میلی‌گرم در روز

کاهش می‌یابد. در افزایش ناگهانی

فعالیت تیروئید، ۲۰۰-۴۰۰ میلی‌گرم

هر ۴ ساعت در روز اول مصرف

می‌شود.

کودکان کودکان سنین ۶-۱۰ سال ۵۰-۱۵۰ میلی‌گرم به‌صورت خوراکی که‌در ۱-۴ مقدار منقسم در یک روز تجویزمی‌شود. برای کودکان سن ۱۰ سال وبالاتر، ۵۰-۳۰۰ میلی‌گرم روزانه در ۱-۴مقدار منقسم تجویز می‌شود. مقدارمصرف نگهدارنده بسته به پاسخ بیمارتنظیم می‌گردد. در تیروتوکسیکوزنوزادان ۱۰ mg/kg در مقادیر منقسم روزانه مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

SOMATROPIN

موارد مصرف سوماتروپین در درمان‌کوتاه قدی ناشی از کمبود هورمون رشد ازجمله در کوتاه قدی در سندروم ترنر به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: هورمون رشد یکی ازهورمونهای هیپوفیز قدامی می‌باشد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر مصرف دارو

به دنبال تزریق داخل وریدی ۲۰–۳۰

دقیقه و پس از تزریق داخل عضلانی

یا زیرجلدی حدود ۳–۵ ساعت است طول‌اثر دارو ۱۲–۴۸ ساعت است متابولیسم‌دارو کبدی و دفع آن از طریق صفرامی‌باشد.

موارد منع مصرف در هیپوتیروئیدیسم‌درمان نشده یا تومورهای بدخیم‌خصوص ?تومور داخل جمجمه‌ای که‌به‌طور فعال در ۱۲ ماه گذشته رشدکرده‌باشد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف دارو تنها در بیماران‌با اپی‌فیز باز مجاز می‌باشد.

۲ ـ در افراد مبتلا به دیابت ممکن است‌تنظیم مقدار مصرف داروی ضد دیابت‌لازم باشد.

عوارض جانبی تشکیل آنتی‌بادی واکنش‌های موضعی آلرژیک درد و تورم‌در ناحیه تزریق و افزایش خوش خیم فشارداخل جمجمه‌ای از عوارض جانبی داروهستند.

تداخل‌های دارویی استفاده همزمان‌مقادیر بالای استروئیدهای آنابولیک آندروژنها، استروژنها و هورمونهای‌تیروئیدی با این دارو سبب تسریع بسته‌شدن اپی‌فیزها می‌شود. مصرف طولانی‌مدت مقادیر درمان کورتیکوتروپین ACTH) و مقادیر بالای خوراکی‌کورتیکواستروئیدها، سبب مهار پاسخ به‌هورمون رشد می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از به‌کار بردن این‌فرآورده باید حساسیت به هورمون رشدو مصرف همزمان سایر داروها خصوص?کورتیکواستروئیدها و کورتیکوتروپین رادر نظر گرفت

۲ ـ دارو باید به مقدار مناسب تجویز شده ومیزان رشد به‌طور منظم توسط پزشک‌تعیین شود.

۳ ـ در صورتی که درمان با شکست مواجه‌شود، تست‌های سرولوژیک برای تعیین‌میزان آنتی‌بادی هورمون رشد انجام‌گردد.

۴ ـ سن استخوان طی درمان باید هر سال‌تعیین شود.

۵ ـ بررسی عملکرد تیروئید و ارزیابی‌بروز ضایعات داخل جمجمه‌ای لازم‌می‌باشد.

۶ ـ تزریق داخل عضلانی دارو بسیاردردناک می‌باشد.

مقدار مصرف

مقدار مصرف ۰/۵–۰/۷units/kg (درسندرم ترنر مقدار مصرف به ۱ units/kg افزایش می‌یابد) در هر هفته می‌باشد که به‌۶–۷ مقدار منقسم برای تزریق زیرجلدی‌تقسیم می‌شود (یا به ۲–۳ مقدار برای‌تزریق داخل عضلانی .

اشکال دارویی

For Injection: ۴ IU

TESTOSTERONE ENANTATE

موارد مصرف تستوسترون در درمان‌کمبود آندروژن ناشی از هیپوگنادیسم‌اولیه تأخیر بلوغ در مردان سرطان‌پستان کم‌خونی تأخیر در رشد، likensclerosus و میکرو سفالوس به‌کار برده‌می‌شود.

مکانیسم اثر: در سلول بافت هدف‌تستوسترون توسط آنزیم ۵– آلفا ردوکتازبه ۵– آلفا دی هیدروتستوسترون (DHT)تبدیل می‌شود. تستوسترون و DHT به‌گیرنده‌های درون سیتوپلاسمی متصل ومجموع ?به جایگاه‌های خاصی در هسته‌سلول متصل

می‌شوند. کمپلکس استروئید- گیرنده نسخه‌برداری را آغاز کرده و درنهایت سبب افزایش ساخت پروتئین‌می‌شود.
فارماکوکینتیک مانند سایر استرهای‌تستوسترون انانتات ابتدا به فرم فعال‌تستوسترون آزاد هیدرولیز شده که خودممکن است به دو متابولیت اصلی فعال DHT و استرادیول تبدیل شود. طول اثردارو بیش از سایر استرهای تستوسترون‌می‌باشد و نیمه عمر آن حدود ۱۰–۱۵ روزاست متابولیسم دارو کبدی بوده ومتابولیت‌ها عمدت ?در ادرار ترشح‌می‌شوند. به‌دلیل وجود چرخه کبدی ـ روده‌ای مقداری از دارو از طریق مدفوع‌دفع می‌شود.
موارد منع مصرف تستوسترون درصورت وجود سرطان پستان در مردان سرطان پروستات نارسایی قلبی بیماری‌های قلبی ـ کلیوی حاد، خیز، عیب‌کار کبد، سابقه انفارکتوس میوکارد،افزایش کلسیم خون و بزرگی پروستات باید با احتیاط مصرف شود.
هشدارها: ۱ ـ در کودکان و نوجوانان درحال رشد خطر انسداد پیش از بلوغ‌اپی‌فیزهای استخوانی بلوغ جنسی‌زودرس در مردان و بروز صفات ثانویه‌جنسی مردانه در زنان وجود دارد. رشداستخوان باید هر شش ماه توسطرادیوگرافی دست و مچ کنترل شود.
۲ ـ در افراد مسن احتمال افزایش خطربزرگی یا سرطان پروستات با مصرف‌دارو وجود دارد.
۳ ـ در مردان احتمال ایجاد اولیگواسپرمی آزواسپرمی و ناباروری طی درمان بامقادیر بالا وجود دارد.
۴ ـ در بیماریهای کبدی قلبی و کلیوی بیماریهای ایسکمیک قلب زیادی فشارخون صرع میگرن و متاستاز استخوان‌دارو باید با احتیاط تجویز شود.
عوارض جانبی احتباس سدیم به همراه ادم افزایش کلسیم خون افزایش رشداستخوان نعوظ غیرطبیعی و مداوم آلت‌تناسلی بلوغ زودرس و انسداد اپی‌فیز قبل‌از بلوغ در مردان بروز صفات ثانویه‌جنسی مردانه در زنان توقف‌اسپرماتوژنز در مردان نامنظم شدن‌سیکل قاعدگی در زنان و تحریک‌پذیری‌مثانه یا عفونت دستگاه ادراری در مردان‌از عوارض جانبی دارو هستند.
تداخل‌های دارویی به‌دلیل افزایش اثرداروهای ضد انعقاد در مصرف همزمان باآندروژن‌ها مقادیر این داروها باید براساس‌زمان پروترومبین تنظیم شود. تنظیم مقدارمصرف داروهای ضددیابت و انسولین نیزبه دلیل کاهش قند خون لازم می‌باشد.مصرف همزمان دارو با داروهای‌هپاتوتوکسیک سبب افزایش بروز سمیت‌کبدی می‌شود. مصرف مقادیر بالای‌آندروژنها به همراه هورمون رشد انسدادا‌پی‌فیزها را پیش از بلوغ تسهیل می‌کند.
نکات قابل توصیه ۱ ـ کارسینومای‌هپاتوسلولار و نئوپلاسمهای کبدی بامصرف مقادیر بالا و دوره‌های درمانی‌طولانی مدت گزارش شده‌است
۲ ـ در درمان طولانی مدت احتمال ایجادناباروری در مردان وجود دارد.
مقدار مصرف در درمان هیپوگنادیسم‌مقدار مصرف اولیه ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۲–۳هفته و میزان مصرف نگهدارنده ۲۵۰میلی‌گرم هر ۳–۶ هفته از طریق تزریق‌آهسته داخل عضلانی می‌باشد. در درمان‌سرطان پستان ۲۵۰ میلی‌گرم هر ۲–۳ هفته‌یک‌بار تجویز می‌شود.
اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/ml, ۲۵۰ mg/ml

TRIAMCINOLONE ACETONIDE

موارد مصرف تریامسینولون برای درمان‌جایگزینی در نارسایی غده فوق‌کلیوی‌استفاده می‌شود. این دارو همچنین دردرمان علامتی اختلالات التهابی و آلرژیک‌و در جهت سرکوب کردن سیستم ایمنی‌استفاده می‌شود. تریامسینولون درهیپرپلازی مادرزادی آدرنال ادم مغزی وبیماریهای روماتیسمی نیز مؤثر است
مکانیسم اثر: این دارو با عبور از غشاءسلولی به گیرنده‌های خود در سیتوپلاسم‌متصل شده و کمپلکس دارو ـ گیرنده واردهسته

سلولی می‌شود. این کمپلکس بااتصال به نواحی خاصی از DNA موجب‌تحریک روند رونویسی mRNA و به دنبال‌آن ساخت آنزیم‌هایی می‌گردد که در نهایت‌مسئول اثرات سیستمیک کورتیکواستروئیدها می‌باشند.کورتیکواستروئیدها با جلوگیری از تجمع‌سلولهای التهابی در ناحیه التهاب مهارفاگوسیتوز و آزاد شدن آنزیم‌های مسئول‌در التهاب و مهار ساخت و آزاد شدن‌واسطه‌های شیمیایی التهاب اثرات ضدالتهابی خود را اعمال می‌کنند.

فارماکوکینتیک فرم تزریقی تریامسینولون‌از عضله به‌خوبی جذب می‌شود. نیمه عمردارو حدود ۲-۳ ساعت می‌باشد. به‌طورعمده در کبد و مقادیری نیز در کلیه و بافتهابه متابولیت‌های غیرفعال تبدیل می‌شود.به‌دلیل وجود فلور در ساختمان‌تریامسینولون متابولیسم آن آهسته‌می‌باشد. متابولیت‌های غیرفعال این دارواز طریق کلیه دفع می‌شوند.

موارد منع مصرف در پیشگیری از سندرم‌زجر تنفسی نوزادان در صورت وجودآمنیونیت عفونت یا تب عفونت با هرپس‌نوع ۲،عدم کفایت جفت یا پارگی زودرس‌غشاء منع مصرف دارد.

هشدارها: ۱ ـ مقدار مصرف دارو بایستی‌دقیق ?توسط پزشک تعیین شود.

۲ ـ استفاده طولانی مدت این دارو دربچه‌ها می‌تواند منجر به مهار رشد شود.

۳ ـ به‌دلیل وارد شدن در شیر به‌خصوص‌هنگام مصرف مقادیر بالا، در خلال‌شیردهی توصیه نمی‌شود.

۴ ـ به‌دنبال مصرف این دارو ممکن است‌تست‌های بررسی عملکرد محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز ـ غده فوق‌کلیوی‌دچار اختلال شود.

۵ ـ میزان مصرف دارو در بچه‌ها بایستی‌براساس میلی‌گرم دارو به ازاء سطح بدن‌کودک تعیین شود.

۶ ـ مقادیر بالای تریامسینولون به احتمال‌زیاد میوپاتی پروگزیمال ایجاد نموده و لذااز درمان‌های مزمن با این دارو بهتر است‌پرهیز گردد.

عوارض جانبی درمان دراز مدت باتریامسینولون بیمار را از جهت ابتلا به‌بیماریهای عفونی مستعد می‌کند و از طرفی‌علائم عفونت نیز پنهان می‌شود. مصرف‌مقادیر بالای تریامسینولون می‌تواندداختلالات روانی را تشدید کند. کاهش و یاتاری دید، تکرر ادرار و پرنوشی به‌دنبال‌مصرف دارو نیاز به توجه پزشکی دارند.در استفاده دراز مدت دارو، قرحه‌گوارشی علائم شبه کوشینگ آکنه درددر ناحیه سرینی و افزایش فشار خون‌محتمل می‌باشد.

تداخل‌های دارویی تریامسنولون باآمینوگلوتتماید، آمفوتریسین B،مهارکننده‌های آنزیم کربنیک انیدراز،آنتی‌اسیدها، عوامل ضد دیابت انسولین گلیکوزیدهای دیژیتالی دیورتیک‌ها،القاءکننده‌های آنزیم‌های کبدی میتوتان مکمل‌های پتاسیم ریتودرین غذاها و یاداروهای حاوی سدیم سوماترم وسوماتروپین و واکسن‌های حاوی‌ویروس‌های زنده توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از قطع ناگهانی‌مصرف دارو بعد از استفاده طولانی (بیش‌از ۳ هفته بپرهیزید.

۲ ـ در طول درمان مصرف سدیم بایستی‌محدود شده و مصرف مکمل‌های حاوی‌پتاسیم توصیه می‌شود.

۳ ـ معاینات چشم پزشکی در طول درمان‌دراز مدت به‌طور مرتب باید انجام گیرد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌صورت داخل مفصلی یاتزریق در غلاف تاندونی به میزان ۲/۵-۱۵میلی‌گرم و به‌صورت تزریق زیرپوستی یاداخل ضایعه‌ای تا ۱ میلی‌گرم در هر ناحیه‌تزریق استفاده می‌شود. در صورت نیازاین میزان می‌تواند بعد از یک هفته یا کمترتکرار شود. به‌صورت داخل عضلانی ۴۰ تا ۸۰ میلی‌گرم استفاده شده و در صورت‌لزوم این مقدار می‌تواند بعد از ۴ هفته تکرارشود.

کودکان در کودکان ۶ تا ۱۲ سال داخل‌مفصل یا غلاف تاندونی به میزان ۲/۵-۱۵میلی‌گرم تزریق شده که در صورت لزوم‌می‌تواند تکرار شود. به‌صورت داخل‌عضلانی به میزان ۴۰ میلی‌گرم استفاده‌شده و در صورت لزوم در فواصل ۴هفته‌ای تکرار می‌شود. حداکثر مقدارتجویز به‌صورت مقدار واحد ۱۰۰میلی‌گرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۴۰ mg/ml

VASOPRESSIN

موارد مصرف وازوپرسین در درمان‌دیابت بی‌مزه نوروژنیک خونریزی ازواریس‌های مری و نیز تشخیص دیابت‌بی‌مزه نوروژنیک از نوع نفروژنیک به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با افزایش‌نفوذپذیری سلولی در مجاری جمع‌کننده‌ادرار سبب افزایش باز جذب آب و به‌دنبال‌آن کاهش حجم و افزایش اسمولالیته ادرارمی‌شود. در مقادیر بالا‌تر از مقدارفیزیولوژیک وازوپرسین موجب تنگ شدن‌عروق خونی و نیز انقباض عضلات صاف‌دستگاه گوارش می گردد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی وکلیوی است و نیمه عمر آن ۱۰–۲۰ دقیقه‌می‌باشد. طول اثر دارو ۲–۸ ساعت بوده و۵–۱۵٪ از دارو پس از تجویز داخل وریدی‌به صورت تغییر نیافته از کلیه‌ها ترشح‌می‌شود.

موارد منع مصرف دارو در بیماری‌های‌عروقی (خصوص ?بیماری سرخرگ‌های‌کرونر) و زیادی فشار خون همچنین درنفریت مزمن با احتباس ازت نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در مقادیر بالا‌ـ احتمال بروزاثرات اکسی‌توسیک وجود دارد. درصورت مصرف در دوران بارداری چون‌وازوپرسین توسط جفت غیرفعال‌می‌شود، ممکن است مقادیر بالاتری از آن‌لازم باشد.

۲ ـ در کودکان و افراد مسن خطرمسمومیت با آب و هیپوناترمی وجود دارد.

۳ ـ در مواردی چون بیماریهای قلبی آسم صرع میگرن و دیگر شرایطی که ممکن‌است با احتباس آب تشدید شود،آسیب‌های کلیوی و مواردی که باید ازافزایش مایعات جلوگیری کرد، با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی بی‌رنگ شدن پوست تهوع آروغ زدن کرامپ‌های شکمی تمایل به‌خروج مدفوع واکنش‌های افزایش‌حساسیت انقباض عروق کرونر ومسمومیت با آب از عوارض جانبی مهم‌دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی اثرات ضد ادراری درمصرف همزمان با کاربامازپین کلرپروپامید و کلوفیبرات تشدید می‌شود وتوسط دمکلوسایکلین لیتیم ونوراپی‌نفرین کاهش می‌یابد.

مقدار مصرف در درمان دیابت بی‌مزه‌مقدار ۵–۲۰ واحد هر ۴ ساعت از طریق‌تزریق زیرجلدی یا داخل عضلانی و درکنترل اولیه خونریزی واریسی مقدار ۲۰واحد در زمانی بیش از ۱۵ دقیقه از طریق‌ترزیق داخل وریدی تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۰ Pressor U/ml

ANTITOXINS

ANTISCORPION VENUM SERUM

ANTISNAKE VENUM SERUM

BOTULISM ANTITOXIN A+B+E TRIVALENT

BOTULISM ANTITOXIN E MONOVALENT

DIPHTERIA ANTITOXIN

TETANUS ANTITOXIN

آنتی‌توکسین‌ها پادتن‌هائی هستند که برای‌خنثی نمودن اختصاصی یک سم مصرف‌می‌شوند. هنگام مصرف آنتی‌توکسینهاباید به نکات زیر توجه نمود:

۱ ـ قبل از تجویز هر فرآورده بیولوژیک بایداز تزریقات قبلی هر نوع سرم به بیمار وواکنشهای آلرژیک قبلی بیمار اطلاع به دست‌آورد. آنتی‌توکسین‌ها در افراد با سابقه‌واکنشهای حساسیتی برعلیه فرآورده‌های‌بیولوژیک باید بااحتیاط مصرف شوند. قبل‌از تجویز، آزمون حساسیت باید انجام گیرد.بدلیل احتمال مرگ ومیر بعد از انجام آزمون‌داخل جلدی ابتدا باید آزمون خراش یاآزمون ملتحمه را انجام داد و در صورت‌منفی بودن یکی ازاین آزمونها، آزمون داخل‌پوستی را انجام داد. برای درمان علائم حادآلرژیک اپی‌نفرین باید در دسترس باشد.

۲ ـ آزمون خراش باید خراشی به میزان‌نیم سانتی‌متر ایجاد کرد و یک قطره ازفرآورده رقیق شده (۱:۱۰۰ در سرم نمکی روی آن قرار داد. برای کنترل نیز خراشی‌مشابه در طرف مقابل ایجاد و بر روی آن‌فقط سرم نمکی ریخته شود. بعد از ۲۰دقیقه خراشها با هم مقایسه شوند. کهیرمتورم احاطه شده با هاله‌ای از قرمزی‌نشانه واکنش مثبت است

۳ ـ آزمون ملتحمه یک قطره از فرآورده‌رقیق‌شده (۱:۱۰ در سرم نمکی را داخل‌کیسه ملتحمه یک طرف و برای کنترل یک قطره از سرم نمکی را در کیسه ملتحمه‌طرف دیگر ریخته می‌شود. در طی ۱۰-۳۰دقیقه واکنش مثبت با خارش سوزش قرمزی و ریزش اشک مشخص می‌گردد.این علائم با استفاده از قطره چشمی‌اپی‌نفرین کاهش می‌یابد. چشم کنترل بایدظاهری طبیعی داشته باشد. اگر هر دوچشم طبیعی باشند، نشانه واکنش منفی‌است

۴ ـ آزمون داخل جلدی برای بیماران بدون‌سابقه واکنش آلرژیک ویا با آزمون منفی‌خراش یا ملتحمه ۰/۰۲-۰/۱ میلی‌لیتر ازفرآورده رقیق‌شده (۱:۱۰۰ در سرم نمکی در یک طرف و همین مقدار سرم نمکی درطرف دیگر (کنترل داخل جلد تزریق‌می‌شود. برای بیماران دارای سابقه‌حساسیت باید رقت ۱:۱۰۰۰ مصرف شود.بعد از ۱۰-۳۰ دقیقه محلهای تزریق باید باهم مقایسه شوند. کهیر متورم احاطه شده‌با هاله‌ای از قرمزی نشانه واکنش مثبت‌می‌باشد. باید توجه داشت که مصرف‌همزمان آنتی‌هیستامین‌ها ممکن است باآزمونهای حساسیت تداخل داشته باشند.

۵ ـ برای بیماران دارای آزمون مثبت‌حساسیت یا با واکنش مشکوک بایدحساسیت زدائی بدقت انجام گیرد. برای‌این منظور، بشرط عدم بروز واکنش بایدفرآورده رقیق شده را با فواصل ۱۵ دقیقه‌و بطور مکرر تزریق کرد. اگر واکنشی رخ‌داد باید یک ساعت صبر کرد و سپس‌آخرین مقدار پادزهر تزریق شده که‌واکنشی ایجاد نکرده را باید تکرار نمود.

ANTISCORPION VENOM SERUM

موارد مصرف این فرآورده در درمان‌علائم ناشی از سم عقرب مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی موادخالص ضدسم عقرب است و باعث خنثی‌شدن سم عقربهای Androctonuscrassicauda، Buthotus saulcyi،Mesobuthus eupeus، Odontobuthusdorjae، Scorpio maurusمی‌شود. انواع‌عقربهائی که سم آنها برای تولیدپادزهربکار می‌رود به منطقه جغرافیائی‌مورد نظر بستگی دارد و برای هر منطقه‌خاص فرآورده باید حاوی‌آنتی‌توکسین‌های عقربهای همان منطقه‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ هنگام تزریق اکسیژن ووسایل احیاء باید در دسترس باشند.

۲ ـ قبل از استفاده از سرم برای تشخیص‌حساسیت فرد مسموم نسبت به سرم‌اسب آزمون حساسیت باید انجام داد. درصورت بروز واکنشهای سیستمیک استفاده از سرم باید قطع و درمان مناسب‌شروع شود.

۳ ـ آزمون حساسیت مقدار ۰/۲ میلی‌لیتراز محلول رقیق شـده (۱۰:۱ برای افرادبـدون سابقه و ۱۰۰:۱ برای افراد بـا سابقه‌آلرژیک از سرم طبیعی اسب یـا پادزهرزیرجلـدی تزریق شود. برای نتیجه آزمون‌لازم است ۳۰ دقیقـه صـبر کرد و در صورت‌عـدم واکنش ۰/۲ میلی لیتر از فرآورده رقیق‌نشـده باید تزریق شود، در صورت عدم‌واکنش حساسـیتی می‌توان مقدار کافی ازپادزهر عقرب را مصـرف کرد.

عوارض جـانبی بیمـاری سـرم‌و واکنشهای‌حساسـیتی و تـاخیری (جوشـهای‌پوستی تب دردمفاصل خیز) از عوارض‌جانبی‌این‌فرآورده می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ فرآورده را باید دردمای ۲–۸ درجه سانتیگراد نگهداری و ازانجماد آن جلوگیری کرد.

۲ ـ تزریق داخل عضلانی باید به آهستگی‌انجام شود. در صورت نیاز به تزریق داخل‌وریدی باید خیلی آهسته تزریق گردد.

مقدار مصـرف مقدار مصـرف فرآورده به‌مقدار و نوع سم وارد شده به بدن مصدوم اقدامات فوریتی انجام شده قبلی و سابقه‌سلامت بیمـار بسـتگی دارد. کودکـان بیشتردر معرض خطر هسـتند. بیشتر مصدومین‌بعـد از تزریق داخل‌وریـدی یا داخل‌عضـلانی‌یک یا دو آمپول پادزهر عقرب بهبودمی‌یابند. برای اثر سـریعتر، راه داخل وریدی‌ترجیح داده می‌شود. بعضـی از مصدومین‌نیاز به شـش آمپول پادزهر عقرب دارند.

اشکال دارویی

Injection: ۵ml

ANTISNAKE VENOM SERUM

موارد مصرف این فرآورده تنها درمان‌اختصاصی موجود برای نیش مارهای‌سمی محسوب می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌گلوبولین‌های اختصاصـی ضد سم ماراست این گلوبولینها بر علیه سموم شش‌نوع مار Naja naja و axiana، Viperalebetina، Echis carinitus، Pseudocerastespersicus، Vipera xanthina Agkistrodon halysموثر هستند.

هشدارها: ۱ ـ هنگام تجویز، اکسیژن ووسایل احیاء باید در دسترس باشند.

۲ ـ شوک متعاقب مسمومیت را باید مانندشوک هیپوولمیک با تجویز فرآورده‌های‌خونی یا جانشین‌های پلاسما درمان نمود.

۳ ـ بـدلیل حجم نسبت ?کم مایعات بـدن‌کودکان که سم در آن رقیق می‌شود، ممکن‌است کودکان به مقادیر بیشتری از پادزهرنیاز داشته باشند، لذا مقدار مورد نیازپادزهر نباید با محاسبه وزن کودک تعیین‌شود.

۴ ـ برای تشـخیص حساسیت فرد مسموم‌نسبت به سرم اسب قبل از استفاده از سرم‌باید آزمون حساسیت را انجام داد. درصورت بروز واکنشهای سیستمیک استفاده از سرم باید قطع و درمان مناسب‌شروع شود.

۵ ـ آزمون حساسیت مقدار ۰/۰۲–۰/۰۳میلی‌لیتر از محلول رقیق شده (۱۰۰:۱) ازسـرم طبیعی اسب یا پادزهر باید داخل‌جلدی تزریق شود. یک آزمون کنترل باتزریق سرم نمکی در اندام طرف مقابل به‌تفسیر نتیجه آزمایش کمک می‌کند.

عوارض جانبی بیماری سـرم‌و واکنشهای‌حساسـیتی و تاخیری (جوشـهای‌پوستی تب درد مفاصل خیز) از عوارض جانبی‌این فرآورده می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ فرآورده را باید دردمای ۲–۸ درجه سانتیگراد نگهداری ازانجماد آن جلوگیری کرد.

۲ ـ تعیین رقت نوع الکترولیت و سـرعت‌انفوزیون به سن بیمار، وزن و وضـعیت‌قلبی او، شـدت مسـمومیت میزان کل تخمین‌زده شده مایعات تزریقی مورد نیاز وفاصله بین گزش بیمار و شروع درمان‌بستگی دارد.

۳ـ تزریق داخل وریدی (خیلی آهسته ارجح است تزریق داخل عضلانی باید درعضلات حجیم و ترجیح ?در عضله سرینی‌انجام شود. از تزریق در نزدیکی اعصاب یادر داخل انگشتها خودداری شود.

مقدار مصرف با نظارت بر حال بیمار بایدابتدا ۵-۱۰ میلی‌لیتر را طی ۳-۵ دقیقه‌تزریق نمود. در صورت عدم بروزواکنشهای سیستمیک فوری انفوزیون رامی‌توان با حداکثر سرعت مناسب برای‌تجویز مایعات به‌صورت وریدی ادامه داد.

در موارد ذیل باید به صورت لازم اقدام‌نمود:

۱ـ عدم مسمومیت (عدم بروز تظاهرات‌موضعی یا عمومی : ادامه درمان لازم‌نیست

۲ـ مسمومیت جزئی (تورم موضعی وتغییرات موضعی دیگر و عدم وجودتظاهرات موضعی یا عمومی و نتایج طبیعی‌آزمونهای آزمایشگاهی : ۲۰-۴۰ میلی‌لیتر(۲-۴ ویال تزریق شود.

۳ـ مسمومیت متوسط (گسترش تورم به‌خارج ناحیه گزش یک یا چند تظاهرسیستمیک و نتایج غیرطبیعی آزمونهای‌آزمایشگاهی کاهش هماتوکریت وپلاکتها): ۵۰-۹۰ میلی‌لیتر (۵-۹ ویال تزریق شود.

۴ـ مسمومیت حاد (واکنشهای مشخص‌موضعی و تظاهرات شدید سیستمیک وتغییرات مشخص در یافته‌های‌آزمایشگاهی : ۱۰۰-۱۵۰ میلی‌لیتر(۱۰-۱۵ ویال تزریق شود.

۵ـ اگر تورم گسترش بیشتری یافت وشدت علائم سیستمیک مسمومیت بیشترشد یا اینکه تظاهرات شدیدی پدید آمد،۱۰۰ـ۵۰ میلی‌لیتر(۵-۱۰ ویال داخل‌وریدی تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ml vials

BOTULISM ANTITOXIN

A+B+E TRIVALENT

موارد مصرف این فرآورده در پیشگیری‌بعد از آلودگی و درمان بیماری بوتولیسم‌ناشی از خوردن غذاهای آلوده مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: پادزهر سه ظرفیتی بوتولیسم‌باعث خنثی شدن سموم تولید شده توسط Clostridium botulinum می‌شود. هرمیلی‌لیتر از این پادزهرحاوی بیش از ۵۰۰واحد پادزهربر علیه هر کدام از سه نوع سم A، B، E می‌باشد.

هشدارها: این فرآورده در درمان‌بوتولیسم نوزادان تاثیری ندارد.

عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش‌فشار خون کهیر، اختلال تنفسی و بیماری‌سرمی از عوارض جانبی این فرآورده است

نکات قابل توصیه ۱ـ قبل از تزریق آزمون‌حساسیت انجام شود.

۲ـ بدلیل تشدید اثرات عصبی سم‌بوتولینوم از مصرف آنتی‌بیوتیک‌های آمینوگلیکوزیدی در مسمومین اجتناب‌شود.

۳ـ فرآورده را باید در دمای بین ۲-۸درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن‌جلوگیری کرد.

مقدار مصرف برای درمان بوتولیسم ۲۰میلی‌لیتر از پادزهر را باید در ۱۰۰ میلی‌لیترسرم نمکی رقیق و به آهستگی (حداقل ۳۰دقیقه داخل وریدی تزریق کرد. درصورت لزوم بعد از ۴ ساعت ۱۰ میلی‌لیتردیگر تجویز شود و دفعات بعد با فواصل۱۲-۲۴ ساعت مصرف شود.

برای پیشگیری بعد از بلع غذای آلوده به Clostridium botulinum ۲۰ میلی‌لیترازفرآورده باید داخل عضلانی تزریق شود.در صورت ظهور علائم پادزهر اضافی‌تزریق گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱ml

BOTULISM ANTITOXIN E MONOVALENT

موارد مصرف این فرآورده در پیشگیری‌بعد از آلودگی و درمان بیماری بوتولیسم‌ناشی از خوردن غذاهای آلوده مصرف‌می‌شود.
مکانیسم اثر: پادزهر یک ظرفیتی بوتولیسم‌باعث خنثی‌شدن سم تولید شده توسط نوع E، Clostridium botulinum می‌شود.
عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش‌فشار خون کهیر، اختلال تنفسی و بیماری‌سرمی از عوارض جانبی این فرآورده‌است
نکات قابل توصیه ۱ ـ بدلیل تشدید اثرات‌عصبی سم بوتولینوم از مصرف‌آنتی‌بیوتیک‌های آمینوگلیکوزیدی درمسمومین اجتناب شود.
۲ ـ قبل از تزریق آزمون حساسیت انجام‌شود.
۳ ـ فرآورده را باید در دمای ۲–۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن‌جلوگیری کرد.
مقدار مصرف برای درمان بوتولیسم ۲۰میلی‌لیتر از پادزهررا در ۱۰۰ میلی‌لیترسرم نمکی رقیق و باهستگی (حداقل ۳۰دقیقه داخل وریدی تزریق شود. درصورت لزوم بعد از ۴ ساعت ۱۰میلی‌لیتردیگر تجویز شود و دوزهای بعدی بافواصل ۱۲–۲۴ ساعت مصرف شوند.
برای پیشگیری بعد از بلع غذای آلوده به Clostridium botulinum ۲۰ میلی‌لیتر ازفرآورده باید داخل عضلانی تزریق شود.در صورت ظهور علائم پادزهر اضافی‌تزریق گردد.
اشکال دارویی

Injection: ۵۰۰۰۰ units in ۲۰ml

DIPHTHERIA ANTITOXIN EQUINE

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی انتقالی و به منظور پیشگیری موقت یادرمان عفونت دیفتری مصرف می‌شود.هر بیمار با علائم بالینی دیفتری باید فور ?وقبل از هر گونه آزمایش باکتری شناسی‌پادزهر دیفتری دریافت نماید.
مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی موادخالص ضد سم دیفتری می‌باشد که بر علیه‌سم تولید شده توسط باکتری Corynebacterium diphtheria بدست‌می‌آید.
هشدارها: ۱ ـ قبل‌از تزریق تست‌حساسیت‌انجام شود.
۲ ـ برای کنترل واکنشهای حساسیتی اپی‌نفرین ۱:۱۰۰۰ باید در دسترس باشد.
۳ ـ آزمون حساسیت مقدار ۰/۲ میلی‌لیتراز محلول رقیق شده (۱:۱۰ برای افرادبدون سابقه و ۱:۱۰۰ برای افراد با سابقه‌آلرژی از سرم طبیعی اسب یا پادزهر راباید زیرجلدی تزریق کرد. بعد از ۳۰ دقیقه‌در صورت عدم واکنش ۰/۲ میلی لیتر ازفرآورده رقیق نشده باید تزریق شود، درصورت عدم واکنش حساسیتی می‌توان‌مقدار کافی از این پادزهر را مصرف کرد.
۴ ـ بدلیل کوتاه بودن اثر این پادزهر(حداکثر ۳ هفته نباید از آن برای پیشگیری‌استفاده شود. اگرچه می‌توان برای‌کودکان واکسینه نشده و در معرض خطرابتلا ـ استفاده کرد. در این صورت باید به‌طور همزمان برای ایجاد ایمنی فعال‌توکسوئید دیفتری نیز تزریق شود.
عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش‌فشار خون کهیر، اختلال تنفسی و بیماری‌سرمی از عوارض جانبی این دارو است
نکات قابل توصیه ۱ ـ مقدار مورد نیازپادزهر باید در اسرع وقت تزریق شود. هرساعت تاخیر مقدار لازم را افزایش و اثرات‌مفید

پادزهر را کاهش می‌دهد.

۲ـ برای شروع درمان نیازی به تائیدآزمایشگاهی نیست درمان را تا کنترل‌تمامی علائم موضعی و عمومی یا تا موقعی‌که عامل بیماریزای دیگری تشخیص داده‌شود، باید ادامه داد.

۳ـ همزمان از آنتی‌بیوتیک‌های مناسب وبه مقدار کامل درمانی استفاده شود.

۴ـ فرآورده را باید در دمای بین ۲–۸درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن‌جلوگیری کرد. قبل از تزریق آن را باید تا۳۲–۳۸ درجه سانتیگراد گرم کرد.

مقدار مصرف در صورت ابتلا حلق یاحنجره طی ۴۸ ساعت ۲۰۰۰۰–۴۰۰۰۰واحد و در ضایعات حلقی - بینی ۴۰۰۰۰–۶۰۰۰۰ واحد و در موارد بیماری‌گسترده برای بیش از ۳ روز یا در بیماران‌با گردن متورم ۸۰۰۰۰–۱۲۰۰۰۰ واحدباید داخل عضلانی تزریق شود. مقدارمصرف کودکان و بزرگسالان یکسان‌می‌باشد.

به منظور پیشگیری باید ۵۰IU/kg به‌صورت زیرجلدی یا داخل عضلانی تزریق‌کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰۰۰IU/vial

TETANUS ANTITOXIN EQUINE

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی انتقالی بر علیه بیماری کزاز در افرادزخمی که زخم آنها با اسپور باکتری کزازآلوده شده باشد، استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی گلوبولین‌های ضدسم اختصاصی بر علیه‌سم تولید شده توسط Clostridium tetaniاست

هشدارها: ۱ـ قبل‌ازتزریق آزمون‌حساسیت انجام شود.

۲ـ بدلیل کوتاه بودن اثر این پادزهر نبایداز آن برای پیشگیری استفاده شود. اگرچه‌می‌توان برای کودکان واکسینه نشده و درمعرض خطر ابتلا استفاده کرد. در این‌صورت باید به طور همزمان برای ایجادایمنی فعال توکسوئید کزاز نیز تزریق‌شود.

۳ـ آزمون حساسیت مقدار ۰/۲ میلی‌لیتراز محلول رقیق شده (۱:۱۰ برای افرادبدون سابقه و ۱:۱۰۰ برای افراد با سابقه‌آلرژی از سرم طبیعی اسب یا پادزهر راباید زیرجلدی تزریق کرد. بعد از ۳۰ دقیقه‌در صورت عدم واکنش ۰/۲ میلی لیتر ازفرآورده رقیق نشده باید تزریق شود، درصورت عدم واکنش حساسیتی می‌توان‌مقدار کافی از این پادزهر را مصرف کرد.

عوارض جانبی شوک آنافیلاکتیک کاهش‌فشار خون کهیر، اختلال تنفسی و بیماری‌سرمی از عوارض جانبی این دارو است

نکات قابل توصیه ۱ـ این پادزهر فقط سم‌باکتری Clostridium tetani را خنثی‌می‌کندو اثری‌برخود باکتری ندارد.بنابراین علاوه برتزریق پادزهر، سایردرمان‌های زخم ضروری است ضدعفونی زخم بوسیله ترکیبات ید اثرتخریبی قابل ملاحظه‌ای بر سم باکتری نیزدارد.

۲ـ در صورتی که فرد به سرم حساسیت‌داشته یا قبلاـ با توکسوئید کزاز واکسینه‌شده باشد، بیمار باید فقط یک نوبت تزریق‌توکسوئید کزاز دریافت کند و نیازی به‌تزریق پادزهر نیست

۳ـ به منظور درمان بیماری کزاز، علاوه برمصرف پادزهر، همزمان درمانهای‌جراحی و علامتی شامل مصرف‌آنتی‌بیوتیک‌ها، آرامبخش‌ها، ضدتشنج‌ها وشل‌کننده‌های عضلانی ضروری می‌باشد.

۴ـ فرآورده را باید در دمای بین ۲–۸درجه سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن‌جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پیشگیری

بلافاصله بعد از ایجاد جراحت (و احتمال‌آلودگی زخم با باکتری کزاز مثل وجودخاک و بعد از انجام تست حساسیت مقدار ۳۰۰۰ واحد از پادزهر رابااید داخل‌عضلانی تزریق کرد.

درمان

در صورت بروز علائم کزاز، بعد از انجام‌ملاحظاتی در مورد حساسیت وواکنشهای سرمی باید ۲۰۰۰۰۰ واحدپادزهر را داخل وریدی تزریق کرد.روزهای بعد ۵۰۰۰۰ واحد پادزهر را بایدهر روز داخل عضلانی تزریق کرد، تاهنگامی که تمام علائم بیماری از بین برود.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰۰, ۵۰۰۰ , ۱۰۰۰۰ IU per vial

IMMUNE GLOBULINES

ANTI-D IMMUNE GLOBULIN

HEPATITIS B IMMUNE GLOBULIN

(IMMUNE GLOBULIN (IG

(IMMUNE GLOBULIN INTRAVENOUS (IGIV

MEASLES IMMUNE GLOBULIN

RABIES IMMUNE GLOBULIN

TETANUS IMMUNE GLOBULIN

این فرآورده‌ها از پلاسما یا سرم انسانهای‌مصون‌شده حاصل تصفیه واستانداردمی‌شوند و برای ایجاد ایمنی‌انتقالی برعلیه‌یک یا چند بیماری به‌کار می‌روند. این‌مصونیت سریع حاصل می‌شود ولی برای‌مدت کوتاهی (۱-۳ ماه باقی می‌ماند. درهنگام مصرف ایمنوگلوبولین‌ها باید به‌نکات ذیل توجه نمود:

۱ ـ درد افراد حساس به ایمنوگلوبولین‌ها یاتایمروسال و بیماران مبتلا به نقص منفردایمنوگلوبولین A نباید ازاین فرآورده‌هااستفاده نمود. همچنین برای افراد بااختلالات انعقادی یا کاهش شدید پلاکتهانباید از فرآورده‌های داخل عضلانی‌مصرف نمود.

۲ ـ بجز IGIV، ایمنوگلوبولین‌هارا نبایدداخل وریدی تزریق نمود. با تزریق داخل‌وریدی ایمنوگلوبولین‌ها احتمال بروزواکنشهای آنافیلاکتوئید و کاهش سریع‌فشار خون وجود دارد.

۳ ـ از انجام آزمون جلدی خودداری شود،زیرا تزریق داخل جلدی گاماگلوبولین‌های‌غلیظ باعث ایجاد واکنش التهابی می‌شودکه ممکن است به عنوان یک واکنش آلرژیک‌مثبت تفسیر شود.

۴ ـ از مخلوط کردن ایمنوگلوبولین‌ها بادارو‌های دیگر خودداری شود.

۵ ـ تا سه ماه بعد از تجویز این فرآورده‌ها،باید از تجویز واکسن‌های ویروسی‌خودداری کرد. احتمالاـ لازم است که چنین‌افرادی مجدد ?واکسینه شوند.

ANTI-D IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده به منظورجلوگیری از ایجاد واکنش به فاکتور Rh وجلوگیری از بیماری همولیتیک نوزادان

دربارداری‌های بعدی استفاده می‌شود. ملاک‌تجویز در بارداری عبارتند از: مادر Rh-باشد و قبلا نسبت به فاکتور Rhحساس‌نشده باشد، نوزاد و یا پدر Rh+باشد.همچنین برای زنان حساس نشده بعد ازسقط خودبخود یا سقط القاء شده و یاهرگونه دستکاری نمونه برداری یاخونریزی ازمیان جفت استفاده می‌شود،مگر اینکه اثبات شود که جنین یا پدر Rh-باشد. در سقط یا بارداری خارج رحمی که‌تعیین گروه خونی جنین غیر ممکن است بافرض بر اینکه جنین Rh+ باشد، این‌فرآورده را تجویز می کنند، مگر اینکه اثبات‌شود که پدر Rh- است در افراد Rh-که‌اشتباه ?خون Rh+ دریافت کرده‌اند، برای‌جلوگیری از واکنش بر علیه فاکتور Rhاستفاده از این ایمنوگلوبولین توصیه شده‌است

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی IgG ضد Rho(D)است و در افراد Rh-، با مهار پاسخ‌ایمنی نسبت به گلبول‌های قرمز Rh+، ازایجاد حساسیت نسبت به فاکتور Rho(D)جلوگیری می کند. در افراد Rh- و حساس‌نشده‌ای که خون Rh+ به بدن آنها واردمی‌شود این فرآورده بطور موثر واکنش‌ایمنی را کاهش می‌دهد.

موارد منع مصرف ۱ ـ برای افرادی

که سابقه واکنشهای آنافیلاکتیک یاواکنشهای شدید سیستمیک نسبت به‌گلوبولین‌های انسانی دارند، Anti-D نبایدمصرف شود.

۲ ـ برای نوزادان بعد از تولد، افراد Rh+،افراد Rh-که قبلا نسبت به فاکتور Rhحساس شده‌اند، نباید تجویز شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو باید عضلانی وترجیح ?در عضله دلتوئید یا ران تزریق‌شود.

عوارض جانبی ناراحتی در محل تزریق تب درد عضلانی و خواب‌آلودگی ازعوارض جانبی این دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی بدلیل وجود سایرایمنوگلوبولین‌ها همراه Anti-D، تا ۳ ماه بعداز تزریق از انجام واکسیناسیون مادرخودداری شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از تجویز وبلافاصله بعد از زایمان آزمایش تعیین‌گروه خونی نوزاد (ABO, Rh)و آزمایش‌مستقیم آنتی‌گلوبولین را باید انجام داد.

۲ ـ در صورت لزوم در زایمانها، سقط‌جنین یا انتقال خون باید طی ۷۲ ساعت‌فرآورده را تزریق نمود.

۳ ـ اگر قبل از زایمان Anti-D تزریق شده‌باشد، لازم است که مادر یک مقدار مصرف‌دیگر بعد از زایمان نوزاد Rh+دریافت کند.چنانچه‌این فرآورده در محدوده ۳ هفته‌قبل‌از زایمان به‌مادر تزریق شده‌باشد،بعداز زایمان نیازی به تزریق مجدد نیست مگراینکه مقدار خونریزی جنینی مادری‌بیش‌از ۳۰ میلی‌لیتر خون کامل باشد.

۴ ـ این فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری واز انجماد آن‌جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پروفیلاکسی بعد از زایمان حداقل یک‌ویال ایمنوگلوبولین را باید طی ۷۲ ساعت‌بعد از زایمان تزریق کرد. در صورتی که‌مقدار خونریزی جنین مادری بیش از ۳۰میلی‌لیتر باشد، به ازای هر ۳۰ میلی‌لیترخون کامل یا ۱۵ میلی‌لیتر گلبول قرمزمتراکم باید یک ویال اضافی تزریق شود.

پروفیلاکسی قبل از زایمان در هفته‌های۲۶-۲۸ بارداری یک ویال و در محدوده ۷۲ساعت بعد از زایمان نیز باید یک ویال ازراه داخل عضلانی تزریق شود.

حوادث انتقال خون به ازاء هر ۳۰میلی‌لیتر خون کامل یا ۱۵ میلی‌لیتر گلبول‌قرمزمتراکم باید یک ویال ۳۰۰mcg تزریق‌کرد.

متفرقه بعد از ترومای شکمی نمونه‌برداری از مایع آمنیون سقط جنین (اعم ازخودبخود یا القاء شده ، یا بارداری خارج‌رحمی در یا بعد از هفته سیزدهم بارداری باید یک ویال تزریق نمود. در صورت‌تزریق در هفته ۱۳-۱۸ بارداری یک مقدارمصرف ۳۰۰ mcg دیگر نیز باید در هفته‌های ۲۶-۲۸ بارداری تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۳۰۰ mcg vials

HEPATITIS B IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده برای پیشگیری‌از بیماری هپاتیت B بعـد از تمـاس تزریقی سوزن تزریق یا تصادفی ، تماس غشاءمخاطی (ترشح تصـادفی مایع یا تماس‌خوراکی (اسـتفاده از پیپت با مواد HBsAgمثبت مثل خون پلاسـما یا سـرم درنوزادان متولـد شده از مادران HBsAgمثبت‌و افراد در معرض خطر با عفونت هپاتیت Bمصرف می‌شود.

تجویز ایمنوگلوبولین هپاتیت B قبل یاهمراه واکسن هپاتیت B نه تنها با ایجادپاسخ ایمنی فعال نسبت به واکسن تداخل‌ندارد، بلکه دستیابی سریع به سطوح لازم‌پادتن ضد هپاتیت را موجب می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی مقـدارزیادی از پادتن ضد آنتی‌ژن سـطحی‌ویروس هپاتیت Bمی‌باشد. تجویز مقدارتوصیه شده این فرآورده باعث فراهم‌نمودن سطح قابل تشخیص این‌ایمنوگلوبولین می‌شود که تقریبا برای‌مدت ۲ ماه یا بیشتر باقی می‌ماند.

هشدارها: ۱ ـ در افراد بـا سابقه واکنشهای‌حساسـیتی سیسـتمیک این فرآورده بایـد بااحتیاط مصـرف شود. اپی‌نفرین‌بایـد دردسترس باشد.

۲ ـ هنگام تزریق این فرآورده احتمال‌انتقال بیماریهای ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد موضعی در محل‌تزریق کهیر و آنژیوادم از عوارض جانبی‌عمده این دارو می‌باشند.

تـداخل‌های دارویی بـدلیل تـداخل اثر باواکسن‌های ویروسـی تا سه ماه بعد ازتزریق ایمنوگلوبولین هپاتیت B، از تجویزواکسن‌های ویروسی باید امتناع کرد.

نکات قابل توصـیه ۱ ـ بـدلیل احتمال بروزواکنشـهای شدیـد، از تزریق داخل وریـدی‌اجتناب شود. ترجیـح ?در عضـله ران یادلتوئید تزریق شود. بعلت احتمال خطرآسیب به عصب سیاتیک نباید در عضله‌سرینی تزریق شود.

۲ ـ فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن‌جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پیشـگیری بعد از تماس مقدار توصـیه‌شده ۰/۰۶ml/kg می‌باشـد و مقدار مصـرف‌معمول برای بزرگسالان معادل ۳-۵میلی‌لیتر است مقدار مورد نیاز را

باید بلافاصله (یا حداکثر طی ۷ روز)

بعد از تماس عضلانی تزریق کرد. ۲۸-۳۰روز بعد این تزریق را باید تکرار

نمود.

پیشگیری در نوزادان متولد شده ازمادران HBsAgمثبت بلافاصله بعد ازتولد (یا حداکثر طی ۱۲ ساعت مقدار نیم‌میلی لیتر از دارو را باید در داخل عضله‌ران تزریق کرد.

افراد در معرض خطر بـا عفونت هپـاتیتB: ایمنوگلوبولین هپـاتیت B(برای نوزادان‌نیم میلی‌لیـتر و برای بزرگسالاـن۰/۰۶ml/kg) را همزمان یا یک ماه قبل ازواکسن هپاتیت Bباید تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۱ , ۵ml vials

(IMMUNE GLOBULIN INTRAMUSCUALR (IG

موارد مصرف این فرآورده برای

پیشگیری یا درمان هپاتیت A، پیشگیری

یا تخفیف علائم سرخک جبران نقص‌ایمنوگلوبولین‌های طبیعی ایمنی انتقالی درافراد مبتلا به نقص سیستم ایمنی در معرض‌ابتلاء به آبله مرغان و کاهش احتمال بروزعفونت سرخجه و ضایعات جنینی در دوران‌بارداری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده محلولی ازایمنوگلوبولین‌ها، مخصوصا IgG،می‌باشد.

فارماکوکینتیک حداکثر سطوح خونی‌ایمنوگلوبولین IgGتقریبا دو روز بعد ازتزریق این فرآورده بدست می‌آید. نیمه‌عمر IgGدر گردش خون افراد با سطوح‌طبیعی IgG معادل ۲۳ روز است

موارد منع مصرف این فرآورده برای‌بیماران مبتلا به نقص منفرد IgAو یا نقص‌انعقادی یا کاهش تعداد پلاکتها نباید تجویزشود.

هشدارها: این فرآورده فقط باید به‌صورت‌داخل عضلانی (ترجیح ?در عضله سرینی تزریق شود.

عوارض جانبی درد و حساسیت موضع‌تزریق کهیر و آنژیوادم از عوارض جانبی‌عمده این دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر باواکسن‌های زنده ویروسی تا سه ماه بعداز تزریق این فرآورده از تجویزواکسن‌های ویروسی امتناع شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت تماس‌بیماران مبتلاـ به ضعف سیستم ایمنی باسرخک باید بلافاصله این فرآورده راتزریق و از مصرف واکسن سرخک‌خودداری کرد.

۲ ـ بدلیل احتمال بروز واکنشهای شدید،باید از تزریق داخل وریدی اجتناب

کرد.

۳ ـ برای افراد با سابقه واکنشهای‌حساسیتی سیستمیک این فرآورده باید بااحتیاط مصرف شود.

۴ ـ هنگام تزریق این فرآورده احتمال‌انتقال بیماریهای ویروسی وجود دارد.

۵ ـ فرآورده را باید در دمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری و از انجماد آن‌جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

هپاتیت A: برای افرادی که با بیماران مبتلابه هپاتیت Aتماس دارند، یک مقدار مصرف۰/۰۲ml/kg توصیه می‌شود. برای‌مسافرینی که قصد عزیمت به مناطق آلوده‌را دارند، برای حضور کمتر از سه ماه بایدیک مقدار مصرف ۰/۰۲ml/kg تزریق شودو برای حضور بیش از سه ماه هر ۴-۶ ماه‌یکبار ۰/۰۶ml/kg تزریق شود.

سرخک به منظور جلوگیری یا تخفیف‌علائم سرخک در افراد حساس که کمتر ازشش روز قبل با سرخک تماس داشته‌است ۰/۲۵ml/kg تزریق و اگر کودک‌حساس مبتلا به نقص ایمنی نیز باشد،۰/۵ml/kg (حداکثر ۱۵ میلی‌لیتر) تزریق‌شود.

نقص ایمنوگلوبولین استفاده از IGIVارجحیت دارد، ولی در صورت فقدان IGIVمی‌توان IG را مصرف کرد. مقدار مصرف‌اولیه ۱/۳ml/kg و بعد هر ۳ یا ۴ هفته۰/۶۶ml/kg تزریق شود. بعضی از بیماران‌با فواصل کوتاهتری به IG نیاز دارند.

آبله مرغان در صورت فقدان‌ایمنوگلوبولین ضد آبله مرغان بلافاصله۰/۶-۱/۲ml/kg تزریق شود.

سرخجه مقدار ۰/۵۵ml/kg طی ۷۲ ساعت‌بعد از تماس توصیه شده است

اشکال دارویی

Injection: ۲ , ۱۰ml vials

(IMMUNE GLOBULIN INTRAVENOUS (IGIV

موارد مصرف این دارو در درمان بیماران‌مبتلا به نقص سیستم ایمنی پوپورای‌ترومبوسیتوپنیک با منشاء ناشناخته لوسمی لنفوسیتیک مزمن سلول‌های B،سندرم کاواساکی جلوگیری از عفونتHIV در کودکان و در پیوند مغز استخوان‌به منظور جلوگیری از عفونت‌های‌سیستمیک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده باعث ایجادسطوح پادتن‌های وسیعی می‌شود.

فارماکوکنتیک ۵ ـ ۲ روز بعد از تزریق‌عضلانی سطوح سرمی لازم از پادتن‌هاایجاد می‌شود و نیمه عمر آنها حدود ۳ هفته‌است

موارد منع مصرف برای افراد با سابقه‌واکنشهای حساسیتی یا واکنشهای شدیدسیستمیک نباید مصرف شود. این‌فرآورده برای بیماران مبتلا به نقص منفرد IgAیا نقص انعقادی‌یا کاهش‌تعداد پلاکتهانباید تجویز شود.

هشدارها: ۱ ـ سندرم منژیت آسپتیک

بعد از تزریق IGIV مخصوصا با مقدارمصرف بالا ـ گزارش شده است این سندرم‌که از چند ساعت تا ۲ روز بعد از تزریق IGIVشروع می‌شود، دارای علائمی مثل‌سردرد شدید، خواب آلودگی تب هراس‌از نور، حرکت دردناک چشمها، تهوع واستفراغ می‌باشد.

۲ ـ IGIV می‌تواند باعث افت سریع فشارخون و علائم بالینی آنافیلاکسی شود.بروز این واکنشها به سرعت انفوزیون‌بستگی دارد. علائم حیاتی را باید بطورمداوم کنترل کرد و مراقب هر گونه علامت‌در مدت انفوزیون بود.

۳ ـ واکنشهای پیشرونده التهابی بیشتر دربیماران آگاماگلوبولینمی یاهیپوگاماگلوبولینمی شدید اتفاق می‌افتد که‌برای اولین بار تحت درمان باایمنوگلوبولین‌ها قرار می گیرند یا ۸ هفته ازآخرین تزریق ایمنوگلوبولین به آنهامی گذرد.

عوارض جانبی بروز عوارض جانبی به‌سرعت انفوزیون بستگی دارد. تهوع استفراغ کرامپ های شکمی لرز، افزایش‌درجه حرارت بدن افزایش ضربان قلب بثورات و قرمزی پوست سردرد وسرگیجه از عوارض عمده IGIVمی‌باشد.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر باواکسن‌های زنده ویروسی تا سه ماه بعداز تزریق IGIV، باید از تجویز واکسن‌های‌ویروسی امتناع شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ فقط باید از راه داخل‌وریدی تزریق شود.

۲ ـ فرآورده باید در دمای اتاق و زیر ۳۰درجه سانتیگراد نگهداری شود.

مقدار مصرف مقدار مناسب IGIV برای‌درمان نقصان IgG بیماران بر مبنای تامین‌سطح طبیعی (حداقل ۲g/l) تعیین می‌گردد.مقدار ۱۰۰–۴۰۰mg/kg هر سه تا چهارهفته یکبار توصیه شده است اگرچه‌بعضی از بیماران ممکن است تا میزان۶۰۰mg/kg هر سه تا چهار هفته یکبار نیازداشته باشند. برای نوبت اول توصیه‌می‌شود مقدار ۲۰۰mg/kg با فواصل کوتاهتری تزریق شود و بعد مطابق فوق‌مصرف شود.

در سایر موارد مصرف باید به‌راهنمایی‌های ارائه شده توسط سازندگان‌فرآورده‌ها توجه شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱, ۲.۵, ۵ , ۱۰g

MEASLES IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی انتقالی بر علیه بیماری سرخک مورداستفاده قرار می گیرد. همچنین در افرادمستعد که با

عفونت تماس داشته‌اند، برای‌پیشگیری و بهبودی سرخك مصرف‌می‌شود. همچنین در زنان باردار در سه‌ماهه اول بیماران مبتلا به سندرم نقص‌پادتن بیماران تحت درمان با مقادیر زیادکورتیکوستروئیدها یا سایر داروهای‌کاهنده سیستم ایمنی بیماران مبتلا به‌بیماریهای شدید تب‌دار (مخصوص ?اگردارای اختلالات مغزی باشند) به شرط آنکه‌تا بحال بر علیه سرخك واكسینه نشده‌باشند مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌ایمنوگلوبولین‌های لیوفیلیزه (عمدت ?IgG)می‌باشد و از پلاسمای حاوی پادتن‌های‌خاص بر علیه ویروس سرخک بدست‌می‌آید.

هشدارها: ۱ ـ در افراد با سابقه واکنشهای‌حساسیتی سیستمیك باید با احتیاطمصرف شود.

۲ ـ هنگام تزریق این دارو، احتمال انتقال‌بیماریهای ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد و سفتی در محل‌تزریق تب کهیر و آنژیوادم از

عوارض جانبی عمده این فرآورده‌می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر باواکسن‌های ویروسی تا سه ماه بعد ازتزریق این ایمنوگلوبولین از تجویزواکسن‌های ویروسی امتناع شود.

نکات قابل توصیه این فرآورده باید دردمای‌بین ۲–۸ درجه سانتیگراد و دور از نور وتحت خلاء یا گاز خنثی نگهداری شود.

مقدار مصرف

پیشگیری فوری در اسرع وقت بعد ازتماس (یا حداکثر طی ۵ روز بعد از آن ۰/۲، –۰/۴ml/kg باید داخل عضلانی تزریق‌شود. در صورت تداوم تماس همین مقداربايد بعد از ۲–۳ هفته تکرار شود.

درمان بیماری سرخک تزریق داخل‌عضلانی ۱–۱/۲ml/kg توصیه می‌شود.

جلوگیری از بروز عوارض جانبی بعداز واکسیناسیون برای این منظور تزریق‌داخل عضلانی ۰/۰۲ml/kg توصیه شده‌است این مقدار از پیشرفت ایمنی فعال برعلیه واکسن جلوگیری نمی‌کند.

اشکال دارویی

Injection: ۲۰۰IU/ml

RABIES IMMUNE GLOBULIN

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی انتقالی بر علیه بیماری هاری همراه باواکسن هاری مورد استفاده قرار می‌گیرد.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌ایمنوگلوبولین‌های انسانی (عمدت ?IgG)می‌باشد که از پلاسمای افراد مصون شده‌بر علیه بیماری هاری بدست می‌آید.

فارماکوکینتیک از ۲۴ ساعت بعد از تزریق‌سطوح پادتن انتقالی قابل تشخیص خواهدبود و برای ۲۱ روز در سطح مطلوب باقی‌خواهد ماند.

هشدارها: ۱ ـ در افراد با سابقه واکنشهای‌حساسیتی سیستمیك باید با احتیاطمصرف شود.

۲ ـ هنگام تزریق دارو، احتمال انتقال‌بیماریهای ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد و سفتی در محل‌تزریق تب کهیر و آنژیوادم از عوارض‌جانبی عمده این فرآورده می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بدلیل تداخل اثر باواکسن‌های ویروسی تا سه ماه بعد ازتزریق ایمنوگلوبولین ضد هاری از تجویزواکسن‌های ویروسی امتناع شود. همچنین‌در صورت مصرف همزمان واکسن هاری باید از تکرار تزریق ایمنوگلوبولین‌خودداری شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای افراد مبتلا به‌نوعی خاص از کمبود IgA ، کمبود پلاکتها واختلالات انعقادی باید با احتیاط استفاده‌شود.

۲ ـ این فرآورده نباید تزریق وریدی شود.

۳ ـ این فرآورده بایـد دردمای بین ۲–۸درجه سـانتیگراد و دور از نور نگهـداری‌شود. از انجماد فرآورده جلوگیری شود ودر صورت انجماد آن را باید دور ریخت

مقـدار مصـرف هر چه سـریعتر بعد از تماس مقدار (۲۰IU/Kg یا ۰/۱۳۳mg/ml، تجویزمی‌شود. نیمی از مقـدار مورد نیـاز را باید درمحل گزش پخش کرد و باقیمانده را درعضله سرینی تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۲ , ۱۰ml vials, ۱۵۰IU/ml

TETANUS IMMUNE GLOBULIN

موارد مصـرف این فرآورده برای ایجـادایمنی انتقـالی بر علیه بیمـاری کزاز در افرادزخمی که زخم آنها با اسـپور باکتری کزازآلوده شده باشد، استـفاده می‌شود.همچنین برای افراد زخمی در صورت‌مشخص نبودن سابقه واکسیناسیون کزازیا گذشت بیش از ۱۰ سال از آخرین نوبت‌تزریق نیز تجویز این فرآورده توصیه‌شده است مصرف همزمان این فرآورده باتوکسوئید کزاز بلامانع است

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌ایمنوگلوبولین‌های لیوفیلیزه (عمـدت ?IgG)می‌باشد و از پلاسـمای حاوی پادتن‌های‌خاص بر علیه Chlostridium Tetaniبدست‌می آید.

فارماکوکنتیـک پـادتن کزاز دارای نیمه‌عمری معادل ۳/۵ تا ۴/۵ هفته می‌باشد. از۲۴ ساعت بعـد از تزریق سـطوح پادتن‌انتقالی قابل تشخیص خواهد بود و برای۲۱ روز در سطح مطلوب باقی خواهد ماند.

هشدارها: ۱ ـ در افراد با سابقه واکنشهای‌حساسیتی سیستمیک باید با احتیاطمصرف شود.

۲ ـ هنگام تزریق این دارو، احتمال انتقال‌بیماریهای ویروسی وجود دارد.

عوارض جانبی درد و سفتی در محل‌تزریق کهیر و آنژیوادم از عوارض جانبی‌عمده این فرآورده می‌باشند.

تـداخل‌های دارویی بـدلیل تـداخل اثر باواکسن‌هـای ویروســی تـا سـه مـاه بعـد ازتزریـق ایمنوگلوبـولین ضـد کزاز، بایـد ازتجـویز واکسن‌های ویروسی امتناع کرد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باید از راه داخل‌عضـلانی و ترجیح ?در عضـله ران یادلتوئید تزریق گردد. بعلت احتمال خطرآسیب به عصب سیاتیک نباید در عضله‌سرینی تزریق شود. فقط از راه داخل‌عضلانی استفاده شود.

۲ ـ آزمون جلـدی نبایـد انجام شود، زیراتزریق داخل جلـدی محلول‌های غلیظ IgGاغلب باعث واکنشـهای التهابی موضعی‌می‌شوند که ممکن است با واکنشهای‌آلرژیک اشتباه شوند.

۳ ـ این فرآورده باید دردمای بین ۲–۸درجه سانتیگراد و دور از نور نگهداری واز انجماد آن جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

پیشـگیری برای افراد بـا سـن بیش از ۷ سال ۲۵۰ واحـد و برای کودکـان کمـتر از ۷ سـال بـه‌ازای هر کیلـوگرم وزن آنـان ۴ واحد مصـرف‌شود. اگرچه می‌توان همان مقدار بزرگسالان‌را برای کودکان نیز مصرف کرد. در این‌کودکان مصرف همزمان این فرآورده با DTPیا DT بـا سـرنگ متفـاوت و در محلی‌دیگر بایـد تزریق شود. در صورت زخمهـای‌بزرگ و یا کثیف برای بزرگسالانی که بیش‌از ۱۰ سـال از تزریـق دوز یـادآوری Tdیاتوکسوئیـد کزاز آنها می‌گـذرد مصـرف‌همزمان توکسوئیـد اجباری است درصورت گذشت بیش از ۲۴ ساعت از ایجادزخم یا آلودگی شدید زخم و یا درسوختگیها بدون توجه به وضعیت‌واکسیناسـیون فرد باید ۵۰۰

واحد از این‌فرآورده را داخل عضلانی تزریق نمود.

درمان ۱۵۰ واحد به ازا هر کیلوگرم وزن‌فرد (در یک نوبت همراه با روشهای‌درمانی دیگر باید استفاده شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ uints vials

AZATHIOPRINE

موارد مصرف آزاتیوپرین به‌عنوان داروی‌کمکی برای جلوگیری از رد پیوند کلیه وکبد و لوزالمعده مصرف می‌شود. این دارودر رماتیسمهای فعال و حاد که به داروهای‌ضدالتهاب معمولی جواب نمی‌دهند، به‌کارمی‌رود. به‌عنوان کاهنده سیستم ایمنی بدن‌در بیماریهایی با منشاء ایمونولوژیک ازجمله هپاتیت مزمن فعال سیروزصفراوی لوپوس اریتماتوزسیستمیک وگلومرولونفریت به‌کار برده می‌شود.

مکانیسم اثر: آزاتیوپرین آنتاگونیست‌متابولیسم پورین بوه و بنابراین احتمالاساخت RNA ، DNA و پروتئین‌ها را مهارمی‌کند. همچنین این دارو ممکن است درتقسیم میتوز تداخل نماید.

فارماکوکینتیک این دارو از دستگاه گوارش‌به‌خوبی جذب می‌گردد. متابولیسم آن‌کبدی است دفع آن کبدی و در درجه دوم‌کلیوی می‌باشد.

هشدارها: آزاتیوپرین در حیوانات‌سرطان‌زا بوده و ممکن است در انسان نیزسرطان‌زا باشد. بعضی از ناهنجاریهای‌کروموزومی نیز در انسان دیده شده است

عوارض جانبی عوارض احتمالی داروعبارتند از: واکنش‌های ازدیاد حساسیت ریزش مو، تضعیف مغز استخوان تب ولرز، گلو درد ناشی از کمبود گویچه‌های‌سفید و همچنین خستگی و ضعف غیرعادی‌ناشی از کم‌خونی (مگالوبلاستیک .

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان باآلوپورینول به‌دلیل وقفه آنزیم گزانتین‌اکسیداز ممکن است سمیت آزاتیوپرین راافزایش دهد. استفاده از داروهای‌تضعیف‌کننده مغز استخوان و اشعه‌می‌تواند منجر به ایجاد سرطان گردد.

نکات قابل توصیه در طول درمان با این‌دارو، انجام واکسیناسیون با واکسن‌های‌زنده توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف به‌عنوان پیش درمانی برای‌جلوگیری از پس زدن عضو پیوند شده‌مقدار مصرف اولیه به‌صورت خوراکی ۳-mg/kg ۵ و یا ۱۲۰ mg/m۲ از سطح بدن‌یک تا سه روز قبل از عمل جراحی تجویزمی‌شود. مقدار مصرف نگهدارنده‌به‌صورت خوراکی ۱-۲ mg/kg و یا۴۵ mg/m۲ سطح بدن می‌باشد. دربیماریهای التهابی روده هپاتیت سیروز،گلومرولونفریت سندروم نفروتیک میوپاتی التهابی میاستنی گراو،درماتومایوز عمومی و پمفیگوس‌به‌صورت خوراکی ۱mg/kg/day تجویزمی‌شود و طی مدت ۶ تا ۸ هفته به مقدار۲/۵mg/kg/day افزایش می‌یابد. برای‌رسیدن به مقدار نگهدارنده آن باید هرچهار هفته به‌مقدار ۰/۵ mg/kg/day ازمقدار مصرف آن کاست تا به حداقل مقدارمصرف مؤثر آن رسید.

در لوپوس اریتماتوز و روماتوئید آرتریت‌به‌صورت خوراکی ۱ mg/kg/day و طی‌مدت ۶ تا ۸ هفته به مقدار mg/kg/day ۲/۵افزایش می‌یابد و سپس همانند مرحله قبل‌از مقدار مصرف آن کاسته تا به حداقل‌مقدار مصرف مؤثر آن برسد.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰ mg

Injecion: ۵۰ mg

CICLOSPORIN

موارد مصرف سیکلوسپورین درجلوگیری از رد پیوند کلیه کبد، قلب یاسایر ارگانها به همراه کورتیکوستروئیدهامصرف می‌شود. این دارو هم چنین درآرتریت روماتویید حاد، درماتیت آتوپیک‌و پسوریازیس به کار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثر دارو احتمالا به‌دلیل مهارتولید و آزاد شدن اینترلوکین ۲- که برای‌پاسخ‌های ایمنی سلولی و هومورال‌ضروری است می‌باشد.

فارماکوکینتیک جذب دارو از دستگاه‌گوارش متغیر و حدود ۳۰ درصد است متابولیسم شدید کبدی دارد و نیمه عمر آن‌در کودکان حدود ۷ ساعت و دربزرگسالان حدود ۱۹ ساعت است و به‌طورعمده از طریق صفرا و مدفوع دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود عفونت‌های‌ویروسی یا باکتریائی و عیب کار کبد یاکلیه باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ در صورت بروز عیب کار کلیه طی‌درمان مقدار مصرف دارو باید کاهش‌داده شود.

عوارض جانبی هیپرپلازی لثه‌ها، افزایش‌فشار خون و سمیت کلیوی از عوارض‌جانبی مهم و شایع سیکلوسپورین هستند.

تداخل‌های داروئی مصرف همزمان‌کتوکونازول آندروژن‌ها، سایمتیدین دانازول دیلتیازم اریترومایسین یااستروژن‌ها باعث افزایش غلظت سرمی‌سیکلوسپورین می‌شود. مصرف همزمان‌سیکلوسپورین با مدرهای نگهدارنده پتاسیم‌ممکن است باعث افزایش پتاسیم خون شود.مصرف همزمان سایر داروهای تضعیف‌کننده سیستم ایمنی با سیکلوسپورین ممکن‌است خطر بروز عفونت را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بیماران مصرف‌کننده‌سیکلوسپورین باید تحت نظر کامل پزشک‌باشد.

۲ ـ اندازه‌گیری غلظت سرمی‌سیکلوسپورین کرآتینین BUN و اسیداوریک طی درمان با دارو ضروری است

۳ ـ در صورت بروز هر نوع عفونت بایددرمان آن سریع ?انجام شود. ممکن است‌به کاهش مقدار مصرف سیکلوسپورین‌نیاز باشد.

۴ ـ در صورت ظهور علائم رد پیوند بایدمقدار مصرف افزایش داده شود.

۵ ـ کودکان ممکن است به مقدار مصرف‌بیشتری از دارو نیاز داشته‌باشند.

مقدار مصرف

خوراکی مقدار ۱۵-۱۲ mg/kg/day مصرف‌می‌شود. مصرف دارو ۴-۱۲ ساعت قبل ازجراحی شروع و به مدت ۱-۲ هفته بعد ازعمل ادامه می‌یابد. مقدار مصرف سپس به‌میزان ۵٪ در هفته تا رسیدن به مقدارمصرف نگه‌دارنده (۶-۲ mg/kg/day)کاهش می‌یابد.

تزریقی مقدار ۵-۳ mg/kg/day به‌صورت‌انفوزیون آهسته وریدی ۲-۶ ساعت قبل ازجراحی تجویز می‌شود. انفوزیون وریدی‌مداوم و تا زمانی که بیمار قادر به مصرف‌شکل خوراکی دارو باشد ادامه می‌یابد.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

For Injection: ۵۰ mg/ml

Oral Solution: ۱۰۰ mg/ml

INTERFERON BETA–1A

موارد مصرف مولتیپل اسکلروزیس برای‌درمان اشکال عود کننده بیماری و کاهش‌میزان پیشرفت ناتوانائی فیزیکی و کاهش‌تشدید

بیماری مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اینترفرون beta-۱a و beta-۱bمحصولات پروتئینی هستند که از روش‌بازترکیبی حاصل و به منظور تزریق آماده‌شده‌اند. اینترفرون beta-۱a گلیکوپروتئینی‌با ۱۶۶ اسید آمینه می‌باشد که از نظر توالی‌اسیدآمینه‌ها با اینترفرون انسانی یکسان‌است اینترفرون‌ها گروهی از پروتئین‌ها یاگلیکوپروتئین‌های طبیعی هستند که توسطسلول‌های اوکاریوت و در پاسخ به‌عفونتهای ویروسی یا سایر محرکهای‌بیولوژیک تولید می‌شوند. اینترفرون بتادارای خواص ضد ویروس ضدتکثیر وتنظیم کننده ایمنی می‌باشد. مکانیسم عمل‌آن در بیماری مولتیپل اسکلروزیس کاملامشخص نیست اثبات شده است که‌اینترفرون با اتصال به گیرنده های خودش‌در سطح سلول بیان یک سری ازمحصولات ژنی را باعث می‌شود. اعتقاد

بر این است که این محصولات میانجی‌های‌اعمال بیولوژیک اینترفرون بتا

می‌باشند.

فارماکوکینتیک متعاقب تزریق مقدار۱۵-۷۵ میکروگرم تولید مارکرهای پاسخ‌بیولوژیک (مثل نئوپترین و بتا-۲میکروگلوبولین تحریک می‌شوند. سطوح‌این مارکرها در طی ۱۲ ساعت بعد ازتجویز به حداکثر میزان خود می‌رسد وبرای حداقل ۴ روز بالا باقی می‌ماند.حداکثر پاسخ بیولوژیک ۴۸ ساعت بعد ازتجویز مشاهده خواهد شد.

موارد منع مصرف حساسیت مفرط به‌دارو، آلبومین انسانی یا هر یک از اجزاءفرآورده از موارد منع مصرف این‌فرآورده می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ تاثیر و بی ضرری این دارودر درمان مولتیپل اسکلروزیس پیشرونده‌مزمن اثبات‌نشده است

۲ ـ بدلیل احتمال افزایش افسردگی وخودکشی در بیماران مبتلا به افسردگی‌باید با احتیاط مصرف شود. اگر در بیماری‌افسردگی بیشتر شد، باید به قطع درمان‌توجه داشت

۳ ـ در بیماران مبتلا به تشنج و برای‌بیماران قلبی این دارو باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی سردرد، تب علائم شبه‌آنفلونزا، عفونت مجاری تنفسی دردعضلانی و تهوع از عوارض جانبی عمده‌این دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این فرآورده بایددردمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری‌شود. در صورت عدم وجود یخچال اینترفرون beta-۱a را برای مدت ۳۰ روزمی‌توان در درجه حرارت ۲۵ درجه‌سانتیگراد نگهداری نمود. در صورت آماده‌سازی هرچه سریعتر و در عرض ۶ ساعت نگهداری دردمای ۲-۸ درجه سانتیگراد)مصرف شود.

۲ ـ قبل از شروع درمان و همچنین بافواصلی در حین درمان انجام آزمایشات‌ذیل توصیه می‌شود: هموگلوبین شمارش‌کامل و تمایزی گلبول‌های سفید، شمارش‌پلاکتها و آزماشات بیوشیمیائی خون مثل‌آزمونهای فعالیت کبد.

۳ ـ احتمال بروز علائم شبه آنفلونزا وجوددارد. این علائم شامل تب لرز،دردعضلانی تعریق می‌باشند.

۴ ـ ممکن است حساسیت به نور در بیمارایجاد شود. لازم است اقدامات حفاظتی دراین مورد بعمل آید.

مقدار مصرف ۱/۱ میلی‌لیتر از محلول رقیق‌کننده را باید به اینترفرون beta-۱a افزود وبارامی چرخانند تا فرآورده بطور کامل حل‌شود. برای درمان مولتیپل اسکلروزیس‌باید مقدار ۳۰ میکروگرم هر هفته یکبارداخل عضلانی تزریق شود.

اشکال دارویی

:Powder for injection

(۳۳mcg (۶.۶million IU

INTERFERON BETA-۱B

موارد مصـرف برای استفاده در بیماران‌بستری مبتلا به نوع متناوب بیماری‌مولتیپل اسکلروزیس به منظور کاهش‌تناوب و وخامت این بیماری مصرف‌می‌شود. این نوع بیماری با حملات‌عودکننده اختلالات عصبی همراه بابهبودی کامل یا ناقص مشخص می‌شود.

مکـانیسم اثر: اینترفرون beta-۱a و beta-۱bمحصولات پروتئینی هستند که به منظورتزریق آماده شده‌انـد. اینترفرون beta-۱bپروتئینی دارای ۱۶۵ اسید آمینه ولی فاقدزنجیره جانبی کربوهیدرات موجود دراینترفرون انسانی می‌باشد. اینترفرون هاگروهی از پروتئین‌ها یا گلیکوپروتئین‌های‌طبیعی هستند که توسط سلول‌های‌اوکاریوت و در پاسخ به عفونتهای‌ویروسی یا سایر محرکهای بیولوژیک‌تولید می‌شوند. اینترفرون بتا دارای‌خواص ضدویروس ضدتکثیر و تنظیم‌کننده ایمنی می‌باشد. مکانیسم عمل آن دربیماری مولتیپل اسکلروزیس کاملامشخص نیست اثبات شده است که‌اینترفرون با اتصال به گیرنده های خودش‌در سطح سلول بیان یک سری ازمحصولات ژنی را باعث می‌شود. اعتقاد براین است که این محصولات میانجی‌های‌اعمال بیولوژیک اینترفرون بتا می‌باشند.

فارماکوکینتیک با تزریق زیرجلدی غلظت‌سرمی این فرآورده بین ۱-۸ ساعت بعد ازتجویز به حداکثر میزان (۴۰IU/ml) خودمی‌رسد. فراهمی زیستی از راه زیرجلدی‌معادل ۵۰٪ می‌باشد.

نیمه عمر دارو بین ۸ دقیقه تا ۴/۳ ساعت وحجم توزیع آن برابر ۰/۲۵-۲/۸۸L/kgمی‌باشد. تزریق داخل وریدی دارو ۳ باردر هفته برای دو هفته باعث تجمع دارو درسرم بیماران نمی‌شود.

موارد منع مصرف حساسیت مفرط به‌دارو، آلبومین انسانی یا هر یک از اجزاءفرآورده از موارد منع مصرف این‌فرآورده می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ تاثیر و بی ضرری این دارودر درمان مولتیپل اسکلروزیس پیشرونده‌مزمن اثبات نشده‌است

۲ ـ بدلیل احتمال افزایش افسردگی وخودکشی در بیماران مبتلا به افسردگی‌باید با احتیاط مصرف شود. اگر در بیماری‌افسردگی بیشتر شد، باید به قطع درمان‌توجه داشت

۳ ـ در بیماران مبتلا به تشنج و برای‌بیماران قلبی این دارو باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی واکنشهای موضعی درمحل تزریق سردرد، تب لرز، سینوزیت علائم شبه آنفلونزا، درد عضلانی اسهال یبوست استفراغ و عوارض عصبی ازعوارض جانبی عمده این دارو می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ نگهداری تمام اوقات‌این فرآورده باید دردمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری شود. در صورت‌آماده سازی باید فرآورده را در عرض ۳ساعت استفاده کرد.

۲ ـ آماده سازی ۱/۲ml از محلول رقیق‌کننده بداخل ویال تزریق شود، به آهستگی‌ویال چرخانیده شود تا دارو بطور کامل‌حل گردد. بعد از آماده سازی ویال حاوی‌محلول ۰/۲۵mg/ml می‌باشد.

۳ ـ قبل از شروع درمان و همچنین بافواصلی در حین درمان انجام آزمایشات‌ذیل توصیه می‌شود: هموگلوبین شمارش‌کامل و تمایزی گلبول‌های سفید، آزمونهای‌فعالیت کبد.

۴ ـ احتمال بروز علائم شبه آنفلونزا وجوددارد. این علائم شامل تب لرز، دردعضلانی و تعریق می‌باشد.

۵ ـ ممکن است حساسیت به نور در بیمارایجاد شود. لازم است اقدامات حفاظتی دراین مورد بعمل آید.

مقدار مصرف ۰/۲۵mg معادل ۸mIUیکروز در میان زیرجلدی تزریق شود.

اشکال دارویی

(Powder for injection: ۰.۳mg (۹.۶ mIU

INTERFERON GAMMA-1B

موارد مصرف این دارو برای کاهش

احتمال بروز و شدت عفونتهای همراه بابیماری گرانولوماتوز مزمن مصرف‌می‌شود

مکانیسم اثر: اینترفرون gamma-۱b دارای‌یک زنجیره پپتیدی با ۱۴۰ اسیدآمینه‌می‌باشد. اینترفرون‌ها گروهی ازپروتئین‌ها یا گلیکوپروتئین‌های طبیعی‌هستند که توسط سلول‌های اوکاریوت ودر پاسخ به عفونتهای ویروسی یا سایرمحرکهای بیولوژیک تولید می‌شوند.اگرچه اینترفرون‌ها دارای خواص‌مشترکی می‌باشند، ولی اینترفرون گامادارای اثرات فعال کنندگی فاگوسیت‌ها (مثل‌تولید متابولیت‌های اکسیژن در داخل‌فاگوسیت‌ها) می‌باشد. تحقیقات نشان‌می‌دهد که اینترفرون گاما باعث افزایش‌متابولیسم اکسیداتیو ماکروفاژهای بافتی افزایش سایتوتوکسیسیتی وابسته به‌پادتن و فعالیت سلول‌های کشنده طبیعی‌می‌شود. برخلاف اینترلوکین ۴،اینترفرون گاما سطح IgE و تولید کلاژن راکاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک نیمه عمر این فرآورده ۳۸ دقیقه ۲/۹ ساعت و ۵/۹ ساعت به ترتیب‌برای تزریق داخل‌وریدی داخل عضلانی وزیرجلدی می‌باشد. با تزریق زیرجلدی‌غلظت سرمی این فرآورده تقریبا ۷ ساعت‌بعد از تجویز به حداکثر خود می‌رسد. درحالیکه برای تزریق داخل عضلانی زمان‌لازم برای حداکثر غلظت برابر ۴ ساعت‌است

موارد منع مصرف در صورت حساسیت‌مفرط به اینترفرون گاما، محصولات‌باکتری E. coli یا هر یک از اجزاء فرآورده‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ هنگام مصرف برای بیماران‌مبتلا به تشنج یا اختلالات CNS و بیماران‌قلبی و بیماران مبتلا به ضعف مغزاستخوان احتیاط لازم بعمل آید.

۲ ـ در صورت بروز واکنش حادحساسیتی مصرف دارو فور?باید قطع واز روشهای درمانی مناسب استفاده شود.

عوارض جانبی تب لرز، جوشهای پوستی سردرد، ناراحتی های قلبی و عصبی وواکنشهای موضعی در محل تزریق ازعوارض جانبی عمده این دارو می‌باشد.

تداخل های دارویی هنگام مصرف همزمان‌با داروهای کاهنده فعالیت مغز استخوان‌باید احتیاط لازم را بعمل آورد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ انجام آزمایشات ذیل‌قبل از درمان و با فواصل ۳ ماهه در حین‌درمان بیماران مبتلا به گرانولوماتوزتوصیه می‌شود: آزمایشات خون شناسی شمارش کامل سلول‌های خونی شمارش‌تمایزی و پلاکتها) و آزمایشات‌بیوشیمیائی (آزمایشات مربوط به فعالیت‌کلیه و کبد) و آزمایش ادرار.

۲ ـ بهترین محل تزریق زیرجلدی در عضله‌دلتوئید یا ران می‌باشد.

۳ ـ ویال فرآورده یکبار مصرف بوده

لذا مقدار استفاده نشده را باید دور

ریخت

۴ ـ تمام اوقات این فرآورده باید در

دمای ۲-۸ درجه سانتیگراد نگهداری ولی‌از انجماد آن باید جلوگیری کرد. از بهم‌زدن شدید فرآورده خودداری شود. اگرفرآورده بیش از ۱۲ ساعت در حرارت اتاق‌قرار گرفت باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف برای بیمارانی که بدن آنهابیشتر از ۰/۵m۲ می‌باشد، ۵۰mcg/m۲(۱/۵million U/m۲) و برای بیمارانی که‌بدن آنها معادل یا کمتر از ۰/۵m۲ می‌باشد،۱/۵mcg/kg/dose سه بار در هفته بایدزیرجلدی تزریق کرد (بطور مثال دوشنبه چهارشنبه و جمعه . تجویز مقدار بیشترتوصیه نمی‌شود. اگر واکنشهای شدیدظاهر شد، باید مقدار مصرف را (تا نصف‌مقدار فوق کاهش داد یا تا از بین رفتن این‌واکنشها باید مصرف را قطع نمود.

اشکال دارویی

Injection: in ۱۰۰mcg (۳million units) insingle-use vial

TOXOIDS

DIPHTHERIA & TETANUS & PERTUSSI

(VACCINE (DTP

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXODIDS (DT

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOIDS (Td

(TETANUS TOXOID (TT

توکسوئیدها اگزوتوکسین‌های تغییریافته‌باکتری‌ها می‌باشند که بوسیله واکنش بافرمالدئید خنثی می‌شوند. اگرچه‌توکسوئیدها سمی نیستند ولی به لحاظخاصیت آنتی‌ژنیک تولید پادتن‌های‌اختصاصی بر علیه سم باکتری را تحریک‌می کنند. هنگام تزریق توکسوئیدها باید به‌نکات زیر توجه داشت

۱ ـ بیماران تحت درمان باداروهای کاهنده‌سیستم ایمنی یا مبتلا به نقص ایمنی ممکن‌است پاسخ کمی برای ایجاد ایمنی فعال‌نشان دهند.

۲ ـ در صورت مشاهده ذرات معلق یا تغییررنگ در فرآورده باید از تزریق آن‌خودداری شود.

۳ ـ توکسوئیدها هرگز نباید برای درمان‌بیماری کزاز یا دیفتری یا سیاه سرفه‌مصرف شوند.

۴ ـ این فرآورده‌ها را نباید در عضله‌سرینی از راه داخل وریدی زیر جلدی یاداخل جلدی تزریق کرد. تزریق داخل‌عضلانی در عضله دلتوئید یا عضله ران ترجیح ?برای نوزادان توصیه شده است از تزریق در اطراف عروق خونی و اعصاب‌باید اجتناب کرد. بعد از آسپیراسیون اگرخون یا مایع مشکوکی به داخل سرنگ‌وارد شد، تزریق را نباید انجام داد ومحتویات سرنگ را باید دور ریخت و بااستفاده از یک توکسوئید جدید و در محلی‌متفاوت باید تزریق را انجام داد. درواکسیناسیون اولیه از تزریق مجدد در یک محل باید اجتناب کرد.

۵ ـ افزایش فواصل زمانی بین نوبتهای‌تزریق توکسوئیدها (بدون توجه به زمان‌تاخیر) در ایجاد مصونیت نهائی تاثیری‌ندارد. بنابراین در صورت تاخیر نیازی به‌شروع یک دوره جدید نیست

۶ ـ برای جلوگیری و مهار هر گونه واکنش آلرژیک امکانات لازم باید در دسترس‌باشد.

۷ ـ توکسوئیدها باید دردمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری شوند. از انجماد آنهاجلوگیری شود و توکسوئید منجمد شده راباید دور ریخت قبل از استفاده فرآورده‌را باید تکان داد تا محتویات ویال بصورت‌تعلیق درآید.

(VACCINE (DTP

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی فعال بر علیه بیماری کزاز، دیفتری وسیاه سرفه در نوزادان و کودکان از سن ۲ماهگی تا ۷ سالگی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌توکسوئیدهای کزاز و دیفتری و باسیل‌غیرفعال سیاه سرفه می‌باشد و تولیدپادتن‌های خنثی کننده بر علیه هر سه عامل‌بیماریزا را موجب می‌شود. ایمن‌سازی‌مناسب با توکسوئید دیفتری حداقل ۱۰سال مصونیت ایجاد می کند.

موارد منع مصرف این فرآورده نباید برای‌کودکان با سن بیش از ۷ سال یا کمتر از ۶هفته مصرف شود. در صورت سابقه‌بهبودی از

یک عفونت اثبات شده با باسیل‌سیاه سرفه حساسیت نسبت به یکی ازاجزاء فراورده وجود تب یا عفونت حاد، ،هرگونه عفونت حاد یا بیماری همراه با تب ،سابقه عوارض نورولوژیک و حساسیتی‌متعاقب تزریق این فرآورده اختلالات‌انعقادی یا کاهش تعداد پلاکت‌ها و در هنگام‌شیوع پولیومیلیت از موارد منع مصرف‌این توکسوئید می‌باشند.

در موارد منع مصرف واکسن سیاه سرفه‌می‌توان توکسوئید کزاز و دیفتری‌مخصوص کودکان DT را جایگزین این‌فرآورده نمود.

هشدارها: ۱ ـ برای درمان بیماری کزاز یاپیشگیری فوری باید از پادزهرکزاز وترجیح ?از پادتن انسانی ضد کزاز استفاده‌شود. برای درمان بیماری دیفتری یاپیشگیری فوری باید پادزهردیفتری‌مصرف شود.

۲ ـ واکسن DTP نباید برای ایمن‌سازی درافراد با سن بیشتر از ۷ سال استفاده کرد وبجای آن توکسوئید تتانوس و دیفتری (Td)برای ایمن‌سازی در بزرگسالان بایدتزریق شود.

۳ ـ برای کودکانی که احتمال بروز تشنج درآنها وجود دارد، به منظور پیشگیری ازتشنجهای تبی مقدار مناسب استامینوفن (براساس سن هر ۴-۶ ساعت تجویز شود.

۴ ـ اگر در تزریقهای قبلی فرآورده مواردزیر طی ۴۸ ساعت بعد از تزریق DTP اتفاق‌افتاده است نوبت‌های بعدی باید با احتیاطمصرف شود:

تب ۴۰/۵ درجه سانتیگراد به علت واکسن ونه به علت دیگری شوک یا کلاپس یا گریه‌مداوم و غیر قابل تسکین تشنج با یا بدون‌تب

عوارض جانبی قرمزی درد و تورم ملایم‌در ناحیه تزریق که برای چند روز باقی‌می‌ماند، ازعوارض موضعی این‌توکسوئیدمی‌باشند. عوارض سیستمیک ملایم شامل‌تب ملایم ناخوشی خواب‌آلودگی واستفراغ می‌باشند. عوارض‌سیستمیک که‌بروزآنها باعث منع مصرف مجددفرآورده می گردد عبارتنداز: تشنجات هرگونه آسیب مغزی بیماریهای عصبی تغییر هوشیاری شوک و کلاپس حساسیت واکنش شبیه آرتوس

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی‌باعث کاهش پاسخ ایمنی می گردد و دربیماران تحت درمان با این داروها ممکن‌است مصونیت ایجاد نشود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت مصرف‌همزمان با ایمنوگلوبولین کزاز یا پادزهردیفتری با استفاده از سرنگ‌های متفاوت ودر محلهای مختلف این فرآورده‌ها را بایدتزریق کرد.

مقدار مصرف

واکسیناسیون اولیه بین سن ۶ هفتگی تا۶ سالگی سه نوبت و هر نوبت ۰/۵میلی‌لیتر (داخل عضلانی به فاصله ۴-۸هفته از یکدیگر و یک نوبت اضافی (۰/۵میلی‌لیتر) یک‌سال بعداز نوبت سوم تزریق‌شود. برای نوزادان نارس مقدار کامل ۰/۵میلی‌لیتری استفاده شود. نوبت یادآوری‌هم در سن ۴-۶ سالگی (۰/۵ میلی‌لیتر)توصیه شده است اگر تزریق چهارمین‌نوبت دوره واکسیناسیون بعد از سن ۴سالگی انجام شود، نیازی به تزریق نوبت‌یادآوری نیست

بعد از این برای نوبتهای یادآوری هر ۱۰سال یکبار باید توکسوئید کزاز و دیفتری‌مخصوص بزرگسالان (Td)تزریق کرد.

در کودکان واکسینه نشده سه نوبت ۰/۵ میلی‌لیتری به فاصله ۲ ماه از یکدیگرو نوبت چهارم ۱۲ ماه بعد از نوبت سوم ونوبت پنجم درسنین ۴-۶ سالگی بایدتزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۵ , ۱۰ml

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (DT

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی فعال بر علیه بیماری کزاز و دیفتریفقط در کودکان از ۲ ماهه تا ۷ سالهمصرف می‌شود. این فرآورده فقط بایدبرای کودکانی استفاده شود که برای آنهاواکسن سیاه سرفه (یا واکسن سه‌گانه منع مصرف دارد.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌توکسوئیدهای کزاز و دیفتری می‌باشد وتولید پادتن‌های ضد سموم کزاز و دیفتری‌را موجب می‌شود. ایمن‌سازی مناسب باتوکسوئید دیفتری حداقل ۱۰ سال‌مصونیت ایجاد می کند.

موارد منع مصرف این فرآورده نباید برای‌افراد باسن بیش‌از ۷سال مصرف شود.همچنین در صورت حساسیت نسبت به‌یکی از اجزاء فراورده هر گونه عفونت حادیا بیماری همراه با تب سابقه عوارض‌نورولوژیک و حساسیتی متعاقب تزریق‌این فرآورده اختلالات انعقادی یا کاهش‌تعداد پلاکت‌ها و درهنگام شیوع‌پولیومیلیت از این فرآورده نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ برای کسانی که به آلومینیم‌حساسیت دارند، باید از توکسوئید مایع‌استفاده شود.

۲ ـ برای درمان بیماری کزاز یا پیشگیری‌فوری باید از پادزهرکزاز و ترجیح?

از پادتن انسانی ضد کزاز استفاده

شود. برای درمان بیماری دیفتری یاپیشگیری فوری باید پادزهردیفتری‌مصرف شود.

۳ ـ واکسن DTP برای ایمن‌سازی دربیشتر کودکان تا سن ۷ سالگی وتوکسوئید تتانوس و دیفتری (Td) برای‌ایمن‌سازی در بزرگسالان ترجیح داده‌می‌شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع این‌توکسوئید قرمزی درد و تورم ملایم درناحیه تزریق که برای چند روز باقی‌می‌ماند. تب ملایم لرز، ناخوشی خواب‌آلودگی بی‌اشتهائی تهوع و گریه مداوم افزایش ضربان قلب کاهش فشار خون درد عمومی حساسیت و واکنش آرتوس‌می باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی‌باعث کاهش پاسخ ایمنی می گردد و دربیماران تحت درمان با این داروها ممکن‌است مصونیت ایجاد نشود.

مقدار مصرف از سن ۶-۸ هفتگی سه نوبت۰/۵ میلی‌لیتر (داخل عضلانی به فاصله۴-۸ هفته از یکدیگر و یک نوبت اضافی ۰/۵ میلی‌لیتر) ۶-۱۲ ماه بعد از نوبت سوم‌تزریق شود.

تزریق نوبت یادآوری هر ۱۰ سال یکبار۰/۵ میلی‌لیتر توکسوئید Td(مخصوص‌بزرگسالان می‌باشد و زودتر از ۱۰ سال‌باید از تزریق آن خودداری کرد. درصورت تماس با بیماری دیفتری تزریق‌فوری یک نوبت یادآوری ۰/۵ میلی‌لیتری‌ضرورت می‌یابد. اگر در فاصله بین نوبت‌یادآوری و نوبت سوم واکسیناسیون اولیه‌پیشگیری فوری کزاز لازم شد، مقدار ۰/۵میلی‌لیتر از توکسوئید تک ظرفیتی کزازباید تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵, ۵ , ۱۰ml

(DIPHTHERIA & TETANUS TOXOID (Td

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی فعال بر علیه بیماری کزاز و دیفتری‌مصرف می‌شود. استفاده از این فرآورده‌برای ایجاد مصونیت در افراد با سن بیش‌از ۷ سال نسبت به واکسن DTP ارجحیت‌دارد.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌توکسوئیدهای کزاز و دیفتری می‌باشد وتولید پادتن‌های ضد سموم کزاز و دیفتری‌را موجب می‌شود. ایمن‌سازی مناسب باتوکسوئید دیفتری حداقل ۱۰ سال مصونیت‌ایجاد می کند.

موارد منع مصرف این فرآورده نباید برای‌افراد با سن کمتر از ۷ سال مصرف شود.همچنین در صورت حساسیت نسبت به‌یکی از اجزاء فرآورده هرگونه عفونت حادیا بیماری همراه با تب ، سابقه عوارض‌نورولوژیک و حساسیتی متعاقب تزریق‌این فرآورده اختلالات انعقادی یا کاهش‌تعداد پلاکت‌ها و در هنگام شیوع‌پولیومیلیت از موارد منع مصرف این‌توکسوئید می‌باشند.

هشدارها: ۱ ـ برای کسانی که به آلومینیم‌حساسیت دارند، باید از توکسوئید مایع‌استفاده شود.

۲ ـ برای درمان بیماری کزاز یا پیشگیری‌فوری باید از پادزهرکزاز و ترجیح ?ازپادتن انسانی ضد کزاز استفاده شود. برای‌درمان بیماری دیفتری یا پیشگیری فوری‌باید پادزهردیفتری مصرف شود.

۳ ـ واکسن DTP برای ایمن‌سازی دربیشتر کودکان تا سن ۷ سالگی وتوکسوئید تتانوس و دیفتری (Td) برای‌ایمن‌سازی در بزرگسالان ترجیح داده‌می‌شود.

عوارض جانبی عوارض جانبی شایع این‌توکسوئید قرمزی درد و تورم ملایم درناحیه تزریق (که برای چند روز باقی‌می‌ماند)، تب ملایم لرز، ناخوشی افزایش‌ضربان قلب کاهش فشار خون دردعمومی حساسیت و واکنش آرتوس‌می‌باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی‌باعث کاهش پاسخ ایمنی می گردد و دربیماران تحت درمان با این داروها ممکن‌است مصونیت ایجاد نشود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باوجود احتمال‌کاهش پاسخ ایمنی در بیماران مبتلا به‌عفونت HIV(با علامت یا بدون علامت ،مصرف این فرآورده برای ایمن‌سازی‌توصیه می‌شود.

مقدار مصرف

واکسیناسیون اولیه از سن ۶–۸ هفتگی‌دو نوبت ۰/۵ میلی‌لیتری (داخل عضلانی به فاصله ۴–۸ هفته از یکدیگر و یک نوبت‌اضافی (۰/۵ میلی‌لیتر) ۶–۱۲ ماه بعد ازنوبت دوم تزریق شود. نوبت سوم قسمت‌مهم واکسیناسیون بوده بطوری که بدون‌آن واکسیناسیون ناقص می‌باشد. تزریق‌نوبت یادآوری هر ۱۰ سال یکبار ۰/۵میلی‌لیتر می‌باشد و از تزریق آن بایدزودتر از ۱۰ سال خودداری کرد.

در صورت تماس با بیماری دیفتری تزریق فوری یک نوبت یادآوری ۰/۵میلی‌لیتری ضرورت می‌یابد. اگر در فاصله‌بین نوبت یادآوری و نوبت سوم‌واکسیناسیون اولیه پیشگیری فوری کزازلازم شد، مقدار ۰/۵ میلی‌لیتر از توکسوئیدتک ظرفیتی کزاز باید تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵,۵ , ۱۰ml

(TETANUS TOXOID, ADSORBED(TT

موارد مصرف این توکسوئید برای ایجادایمنی‌فعال برعلیه بیماری کزاز مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: توکسوئید کزاز

تولید پادتن‌های ضداگزوتوکسین Clostridium tetani را موجب می‌شود.

و در صورت تکمیل دوره مصرف مصونیت ایجادشده برای حداقل ۱۰ سال‌باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت حساسیت‌به هر یک از اجزاء توکسوئید، سابقه‌هرگونه علائم نورولوژیک متعاقب تزریق‌این توکسوئید، هرگونه عفونت حاد یابیماری همراه با تب اختلالات انعقادی یاکاهش تعداد پلاکت‌ها و در هنگام شیوع‌پولیومیلیت از مصرف این توکسوئیدخودداری شود.

هشدارها: ۱ ـ برای کسانی که به آلومینیم‌حساسیت دارند، باید از توکسوئید مایع‌استفاده شود.

۲ ـ برای درمان بیماری کزاز یا پیشگیری‌فوری باید از پادزهرکزاز و ترجیح ?ازپادتن انسانی ضد کزاز استفاده شود.
۳ ـ واکسن DTP برای ایمن‌سازی دربیشتر کودکان تا سن ۷ سالگی وتوکسوئید تتانوس و دیفتری (Td) برای‌ایمن‌سازی در بزرگسالان ترجیح داده‌می‌شود.
عوارض جانبی عوارض جانبی شایع این‌توکسوئید قرمزی درد و تورم ملایم درناحیه تزریق (که برای چند روز باقی‌می‌ماند)، تب ملایم لرز، ناخوشی افزایش‌ضربان قلب کاهش فشار خون سردرد،دردعضلانی حساسیت و واکنش آرتوس‌می‌باشند.
تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی و استروئیدها و پرتودرمانی‌باعث کاهش پاسخ ایمنی می گردند و دربیماران تحت درمان با این داروها ممکن‌است مصونیت ایجاد نشود. مصرف‌همزمان این توکسوئید با ایمنوگلوبولین‌ضد کزاز موجب چندروز تاخیر در ظهورمصونیت فعال می‌شود.
نکات قابل توصیه ۱ ـ باوجود احتمال‌کاهش پاسخ ایمنی در بیماران مبتلا به‌عفونت HIV(باعلامت یابدون علامت ،مصرف این فرآورده برای ایمن‌سازی‌توصیه می‌شود.
مقدار مصرف
واکسیناسیون اولیه این توکسوئید بایددر دو نوبت و هر نوبت ۰/۵ میلی‌لیتر
(داخل عضلانی به فاصله ۴-۸ هفته و یک‌نوبت اضافی ۶-۱۲ ماه بعد تزریق شود.نوبت یادآوری هر ۱۰ سال یکبار ۰/۵میلی‌لیتر می‌باشد. هرگاه‌ایمن سازی‌دراولین سال زندگی شروع شود، سه‌نوبت به فواصل ۴-۸ هفته و نوبت چهارم۶-۱۲ هفته بعد از نوبت سوم باید تجویزشود.
برای پروفیلاکسی در درمان زخم اگرفرد واکسینه شده ویا از آخرین نوبت‌یادآوری بیش از ۱۰ سال نمی گذرد، نیازی‌به درمان پروفیلاکتیک ندارد. درغیراین‌صورت در مورد زخم کوچک وتمیز تزریق یک نوبت یادآوری توکسوئیدضروری است و در مورد زخم های دیگرایمنوگلوبولین کزاز نیز باید تزریق
شود.
چنانچه فرد واکسینه نشده یا با سابقه‌واکسیناسیون ناقص می‌باشد، یک دوره‌کامل واکسیناسیون با توکسوئید توصیه‌می‌شود. در چنین افرادی برای زخمهای‌بزرگ یا کثیف علاوه بر واکسیناسیون تزریق ایمنوگلوبولین کزاز نیز توصیه‌می‌شود.
اشکال دارویی
Injection: ۰.۵, ۵ , ۱۰ml

TUBERCULIN PPD

موارد مصرف در آزمایش مانتو برای‌تشخیص عفونت سل مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌محصولات رشد باسیل سل Mycobacterium tuberculosis می‌باشد که‌هرگاه داخل جلدی تزریق شوند، واکنش‌حساسیتی بصورت سفتی و قرمزی درافراد حساس نمایان می‌شود. واکنش مثبت‌نشاندهنده سابقه عفونت سل یا سابقه‌واکسیناسیون بر علیه باسیل سل می‌باشد.
موارد منع مصرف برای افرادی که مثبت‌بودن آزمون توبرکولین در آنها محرزباشد، این فرآورده نباید استفاده شود.
هشدارها: ۱ ـ این فرآورده نباید از راه‌زیرجلدی تزریق شود، زیرا در این صورت‌در افراد حساس باعث یک واکنش عمومی‌همراه باتب یا التهاب حاد در اطراف محل‌تزریق شود.
۲ ـ تا ۶ ماه بعد از عفونتهای ویروسی واکسیناسیون با ویروس زنده سل ریوی‌یا سل ارزنی عفونتهای باکتریائی بیماریهای تب دار

شدید، سوءتغذیه سارکوئیدوزیس بدخیمی یا ضعف‌سیستم ایمنی پاسخ نسبت به آزمایش‌توبرکولین ممکن‌است مهار شود.

۳ـ پاسخ نسبت به آزمایش توبرکولین دربین افراد مسن ممکن است کاهش یابد یاتاخیری انجام شود. در مورد کودکان ۱۰ماه بعد از پایان تماس کودک با فرد مسلول‌می‌توان نتیجه منفی آزمایش توبرکولین راملاک قرار داد.

عوارض جانبی در افراد با حساسیت زیاد،واکنشهای مثبت شدید مثل بروز تاول زخم یا نکروز در محل زخم ظاهر می‌شود.کمپرس سرما و مصرف استروئیدهای‌موضعی ممکن است باعث درمان علامتی‌شوند. اسکار در محل زخم این افرادبوجود می‌آید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ هنگام آزمایش افرادمبتلا به سل فعال احتیاط لازم بعمل آید.

۲ـ واکنش مثبت الزام ?نشاندهنده بیماری‌فعال نیست اعمال تشخیصی دیگر مثل‌عکسبرداری از قفسه سینه آزمایشات‌باکتریولوژیک خلط برای اثبات تشخیص‌ضروری است

مقدار مصرف برای انجام آزمون اول باید۵ واحد توبرکولین (TU) داخل جلدی‌تزریق شود. در افراد مشکوک به‌حساسیت زیاد، تزریق ۱ واحد کافی است

آزمایش مجدد: برای افرادی که نتیجه‌آزمایش اول آنها منفی است با استفاده از۵ واحد دیگر می‌توان آزمایش را در ساعددیگر تکرار کرد.

اشکال دارویی

Injection: in ۵ tuberculin units per ۰.۱ml

VACCINES

BCG VACCINE

HEPATITIS B VACCINE

(INACTIVATED POLIOVIRUS VACCINE (IPV

INFLUENZA VACCINE

MEASLES VACCINE

MEASLES, MUMPS & RUBELLA VACCINE (MMR)

MENINGOCOCCAL (A+C) VACCINE

MUMPS VIRUS VACCINE

PNEUMOCOCCAL POLYVALENT VACCINE

(POLIOVIRUS ORAL VACCINE (OPV

RABIES VACCINE, VERO

RUBELLA VACCINE

TYPHOID VACCINE

VARICELLA VACCINE

YELLOW FEVER VACCINE

واکسن‌ها مواد آنتی‌ژنیک هستند که برای‌ایجاد ایمنی‌فعال برعلیه باکتری‌ها وویروس‌ها مصرف می شوند. واکسن‌هاممکن‌است

حاوی میکرو ارگانیسم‌های کشته شده یا زنده یا قسمتهائی خاص ازمیکروارگانیسم‌ها باشند. در هنگام تجویزواکسن‌ها باید به نکات زیر توجه نمود.

۱ ـ بعضی از واکسن‌ها (مثل فلج کودکان واکنشهای خیلی کمی را موجب می‌شوند،در صورتی‌که سایر واکسن‌ها (مثل‌سرخجه و سرخک ممکن‌است شکل‌ملایمی از خود بیماری را ایجادکنند.گهگاهی نیز واکنشهای شدیدتری‌ممکن‌است مشاهده شود. واکنشهای‌آنافیلاکتیک بطور خیلی نادر اتفاق می‌افتدولی امکان دارد کشنده باشند.

۲ ـ واکسن‌ها را در زمان ابتلابه بیماریهای‌حاد یا در صورت سابقه واکنش شدیدنسبت به نوبت‌های قبلی واکسن نباید بکاربرد.

۳ ـ بخاطر احتمال خطر آسیب به جنین تجویز واکسنهای زنده برای زنان فقط بایددر صورت ضرورت انجام شود.

۴ ـ واکسن‌های زنده را نباید برای افراددارای نقص سیستم ایمنی یا مبتلا به‌بیماری‌های بدخیم تجویز نمود.

۵ ـ هنگام تجویز داخل عضلانی واکسن‌هابرای بیماران با اختلالات انعقادی یاتحت‌درمان با داروهای ضد انعقادی بایداحتیاط نمود.

۶ ـ استفاده از واکسن‌ها برای برنامه ایمن‌سازی همگانی باید طبق برنامه مصوب‌کمیته کشوری ایمن سازی انجام شود.

۷ ـ کودکان نارس (در صورت سلامت ازنظر زمانی باید مشابه سایر کودکان‌واکسینه شوند.

۸ ـ واکسن‌های زنده را نباید از ۳ هفته قبل‌تا ۳ ماه بعد از تجویز ایمنوگلوبولین‌ها بکاربرد.

۹ ـ در صورت احتمال تماس با عامل‌بیماریزا (مثل هپاتیت B، سرخک اوریون سرخجه و فلج کودکان ، کارکنان ودانشجویان مراکز بهداشتی درمانی بایدبرعلیه بیماری واکسینه شوند.

۱۰ ـ برای جلوگیری از ابتلای بیماران‌دارای نقص ایمنی افراد خانواده آنان‌رابایدبر علیه سرخک سرخجه اوریون وفلج‌کودکان (باواکسن IPV واکسینه نمود.

۱۱ ـ برای زنان باردارو زنانی که قصددارند طی سه ماه آینده باردار شوند،اصولا نباید واکسن‌های حاوی‌ویروس‌های زنده ضعیف شده را استفاده‌نمود. بعضی از واکسن‌ها مثل سرخجه سرخک و اوریون در دوره بارداری منع‌مصرف دارند. در صورت ضرورت‌واکسیناسیون در زنان باردار، بهتر است‌تا سه ماه دوم یا سوم صبر نمود.

BCG VACCINE

موارد مصرف واکسن BCGبرای‌ایمن‌سازی فعال بر علیه سل در کودکانی‌مصرف می‌شود که آزمون توبرکولین آنهامنفی می‌باشد. بجز نوزادان در مورد کلیه‌افراد قبل از واکسیناسیون باید آزمون‌پوستی برای حساسیت توبرکولین راانجام داد.
از واکسن BCGدر درمان کارسینومای‌موضعی مثانه و همچنین به عنوان عامل‌کمکی برای تشدید تولید پادتن نیز استفاده‌می‌شود.
مکانیسم اثر: واکسن BCG فرآورده زنده وضعیف شده از کشت باسیل Calmette &Guerin سوش Mycobacterium bovisاست که با ایمن‌سازی فعال احتمال بروزعوارض شدید سل اولیه را در کودکان‌کاهش می‌دهد.
موارد منع مصرف این واکسن در افراددارای آزمون مثبت توبرکولین بیماران‌مبتلا به نقص ایمنی و بیماران تحت درمان با استروئیدها نباید مصرف

شود.

هشدارها: ۱ ـ این واکسن به صورت داخل‌وریدی زیرجلدی یا داخل جلدی نبایدتزریق شود. در عضله دلتوئید و از راه‌پوستی استفاده شود.

۲ ـ در مورد تماس کودکان واکسینه شده باافراد مبتلا به سل فعال احتیاط لازم بعمل‌آید.

عوارض جانبی لنفادنوپاتی زخم در محل‌مایه کوبی واکنشهای لوپوئید از جمله‌عوارض جانبی واکسن BCGمی‌باشند.

تداخل‌های دارویی داروهای ضدمیکربی وداروهای کاهنده سیستم ایمنی ممکن استدر ایجاد پاسخ مناسب ایمنی مداخله کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجائیکه این‌واکسن حاوی باکتری زنده می‌باشد،رعایت اصول آسپتیک ضروری است

۲ ـ قبل از تجویز، احتمال واکنشهای‌آلرژیک بررسی شود.

۳ ـ شدت و مدت واکنش موضعی به عمق‌تزریق و تفاوتهای فردی بستگی دارد.اولین واکنش پوستی معمولاً ـ بین ۱۰-۱۴روز بصورت پاپول‌های قرمز کوچک درمحل تزریق ظاهر می گردد. پاپول‌ها بعد از۴-۶ هفته به بیشترین قطر خود (در حدود۳ میلی‌متر) می‌رسند و بعد از آن پاپول‌هاپوسته پوسته و کوچک می‌شوند. ۶ ماه بعدهیچ اثر قابل رویتی از واکسیناسیون‌وجود نخواهد داشت

۴ ـ واکسیناسیون فقط در مورد افراد باآزمون منفی توبرکولین توصیه می‌شود.در غیر این صورت واکسیناسیون افراد باحساسیت بالا به آنتی‌ژن‌های‌مایکوباکتریومی می‌تواند منجر به بروزواکنشهای حساسیتی مثل تب بی‌اشتهائی درد عضلانی و درد عصبی شودکه تا چند روز ادامه می‌یابد.

۵ ـ گهگاهی در کودکان لنفادنوپاتی غده‌لنفاوی اطراف موضع تزریق مشاهده‌می‌شود که خودبخود برطرف می‌شود.

۶ ـ واکسن باید در دمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد و دور از نور نگهداری شود. بعداز انقضای تاریخ مصرف واکسن را نبایدمصرف کرد. فرآورده رقیق شده را باید دریخچال نگهداری و طی ۲ ساعت مصرف‌کرد.

مقدار مصرف مقدار ۱ میلی‌لیتر آب‌استریل‌برای تزریق به یک آمپول واکسن اضافه و۰/۲-۰/۳ میلی‌لیتر واکسن از راه پوستی‌تزریق شود. هیچ پوششی بر روی محل‌تزریق لازم نیست ولی باید توصیه کرد که‌محل تزریق تا ۲۴ ساعت بعد خشک‌نگه‌داشته شود. واکسیناسیون برای‌افرادی که بعد از ۲-۳ ماه آزمون‌توبرکولین آنها هنوز منفی است بایدتکرارشود. در نوزادان با سن کمتر از ۱ ماه‌مقدار واکسن باید به نصف تقلیل یابد(رقیق نمودن یک آمپول در ۲ میلی‌لیترآب‌استریل .

اشکال دارویی

.Powder for injection (lyophilized):۵۰mg

HEPATITIS B VACCINE

موارد مصرف واکسن هپاتیت B برای‌ایمن‌سازی برعلیه تمام عفونتهای ایجادشده به وسیله انواع ویروس‌های هپاتیت B و همچنین برای واکسیناسیون افرادی که‌در معرض خطر عفونت هپاتیت B هستند،استفاده می‌شود. کارکنان بهداشتی ودرمانی که ممکن‌است به نحوی با خون یانمونه های آزمایشگاهی بیماران کار کنند ونوزادان متولد شده از مادران HBsAgمثبت‌باید بر علیه هپاتیت Bواکسینه شوند.

مکانیسم اثر: واکسن نوترکیبی هپاتیت B ازآنتی‌ژن سطحی HBsAg، تولید شده توسطسلول‌های مخمر، بدست می‌آید. این‌واکسن تولید پادتن‌های ضد HBsرا، دربیشتر افرادی که یک دوره سه نوبتی‌واکسیناسیون را انجام داده باشند، تحریک‌می کند. ایجاد مصونیت با میزان پادتن بیش‌از۱۰mIU/ml اثبات می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ بیماران مبتلا به نقص ایمنی به‌مقادیر بیشتری از واکسن نیازمند هستند.۲ ـ واکسن هپاتیت B بر علیه ویروس‌های‌هپاتیت A، Cو E و سایر ویروس‌های مولدعفونتهای کبدی مصونیت ایجاد نمی‌کند.

۳ ـ اثر این واکسن در افراد با سن بیشتر از ۴۰ سال کاهش می‌یابد.

عوارض جانبی خستگی ضعف تب ناخوشی افزایش تعریق احساس گرما،لرز، سردرد، سرگیجه کهیر، درد و التهاب‌در محل تزریق لنفادنوپاتی از عوارض‌جانبی این واکسن می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای کاهنده سیستم ایمنی وگلوکوکورتیکوئیدها ممکن است پاسخ‌ایمنی ناقص را موجب شوند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت عفونت‌فعال و شدید باید واکسیناسیون هپاتیت B را به تعویق انداخت مگر اینکه تاخیر درواکسیناسیون عواقب وخیم تری را به‌دنبال داشته باشد.

۲ ـ محل تزریق عضلانی در ایجاد پاسخ‌ایمنی تاثیر دارد. تزریق در عضله دلتوئیدبرای بزرگسالان و در عضله ران برای‌کودکان توصیه شده است تزریق درعضله سرینی باعث کاهش پاسخ ایمنی‌می‌شود.

۳ ـ واکسن هپاتیت B باید در دمای ۲-۸درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری‌شود. از انجماد واکسن جلوگیری شود.

۴ ـ مصونیت ایجاد شده مدت ۵ سال طول‌می کشد و در این مدت به تزریق یادآوری‌نیازی نیست

مقدار مصرف برنامه واکسیناسیون برای گروههای پرخطر شامل تزریق ۳ نوبت‌واکسن (نوبت دوم و سوم به ترتیب ۱ و ۶ماه بعد از نوبت اول) و هر نوبت برای‌بزرگسالان‌مقدار ۱۰ یا ۲۰ میکروگرم وبرای کودکان ۲/۵-۱۰ میکروگرم می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۵mcg/ml HBsAg for adults

۲.۵mcg/ml HBsAg for children&

INACTIVATED POLIOVIRUS

(VACCINE (IPV

موارد مصرف واکسن تزریقی فلج اطفال درافرادی که قادر به مصرف واکسن خوراکی‌فلج اطفال نیستند، کودکانی که بطور ناقص‌مصون شده‌اند و بیماران مبتلا به نقص‌سیستم ایمنی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن تزریقی فلج کودکان IPV) یک سوسپانسیون از سه نوع ۱، ۲ و ۳ویروس فلج کودکان می‌باشد که از کشت‌سلولی کلیه میمون بدست می‌آید.

فارماکوکینتیک تجویز چند نوبت این‌واکسن تولید پادتن‌هائی را بر علیه تمام‌انواع ویروس فلج کودکان موجب می‌شودکه در بیش از ۹۷٪ کودکان واکسینه شده‌مصونیت ایجاد می کند.

موارد منع مصرف برای بیماران مبتلا به‌هر نوع بیماری حاد و تب تا زمانی که بهبودیابند، نباید مصرف شود. اگر چه برای‌بیماریهای خفیفی مثل عفونت ملایم‌دستگاه تنفس نباید در واکسیناسیون‌تاخیر کرد.

هشدارها: ۱ ـ اگر نسبت به نئومایسین استرپتومایسین و پلی میکسین موجود درواکسن آنافیلاکسی یا شوك آنافیلاکتیك‌ایجاد شد، نوبتهای بعدی واکسن نبایدتزریق شود.

۲ ـ بیماران مبتلا به نقص ایمنی یا بیماران‌تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم‌ایمنی ممکن است پاسخ ایمنی مناسبی را درمقابل این واکسن نشان ندهند و مصونیت‌کامل در آنها ایجاد نشود.

عوارض جانبی واکنشهای موضعی درمحل تزریق (مثل قرمزی تورم و درد)، تب خواب آلودگی گریه کردن کاهش اشتها وحالت تهوع از عوارض جانبی این واکسن‌می باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از تزریق واکسن‌باید به سابقه بیمار و توصیه های مصرف‌فرآورده مورد مصرف توجه شود. درسابقه بیمار احتمال بروز حساسیت وعوارض جانبی که متعاقب تزریق دوزهای‌قبلی صورت گرفته باید بررسی شود.

۲ ـ احتمال دارد که تحریک سیستم ایمنی‌بیمار مبتلا به عفونت HIV با ایمن‌سازی‌توسط واکسن غیرفعال شده موجب‌اختلال در

فعالیت سیستم ایمنی می‌شود.اگر چه فواید واکسیناسیون اینگونه افرادبر احتمال خطر برتری دارد.

۳ـ فقط زیرجلدی و ترجیح ?در عضله‌دلتوئید برای بزرگسالان و عضله ران برای کودکان تزریق شود. در اطراف عروق خونی‌و اعصاب نباید تزریق شود. بعد ازآسپیراسیون اگر خون یا مایع مشکوکی به‌داخل سرنگ وارد شد، تزریق نباید انجام‌شود. محتویات سرنگ را باید دور ریخت وباید با استفاده از یک آمپول جدید و در محلی‌متفاوت واکسن تزریق شود.

۴ـ برای برنامه واکسیناسیون کودکان‌واکسن خوراکی نسبت به واکسن تزریقی‌دارای ارجحیت است چونکه این واکسن‌ایمنی روده‌ای ایجاد می‌کند، تجویز آن‌آسان است براحتی توسط کودکان‌پذیرفته می‌شود و در بعضی از اطرافیان‌مصونیت ایجاد می‌کند.

۵ـ هر گونه تأخیر در فواصل بین نوبتهای‌تزریق واکسن در ایجاد مصونیت نهائی‌تاثیری ندارد. بنابراین در صورت تأخیرنیازی به شروع یک دوره جدید نیست

۶ـ واکسن در دمای ۲-۸ درجه سانتیگرادپایدار است باید از انجماد واکسن‌جلوگیری کرد.

مقدار مصرف

اطفال دوره اولیه ایمن‌سازی شامل سه‌نوبت ۰/۵ میلی‌لیتری زیرجلدی می‌باشد.فواصل بین دو نوبت اول باید حداقل ۴ هفته‌و ترجیح ?۸ هفته باشد. اولین و دومین‌نوبت را معمولاً با واکسن ثلاث و در سنین۴ و ۸ ماهگی تجویز می‌کنند. سومین نوبت‌باید حداقل ۶ماه وترجیح ?۱۲ماه بعدازنوبت دوم تجویز شود.

نوبت یادآوری را قبل از شروع مدرسه بایدتزریق کرد مگر اینکه اولین نوبت دوره‌اولیه در شروع ۴ سالگی یا بعد از آن تزریق‌شده باشد.

تزریق تمام سه نوبت دوره اولیه و نوبت‌یادآوری برای تکمیل واکسیناسیون‌ضروری می‌باشد. کودکانی که به طورناقص با IPVواکسینه شده‌اند باید نوبتهای‌اضافی دریافت کنند تا به چهار نوبت لازم‌برسند.

بزرگسالان واکسینه نشده برای این‌افراد اگر در معرض خطر پولیوویروس‌قرار دارند، یک دوره اولیه واکسیناسیون‌توصیه می‌شود. سه نوبت هر بار ۰/۵میلی‌لیتر زیر جلدی نوبت اول و دوم بافاصله ۱-۲ ماه و نوبت سوم ۶-۱۲ ماه بعدتزریق شود.

بزرگسالان با واکسیناسیون ناقص برای این افراد اگر در معرض خطرپولیوویروس قرار دارند و حداقل یک نوبت‌واکسن دریافت کرده‌اند، باید حداقل یک‌نوبت IPVیا OPV تجویز شود. اگر فرصت‌هست به منظور تکمیل دوره اولیه بایدنوبت‌های اضافی را تزریق کرد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ml

INFLUENZA VACCINE

موارد مصرف این واکسن فقط برای ایجادایمنی فعال (تولید پادتن بر علیه آنتی‌ژن‌های ویروس آنفلونزا که در واکسن‌موجود است مصرف می‌شود. تزریق‌واکسن برای افراد باسن بیشتر از ۶ ماه که‌بدلیل سن و شرایط پزشکی در معرض‌خطر ابتلا به آنفلونزا هستند، توصیه‌می‌شود. همچنین برای سالمندان با بیش از۶۵ سال سن کارکنان خانه سالمندان یاکارکنان بهداشتی و درمانی که با بیماران‌مزمن سروکار دارند، کودکان وبزرگسالان مبتلا به بیماریهای مزمن کودکان تحت درمان طولانی مدت باآسپیرین زنان باردار که سه ماهه دوم وسوم بارداری آنها در فصل آنفلونزا واقع‌می‌گردد توصیه می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن آنفلونزا، آنتی‌ژن‌های‌تهیه شده از سه سویه مختلف ویروس‌های‌غیرفعال آنفلونزا می‌باشد که باعث‌پادتن‌های خاصی می‌شود. مصونیت فقطدرمقابل آن سویه‌هائی از ویروس ایجادمی‌شود که مشابهت نزدیکی با سویه های‌موجود در واکسن

داشته باشند.

فارماکوکنتیک مصونیت تقریبا ۱۴ روز بعداز تزریق واکسن ایجاد می‌شود و برای ۶ماه تا یک سال باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت وجودحساسیت نسبت به تخم مرغ (در مورد واکسن‌هائی که از مایع آمبریونیک جوجه‌مرغ تهیه شده‌اند)، حساسیت نسبت به هریک از اجزا واکسن سابقه سندرم Guillen-Barre، سابقه عوارض عصبی بعداز تجویز واکسن‌ها، بیماری حاد تنفسی وعفونت حاد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ بیماران مبتلا به نقص ایمنی‌اعم از مادرزادی یا به علت بیماری

(عفونت HIV) یا ناشی از درمان گلوکوکورتیکوئیدها، داروهای‌سایتوتوکسیک یا پرتودرمانی در بیماران‌سرطانی ممکن است پاسخ کمتری دهند.

عوارض جانبی عوارض جانبی واکسن‌آنفلونزا عموم ?در بزرگسالان اهمیت‌نداشته و احتمال بروز آنها کم است اختلالات عصبی (مثل آنسفالوپاتی فلج‌نسبی عصب صورت و التهاب عصب‌بینائی ، درد در محل تزریق تب دردعضلانی و احساس ناخوشی از عوارض‌جانبی واکسن آنفلونزا می‌باشد. بدلیل‌وجود مقادیر خیلی کم پروتئین‌های تخم‌مرغ در واکسن های جدید، واکنشهای‌حساسیتی بندرت اتفاق می‌افتد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بدلیل احتمال بروزتب بعد از واکسن آنفلونزا، سابقه تشنج‌ناشی از تب بررسی شود و از تزریق‌واکسن در افراد مبتلا به تب حاد خودداری‌شود.

۲ ـ واکسیناسیون آنفلونزا همزمان باتزریق سایر واکسن‌ها (در محل‌های‌متفاوت بلامانع است

۳ ـ تزریق واکسن ممکن است در همه افرادمصونیت ایجاد نکند.

۴ ـ فقط داخل عضلانی و ترجیح ?در عضله‌دلتوئید برای بزرگسالان و عضله ران‌برای کودکان تزریق شود. تزریق درعضله سرینی باعث کاهش پاسخ ایمنی‌می‌شود.

۵ ـ واکسن آنفلونزا باید دردمای ۲-۸درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری‌شود. از انجماد واکسن جلوگیری شود.

۶ ـ قبل از تزریق ویال واکسن را باید خوب‌تکان داد. در صورت انجماد یا مشاهده‌تغییر رنگ یا وجود ذرات در ویال باید ازتزریق واکسن خودداری کرد.

مقدار مصرف برای کودکان با سن کمتر از۹ سال که قبلا ـ واکسینه نشده‌اند باید طی دونوبت (به فاصله بیشتر از یکماه و هر نوبت۰/۵ میلی‌لیتر از واکسن (حاوی‌آنتی‌ژن‌های سطحی یا اجزای ویروس تزریق شود. در خردسالان با سن بین۶-۳۵ ماه مقدار ۰/۲۵ میلی‌لیتر باید تزریق‌شود. در کودکان با سن کمتر از ۱۲ سال ازتزریق واکسن حاوی ویروس کامل‌خودداری شود. در افراد با سن بیش از ۱۲سال تزریق یک نوبت واکسن کافی است واکسیناسیون باید سالانه و در زمان‌شیوع عفونت آنفلونزا انجام گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۵ml Vials

MEASLES VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی‌فعال بر علیه ویروس سرخک برای‌کودکان در سنین ۱۲-۱۵ ماهگی بکارمی‌رود. واکسن MMR برای ایجادمصونیت بر علیه سرخک سرخجه واوریون نسبت به هرکدام از این واکسن‌هابه تنهائی ترجیح داده می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن سرخک حاوی‌ویروس‌های زنده ضعیف شده Measles ازسویه Enders' attenuated Edmonston (ازکشت سلولی جنین جوجه می باشد.

فارماکوکنتیک

مصونیت برای مدت بیشتر از ۱۳ سال بدون کاهش محسوسی باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت‌نسبت به یکی از اجزای واکسن (مثل تخم‌مرغ ، بیماران تحت درمان با داروهای‌کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانهای‌بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفاوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی سل‌فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص‌ژنتیکی ایمنی بیماری حاد تنفسی و عفونت‌فعال همراه تب از موارد منع مصرف این‌واکسن می‌باشند.

هشدارها: ۱ ـ افراد با سابقه واکنشهای‌آنافیلاکتیک ناشی از خوردن تخم مرغ نباید واکسینه شوند.

۲ ـ به زنان باردار تزریق نشود. زنان بایدتا سه‌ماه بعد از واکسیناسیون از بارداری‌اجتناب نمایند. ابتلا به سرخک در دوران‌بارداری خطر بروز عوارض جنینی راافزایش می‌دهد.

۳ ـ بیماران مبتلا به عفونت HIV ولی بدون‌علائم واضح بالینی تضعیف سیستم ایمنی‌را می‌توان واکسینه نمود. اگرچه احتمال‌دارد پاسخ ایمنی در این بیماران کمتر ازافراد سالم باشد.

عوارض جانبی واکنشهای آنافیلاکتیک تب‌ملایم (۳۸/۳-۳۹/۴ درجه‌سانتیگراد)،سرفه التهاب‌بینی و جوشهای پوستی‌ازعوارض جانبی‌این‌واکسن می‌باشند.

تداخل‌های دارویی تا چندروز بعداز تزریق‌واکسن سرخک در بین بیماران آسمی نتیجه‌مثبت کاذب در آزمایش متاکولین‌استنشاقی مشاهده شده است واکسن‌ویروس زنده ممکن است باعث شود که‌نتیجه آزمونهای جلدی حساسیت تاخیری مثل آزمون توبرکولین منفی کاذب نمایش‌داده شوند. این اثر حتی تا چندین هفته بعداز واکسیناسیون باقی می‌ماند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به والدین توصیه‌شود که بروز تب امکان دارد و آنها باید به‌منظور جلوگیری از تشنج ناشی از تب بالااقدامات لازم را بعمل آورند.

۲ ـ استفاده از واکسن سرخک در افراد باسن بیش از ۱۲ ماه موثر و بی ضرری‌باشد. کودکان با سن کمتر از ۱۲ ماه‌بدلیل وجود پادتن‌های مادر در خون آنهاممکن است بخوبی پاسخ ندهند. کودکانی‌که در سن کمتر از ۱۲ ماه واکسینه شده‌اند،باید دوباره بعد از ۱۵ ماهگی واکسینه‌شوند.

۳ ـ بهتر است این واکسن را یکماه قبل یابعد از دریافت سایر واکسن‌های ویروسی‌تجویز کرد.

۴ ـ واکسن سرخک را باید دردمای ۲-۸درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری‌کرد. فقط باید از محلول همراه واکسن برای‌رقیق کردن استفاده کرد. واکسن را هر چه‌سریعتر بعد از آماده سازی باید مصرف‌کرد و در صورت عدم مصرف بعد از ۸ساعت باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف تمامی واکسن موجود دریک ویال ۰/۵ میلی‌لیتری را ترجیح ?باید درسن ۱۵ ماهگی و در سطح بیرونی بازوتزریق نمود. مقدار مصرف برای تمام‌سنین یکسان است

اشکال دارویی

Powder for Injection

(MEASLES, MUMPS & RUBELLA VACCINE (MMR

موارد مصرف این فرآورده برای‌ایمن‌سازی فعال همزمان بر علیه سرخک سرخجه و اوریون در سنین بعد از ۱۵ماهگی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی مجموعه‌ای از واکسن‌های سرخک اوریون وسرخجه می‌باشد.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت‌نسبت به یکی از اجزای واکسن (مثل‌تخم‌مرغ ، بیماران تحت درمان با داروهای‌کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانهای‌بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفاوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی سل‌فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص‌ژنتیکی ایمنی بیماری حاد تنفسی و عفونت‌فعال همراه تب از موارد منع مصرف این‌واکسن می‌باشند.

هشدارها: به تک نگارهای مربوط به‌واکسن‌های سرخک اوریون و سرخجه‌مراجعه شود.

عوارض جانبی از عوارض عمومی می‌توان‌ناخوشی گلودرد، سرفه التهاب بینی التهاب غدد پاروتید، التهاب بیضه‌ها، تهوع استفراغ اسهال و واکنشهای التهابی وآنافیلاکتیک را نام برد. عوارض موضعی‌نیز شامل درد، تورم و قرمزی در محل‌تزریق و لنفادنوپاتی موضعی می‌باشند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به تک نگارهای‌مربوط به واکسن‌های سرخک اوریون وسرخجه مراجعه شود.

۲ ـ واکسن را باید دردمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد و بدور از نور نگهداری

کرد. فقط از محلول همراه واکسن برای‌رقیق کردن آن باید استفاده نمود.

واکسن را هر چه سریعتر بعد از آماده‌سازی باید مصرف کرد و در صورت عدم‌مصرف بعد از ۸ ساعت باید آن را دورریخت

مقدار مصرف نیم میلی‌لیتر از واکسن‌ترجیح ?در سن ۱۵ ماهگی و از راه‌زیرجلدی و در سطح بیرونی بازو تزریق‌می‌شود. مقدار مصرف برای تمام سنین‌یکسان است این فرآورده از راه داخل‌وریدی نباید تزریق شود. یک تزریق مجدد MMRیا سرخک به تنهائی نیز توصیه شده‌است

اشکال دارویی

Powder for Injection

MENINGOCOCCAL (A+C) VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی‌فعال بر علیه عفونتهای NeisseriaMeningitidis (مننژیت سپتی‌سمی درافراد با سن بیش از ۲ سال که در نواحی‌اپیدمیک و آندمیک زندگی می کنند، افرادی‌که با بیماران مبتلا به بیماری مننگوککی‌تماس دارند (همراه پیشگیری مناسب باآنتی بیوتیک‌ها ;)کارکنان پزشکی وآزمایشگاهی که احتمال تماس باعامل‌بیماریزا برای آنها وجود دارد، مسافرینی‌که قصد عزیمت به نواحی آلوده را دارند;بیماران دارای نقص در جزء انتهائی‌کمپلمان و بیماران فاقد طحال فعال مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر:این واکسن حاوی پلی‌ساکاریدهای Neisseria Meningitidis گروههای AوC است و باعث تحریک‌سیستم ایمنی برای تولید پادتن‌های‌ضدمننگوککی Aو Cدر انسان می‌شود.

فارماکوکنتیک تزریق واکسن ترکیبی باعث‌افزایش پادتن‌های ضدمننگوککی بمیزان ۴برابر در ۹۵٪ افراد می‌شود. مصونیت۱۰-۱۴ روز بعد از واکسیناسیون ایجادمی‌شود و برای مدت ۳ سال باقی می‌ماند،اگرچه سطوح پادتن‌های مربوطه در طی‌این مدت بطور قابل ملاحضه‌ای کاهش‌می‌یابد.

موارد منع مصرف در صورت بارداری ابتلا به بیماریهای حاد و حساسیت به هریک از اجزاء واکسن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران تحت درمان باداروهای کاهنده سیستم ایمنی این واکسن‌ممکن است قادر به ایجاد پاسخ ایمنی‌مناسب نباشد.

۲ ـ این فرآورده برای‌استفاده در کودکان باسن کمتر از ۲ سال توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی واکنشهای سیستمیک‌شامل سردرد، ناخوشی تب لرز،آدنوپاتی زیر بغل می‌باشند و درد، قرمزی‌و تورم در ناحیه

تزریق واکنشهای‌موضعی نسبت به این واکسن هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تزریق واکسن ممکن‌است در همه افراد مصونیت ایجاد نکند.

۲ ـ واکسن را باید دردمای ۲–۸ درجه‌سانتیگراد و بدور از نور نگهداری کرد.فقط از محلول همراه واکسن برای رقیق‌کردن باید استفاده کرد و آنقدر تکان داده‌شود تا پودر واکسن کاملا حل شود. درصورت عدم مصرف بعد از ۵ روز باید آن‌را دور ریخت مقدار مصرف از راه زیرجلدی تزریق شودو بدلیل نامشخص بودن بی ضرری و تاثیراین واکسن از تزریق داخل پوستی و داخل‌وریدی خودداری شود. مقدار لازم برای‌مصونیت تزریق زیرجلدی ۰/۵ میلی‌لیتراز واکسن می‌باشد.

اشکال دارویی

:Powder for Injection

for ۰.۵ ml single dose

MUMPS VIRUS VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجادایمنی‌فعال بر علیه اوریون در کودکان با سن‌بیش از ۱۲ ماه و بعضی از بزرگسالان‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن اوریون حاوی‌ویروس‌های زنده ضعیف شده Mumps ازسویه Jeryl Lynnمی‌باشد که از کشت‌سلولی جنین جوجه بدست می‌آید.

فارماکوکنتیک این واکسن در افراد حساس‌بعد از ۲–۳ هفته یک نوع عفونت اوریون‌غیر قابل انتقال ایجاد می‌کند. بعد از تزریق‌واکسن در ۹۵٪ افراد وبه مدت حداقل ۱۵سال مصونیت ایجاد می‌شود.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت‌نسبت به یکی از اجزا واکسن (مثل‌تخم‌مرغ ، وجود بیماری‌تنفسی یا سایرعفونتهای فعال همراه تب مصرف‌همزمان با گلوکوکورتیکوئیدها و داروهای‌کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانهای‌بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفاوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی سل‌فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص‌ایمنی مادزادی یا وراثتی از موارد منع‌مصرف‌این واکسن می‌باشند.

همچنین بدلیل وجود ویروس زنده در این‌واکسن افراد مبتلاـ به نقص ایمنی ناشی ازبیماری AIDSیا هرگونه تظاهر بالینی‌عفونت HIV، نقص ایمنی سلولی کمبود یااختلال در گاماگلبولین‌های خون نباید این‌واکسن را دریافت کنند. اگر چه می‌توان‌واکسن را برای کودکان مبتلا به عفونت HIV فاقد تظاهر بالینی تزریق نمود.

هشدارها: ۱ ـ از واکسن برای انجام آزمون‌جلدی حساسیت تاخیری نباید استفاده‌کرد، برای این منظور می‌توان از آنتی‌ژن‌ویروس که محصول ویروس مرده‌می‌باشد، استفاده نمود.

۲ ـ از تجویز این واکسن برای زنان بارداربایـد اجتناب کرد. همچنین زنان واکسینه‌شده بایدتا ۳ ماه بعد از واکسیناسیون ازبارداری جلوگیری کنند.

۳ ـ استفاده از واکسن اوریون در افراد باسن بیش از ۱۲ ماه موثر و بی‌ضررمی‌باشد. واکسیناسیون کودکان با سن‌کمتر از ۱۲ ماه توصیه نمی‌شود زیرا بدلیل‌وجود پادتن‌های مادر در خون آنها ممکن‌است بخوبی پاسخ ایمنی ایجاد نکند.کودکانی که در سن کمتر از ۱۲ ماهگی‌واکسینه شده‌اند، باید بعد از ۱۵ ماهگی‌دوباره واکسینه شوند.

عوارض جانبی احساس سوختگی یاسوزش در محل تزریق بروز می‌کند. دربعضی از افراد نیز تب ملایم لنفادنوپاتی‌متوسط یا اسهال مشاهده می‌شود.

تـداخل‌های دارویی واکسن حـاوی ویروس‌زنـده ممکن است بـاعث شـود که نـتیجه‌آزمون جلـدی حساسـیت تـاخیری (مثـل‌آزمون توبرکولین ، منفی کاذب نمایش‌داده شود. این اثر حتی تا چندین هفته بعداز واکسیناسیون باقی می‌ماند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بهتر است این واکسن‌را یکماه قبل یا بعد از سایر واکسن های‌ویروسی تجویز کرد.

۲ ـ باید از تجویز همزمان ایمنوگلوبولین‌سرمی و واکسن اوریون خودداری شود.

۳ ـ واکسن اوریون بایـد در دمای ۲-۸درجه سـانتیگراد و بـدور از نور نگهـداری‌کرد. فقط از محلول همراه واکسن برای‌رقیق کردن استفاده شود. واکسن را هر چه‌سـریعتر بعد از آماده سازی باید مصرف‌کرد. در صورت عدم مصرف بعد از ۸ساعت باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف بعد از آماده سازی

۰/۵ میلی‌لیتر واکسن را باید از راه‌زیرجلدی در ناحیه خارجی بازو تزریق‌کرد. مقدار مصرف برای تمام سنین‌یکسان است

اشکال دارویی

Powder for Injection: ۰.۵ml single dose

PNEUMOCOCCAL POLYVALENT VACCINE

موارد مصـرف این فرآورده برای‌ایجادایمنی فعال بر علیه پنومونی وباکتریمی پنوموککی ناشـی از انواع مختلف Streptococcus Pneumoniae موجود درواکسن مصرف می‌شود.

این واکسن برای افرادی که در معرض‌خطر ابتلای به بیماریهای پنوموککی‌هستند یا بیماران مبتلا به بیماریهای مزمن‌و بدخیم و افراد با سن بیش از ۶۵ سال ودر بیماران دارای نارسائی کبـدی کلیوی ریوی و قلبی توصـیه می‌شود. بیماران فاقدطحال فعال و افراد مبتلا به عفونت HIV

(با یا بدون علائم بالینی و بیماران

دارای سیسـتم ایمنی ضـعیف که مسـتعدابتلای به پنومونی هسـتند، نیز واکسـینه‌می‌شوند. واکسـیناسون مجدد بعد از ۳سال فقط برای کلیه افراد فوق توصیه‌می‌شود در صورتی که هنوز احتمال‌ابتلای آنها به بیماریهای پنوموککی بسیاربالا باشد.

مکـانیسم اثر: این واکسن بـا داشـتن‌آنتی‌ژن‌های پلی‌ساکاریـد کپسولی ۲۳ نوع‌مختلف پنوموکـک در مقابـل ۲۳ نوع‌بیمـاریزا و شایع پنوموکک مصونیت ایجادمی‌کند.

موارد منع مصـرف این فرآورده در مواردحساسـیت به هر یـک از اجزا واکسن سـابقه‌قبلی واکسیناسـیون بـا هر نوع واکسن پلی‌والان پنوموککی بیماران تحت درمان باداروهای کاهنـده سیسـتم ایمنی عفونتهای‌حاد ریوی و سایر عفونتهای فعال (مگراینکه عـدم تزریق واکسن عواقب وخیم تری‌را به دنبال داشته باشد) نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیمـاران بـا ضعف‌پاسـخهای ایمنی هومورال (ناشـی ازآگامـاگلوبولینمی مولتیپل میلوم بیماریهای لنفوپرولیفراتیو یا استفاده ازداروهـای کاهنـده سیسـتم ایمنی ، این‌واکسـن ممکـن اسـت قـادر بـه ایجـاد مصونیت‌نباشـد. همچنیـن واکسن پنومـوکک دربیماران فاقد طحال و یا مبتلا به بدکاری‌طحال ناشی از کم خونی داسی شکل ممکن‌است اثر ایمن‌زائی کمتری داشته باشد.

۲ ـ بدلیل عدم ایجاد مصونیت مطلوب برای استفاده در کودکان با سن کمتر از ۲سال توصیه نمی‌شود.

۳ ـ زمـان واکسیناسـیون بسـیار مهم‌می‌باشـد، بطور مثال واکسن پنوموکک‌بایـد در موارد ذیل دو هفته قبل از اقـدام‌درمانی مورد نظر صورت گیرد: عمـل‌جراحی برداشت طحـال شـیمی درمانی‌سـرطان اسـتفاده از داروهای کاهنده‌سیسـتم ایمنی و پیونـد مغز اسـتخوان درخلال مدت شـیمی درمانی سـرطان وپرتودرمانی باید از انجام واکسیناسیون‌خودداری کرد. همچنین افراد مبتلا به‌عفونت HIV (با

یا بدون علائم بالینی بایددر اسرع وقت بعد از تائید تشخیص‌واکسینه شوند.

۴ـ تزریق داخل پوستی واکسن ممکن است‌عوارض موضعی شدیدی را باعث شود.

عوارض جانبی واکنشهای سیستمیک‌شامل تب پائین و بندرت تب حاد، سردرد،درد عضلانی سندرم Guillain-Barre،واکنشهای آنافیلاکتوئید، جوشهای‌پوستی دردوالتهاب مفاصل و تهوع واستفراغ می‌باشد. واکنشهای موضعی‌شامل درد، قرمزی و تورم در ناحیه تزریق‌معمولا ۲-۳ روز بعد از واکسیناسیون‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ بدلیل سطح بالای‌پادتن پنوموککی و احتمال افزایش واکنش‌نسبت به واکسن از تزریق واکسن به‌بیماران مبتلا به عفونتهای پنوموککی وافراد دارای سابقه پنومونی پنوموککی‌اجتناب شود.

۲ـ از آنجاکه واکنشهای آرتوس وسیستمیک با تزریق نوبت دوم این واکسن‌مشاهده شده است و نیز نوبت یادآوری‌باعث افزایش سطح پادتن‌ها نمی گردد، ازواکسیناسون مجدد وتزریق نوبت‌یادآوری باید خودداری کرد.

۳ـ در افرادی که تحت درمان پیشگیری ازعفونت پنوموککی می‌باشند، درمان‌پروفیلاکسی با آنتی‌بیوتیک بعد ازواکسیناسیون نباید قطع شود.

۴ـ مصرف همزمان واکسن آنفلونزا

با این واکسن بدون افزایش عوارض‌جانبی پاسخ ایمنی مطلوبی را ایجادمی کند.

۵ـ واکسن را باید در دمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری کرد. واکسن راهمانطور که عرضه شده باید مصرف کردونیازی به آماده سازی و رقیق کردن‌ندارد.

مقدار مصرف این فرآورده باید از راه‌زیرجلدی یا داخل عضلانی (ترجیح ?درعضله دلتوئید یا ران تزریق شود و ازتزریق داخل وریدی و داخل پوستی آن‌باید خودداری کرد. مقدار لازم برای‌مصونیت تزریق ۰/۵ میلی‌لیتر از واکسن‌می‌باشد. بعداز انقضای تاریخ مصرف واکسن را نباید استفاده کرد. هر واکسن‌۰/۵ میلی‌لیتری حاوی ۲۵میکروگرم از هرنوع آنتی‌ژن‌های پلی‌ساکارید کپسولی ۲۳نوع پنوموکک می‌باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ml dose

(POLIOVIRUS ORAL VACCINE (OPV

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی‌فعال بر علیه ویروس فلج کودکان‌بکارمی‌رود.

مکانیسم اثر: واکسن خوراکی فلج کودکان OPV) از ویروس‌های زنده ضعیف شده‌تهیه می‌شود و با تولید یک عفونت مشابه‌عفونت طبیعی ولی بدون علائم بیماری مصونیت سیستمیک و مخاطی ایجادمی کند.

فارماکوکنتیک ۱ تا ۲ هفته بعد از سه نوبت‌واکسن در بیش از ۹۵٪ کودکان واکسینه‌شده آنتی‌بادی بر علیه تمام انواع ویروس‌تولید می‌شود. مصونیت ایجاد شده تا ۵سال بعد از واکسیناسیون باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در صورت حساسیت‌نسبت به یکی از اجزاء واکسن و در بیماران‌مبتلاـ به هر نوع بیماری حاد، استفراغ یااسهال پایدار و بیماران با ضعف پیشرفته بیماران دارای نقص ایمنی یا افراد دارای‌سابقه فامیلی نقص ایمنی و یا افرادی که بایک بیمار دارای نقص ایمنی زندگی می کنند،نباید این واکسن را مصرف کرد.

هشدارها: ۱ ـ در کودکان با سابقه فامیلی‌نقص ایمنی تا زمان تائید سطح ایمنی‌طبیعی در کلیه کودکان خانواده باید ازمصرف واکسن خودداری کرد.

۲ ـ در کلیه موارد منع مصرف واکسن‌خوراکی فلج کودکان (OVP)باید از واکسن‌تزریقی فلج کودکان (IVP)استفاده کرد.
تداخل‌های دارویی بدلیل کاهش سطح‌ایمنی در هنگام مصرف داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی از انجام واکسیناسیون بایدخودداری کرد. واکسن وبا میزان‌ایمن‌سازی توسط واکسن خوراکی فلج‌کودکان را کاهش می‌دهد. بنابراین بین‌مصرف این واکسن‌ها باید یک فاصله‌یکماهه قرار داد.
نکات قابل توصیه ۱ ـ بدلیل دفع ویروس‌ازطریق مدفوع و آب دهان برای مدت ۶تا ۸هفته بعداز واکسیناسیون به‌مراقبتهای‌بهداشتی توجه خاص شود. بطورمثال‌بعداز تنظیف نوزادان دستها با آب وصابون شسته شود.
۲ ـ واکسن دردمای اتاق پایدار نیست وباید در فریزر نگهداری شود. در دمای ۲–۸درجه سانتیگراد بمدت ۳۰ روز قابل‌استفاده می‌باشد. در صورت عدم مصرف‌بمدت کمتراز ۲۴ ساعت بعداز ذوب‌می‌توان واکسن‌را در فریزر قرار داد وچرخه انجماد–ذوب نباید بیش‌از ده بارتکرار شود.
۳ ـ واکسن خوراکی فلج کودکان بدون‌رنگ یا به رنگ زرد یا قرمز کمرنگ می‌باشدو هر گونه تغییر رنگ مادامی که مایع‌واکسن شفاف است هیچ اهمیتی ندارد.
۴ ـ برای برنامه واکسیناسیون کودکان‌واکسن خوراکی نسبت به واکسن تزریقی‌دارای ارجحیت است چونکه این واکسن‌ایمنی روده‌ای ایجاد می کند، تجویز آن‌آسان است و براحتی توسط کودکان‌پذیرفته می‌شود.
مقدار مصرف این واکسن خوراکی است باید از تزریق آن خودداری کرد.
دوره اولیه ایمنی سازی شامل سه نوبت۰/۵ میلی‌لیتری اولین نوبت ۶–۱۲ هفته بعداز تولد، دومین نوبت ۸ هفته بعد از نوبت‌اول (۴ ماهگی و نوبت سوم ۸–۱۲ ماه بعداز نوبت دوم (۱۸ ماهگی . این نوبت‌هاهمراه با واکسن سه گانه (DTP) تجویزمی‌شوند. در مناطق آندمیک یک نوبت‌اضافی در سن ۶ سالگی توصیه می‌شود.نوبت یادآوری واکسن در سنین ۱۵–۱۹سالگی توصیه می‌شود.
اشکال دارویی
In ۰.۵ ml single dose Dispettes

RABIES VACCINE, VERO

موارد مصرف واکسن‌های هاری برای‌ایجاد ایمنی فعال بر علیه بیماری هاری‌مصرف می‌شوند.
مکانیسم اثر: این واکسن حاوی‌ویروس‌های غیر فعال هاری است ویروس‌ها از کشت سلولی سویه Wistar rabies PM/WI ۳۸–۱۵۰۳–۳M‌ویروس‌هاری در کشت سلول مداوم Veroتهیه‌می‌شوند. با تزریق این واکسن پادتن‌های‌ضدهاری در بیش از ۹۷٪ افراد واکسینه‌شده تولید خواهد شد.
موارد منع مصرف برای درمان بعد ازتماس هیچگونه مورد خاصی برای منع‌مصرف وجود ندارد، زیرا هاری کشنده‌است برای واکسیناسیون قبل از تماس‌تنها مورد منع مصرف وجود بیماریهای‌پیشرونده همراه با تب می‌باشد.
هشدارها: ۱ ـ در مورد بیماران مبتلا به‌بیماری حاد، واکسیناسیون قبل از تماس‌باید تا بهبودی کامل بیمار به تاخیر افتد.
۲ ـ از تزریق واکسن به بیماران مبتلا به‌هاری باید خودداری کرد.
عوارض جانبی درد موقت قرمزی و تورم‌در ناحیه تزریق (۶۵–۷۰٪ موارد) سر درد،تهوع تب ملایم و خستگی از عوارض‌جانبی عمده این واکسن هستند.
تداخل‌های دارویی داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی گلوکوکورتیکوئیدها،پرتودرمانی و ایمونوگلوبولین ضد هاری‌پاسخ ایمنی به واکسن هاری را کاهش‌می‌دهند. در صورت استفاده از داروهای‌کاهنده سیستم ایمنی همزمان بااین واکسن‌در پیشگیری بعد از

تماس سطوح پادتن‌های ضدهاری باید حتم ?اندازه گیری شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این واکسن باید از راه زیر جلدی یا داخل عضلانی برای بزرگسالان در عضله دلتوئید و برای کودکان در عضله ران تزریق شود. اگر درعضله سرینی تزریق شود احتمال عدم موفقیت وجود دارد.

۲ ـ واکسیناسیون قبل از تماس با ویروس هاری برای افراد دارای نقص سیستم ایمنی توصیه نمی‌شود.

۳ ـ در صورت مشاهده ذرات معلق یا تغییررنگ در واکسن باید از تزریق آن خودداری کرد.

۴ ـ واکسن را در محل خشک و دردمای ۲–۸ درجه سانتیگراد پایدار است باید ازانجماد واکسن جلوگیری شود و درصورت انجماد از مصرف واکسن خودداری کرد.برای آماده سازی فقط ازمحلول همراه واکسن استفاده شود.واکسن آماده شده باید فور ?مصرف شود.

مقدار مصرف هر ویال واکسن Vero حاوی مقدار کافی برای یک نوبت تزریق می‌باشد.

پیشگیری قبل از تماس در بزرگسالان و کودکان واکسن باید در روز ۰، ۷، ۲۸ و بعداز آن بر اساس میزان پادتن هر ۲–۳ سال واکسن باید (داخل عضلانی یا زیر جلدی تزریق شود. برای نوبت یادآوری نیز هر ۳سال یک بار باید واکسن را تزریق کرد.

پیشگیری بعد از تماس هر چه سریعتربعد از تماس ایمنوگلوبولین ضدهاری ۲۰IU/Kg انسانی یا ۴۰IU/Kg اسبی (نیمی از مقدار مورد نیاز را باید در محل گزش نشت داد و باقیمانده باید در عضله سرینی تزریق کرد) باید تجویز شود. قبل از تزریق ایمنوگلوبولین اسبی باید آزمون جلدی انجام شود.

در صورتی که فرد قبلاـ واکسینه شده اگر یکسال از آخرین تزریق واکسن نمی گذرد،یک تزریق یادآوری در روز ۰ باید انجام شود.اگر بیش از یک سال از آخرین تزریق واکسن می گذرد، سه دوز در روزهای ۰، ۳ و ۷ تزریق شود و نیازی به تزریق ایمنوگلوبولین ضد هاری نیست

در صورتی که فرد قبلاـ واکسینه نشده بعداز تماس در روزهای ۰، ۳، ۷، ۱۴، ۳۰واکسن را باید داخل عضلانی تزریق کرد.نوبت تزریق در روز ۹۰ اختیاری می‌باشد.واکسیناسیون باید هر چه سریعتر بعد ازتماس انجام شود و در صورت اثبات عدم وجود خطر می توان واکسیناسیون را قطع نمود.

نوبت یادآوری : برای موارد خطر مداوم ابتلا، بر اساس میزان پادتن هر ۳ سال بایدواکسن تزریق شود.

اشکال دارویی

Injection: ۰.۵ml single dose vials

RUBELLA VACCINE

موارد مصرف این واکسن برای ایجاد ایمنی فعال (تولید پادتن بر علیه ویروس سرخجه برای همه کودکان از سن ۱۲ماهگی تا هنگام بلوغ مصرف می‌شود.

به زنان غیر مصونی که قبل از بلوغ واکسینه نشده‌اند، باید حداقل ۳ ماه قبل ازبارداری واکسن سرخجه را تزریق نمود.همچنین فرزندان واکسینه نشده زنان باردار غیر مصون نیز باید واکسینه شوند.

مکانیسم اثر: واکسن سرخجه که حاوی ویروس‌های ضعیف شده Rubella ازسویه RA ۲۷/۳ می‌باشد، در افراد مستعد یک عفونت تغییر یافته و غیر قابل انتقال ایجاد می کند. افزایش سطح و تعداد مختلف پادتن‌ها بوسیله این واکسن موجب افزایش مقاومت فرد نسبت به عفونت با سویه وحشی ویروس می‌شود.

فارماکوکنتیک شروع اثر واکسن بین ۲–۶هفته می‌باشد و باعث افزایش سطح پادتن در حداقل ٪۹۷ کودکان می گردد. در

بیشترافراد، سطح مطلوب پادتن برای بیش از ۱۰سال باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت‌نسبت به یکی از اجزا واکسن (مثل‌تخم‌مرغ ، بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده سیستم ایمنی ابتلا به سرطانهای‌بدخیم مغز استخوان یا سیستم لنفاوی نقص اولیه یا اکتسابی سیستم ایمنی وگلوکوکورتیکوستروئیدها، سل فعال‌درمان نشده سابقه فامیلی نقص ژنتیکی‌ایمنی و هر گونه عفونت حاد همراه با تب ازموارد منع مصرف واکسن می‌باشند.

هشدارها: عفونت سرخجه طبیعی جنین‌ممکن است باعث بیماری سرخجه‌مادرزادی شود. بنابراین از تزریق واکسن‌به زن باردار باید خودداری شود. زنان‌باید تا سه ماه بعد از واکسیناسیون ازبارداری اجتناب نمایند. مناسب ترین راه واکسیناسیون زنان مستعد بلافاصله بعداز وضع حمل می‌باشد.

عوارض جانبی درد، سوزش خارش قرمزی تورم در محل تزریق واکسن واکنشهائی شبیه بیماری سرخجه طبیعی‌مثل لنفادنوپاتی موضعی کهیر، جوش ناخوشی گلو درد، تب سردرد، درد موقت‌مفاصل و پلی‌نوریت از عوارض جانبی این‌واکسن می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان عوامل کاهنده سیستم ایمنی (داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی گلوکوکورتیکوئیدها،پرتودرمانی باعث کاهش پاسخ ایمنی به‌واکسن می‌شوند و احتمال دارد افرادواکسینه شده بطور کامل مصون نشوند.مصرف همزمان ایمنوگلوبولین‌ها،اینترفرون و واکسن مننگوکوک نیز باعث‌کاهش پاسخ‌ایمنی نسبت‌به این واکسن‌می گردند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بعد از ابتلا به بیماری‌سرخجه تزریق این واکسن قادر به توقف‌یا درمان بیماری نیست

۲ ـ بیماران مبتلا به عفونت HIV فاقدعلامت بالینی را می‌توان واکسینه نمود.اگرچه احتمال دارد پاسخ ایمنی مناسبی‌ایجاد نشود.

۳ ـ واکسیناسیون کودکان با سن کمتر از۱۲ ماه توصیه نمی‌شود، زیرا ممکن است‌وجود پادتن مادری ضدسرخجه با ایجادپاسخ ایمنی تداخل کند.

۴ ـ واکسن سرخجه را باید در دمای ۲-۸درجه سانتیگراد و بدور از نور نگهداری‌کرد. فقط از محلول همراه واکسن باید برای‌رقیق کردن استفاده کرد. واکسن باید هرچه سریعتر بعد از آماده سازی مصرف‌شود و در صورت عدم مصرف بعد از ۸ساعت باید آن را دور ریخت

۵ ـ در صورت مشاهده ذرات معلق یا تغییررنگ در واکسن باید از تزریق آن‌خودداری کرد.

مقدار مصرف تمامی واکسن موجود دریک ویال ۰/۵ میلی‌لیتری را از راه زیرجلدی‌در سطح بیرونی عضله بازو تزریق شود.از راه داخل وریدی نباید تجویز کرد. مقدارمصرف واکسن برای تمام سنین یکسان‌است نیازی به تزریق نوبت یادآوری‌نیست

اشکال دارویی

Powder for Injection

(TYPHOID VACCINE (ORAL

موارد مصرف واکسن خوراکی تیفوئیدبرای ایمن‌سازی فعال در کودکان بزرگتراز ۶ سال در مقابل بیماری ناشی از باسیل‌Salmonella thyphi مصرف می‌شود.واکسیناسیون در موارد زیر توصیه‌می‌شود.

مکانیسم اثر: واکسن خوراکی تیفوئیدحاوی باکتری‌های زنده و ضعیف شده Salmonella thyphi Ty۲۱aمی‌باشد.

واکسن تیفوئید با ایجاد پاسخ ایمنی بدن رابر علیه بیماری ناشی از Salmonellathyphi (نه بر علیه سایر سویه های باسیل مصون می‌سازد.

موارد منع مصرف این واکسن برای‌بیماران مبتلا به تب تیفوئید یا

ناقلین مزمن تیفوئید، در صورت

حساسیت نسبت به هریک از اجزاء

واکسن در بیماریهای حاد همراه با

تب یا اختلالات حاد گوارشی (اسهال‌واستفراغ طولانی و نقص مادرزادی

و اکتسابی سیستم ایمنی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: اگر برای بیماران مبتلا به نقص‌شدید سیستم ایمنی یا بیماران تحت درمان‌با داروهای کاهنده سیستم ایمنی استفاده‌شود، ممکن است پاسخ ایمنی مطلوب ایجادنشود.

عوارض جانبی با مصرف این واکسن تهوع استفراغ دردشکمی سردرد، جوشهای‌پوستی و کهیر مشاهده می‌شود.

تداخل‌های دارویی بعضی از داروهای‌ضدمالاریا، فنی توئین داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی و کورتیکوستروئیدها ممکن‌است در ایجاد پاسخ مناسب ایمنی مداخله‌کنند. در این موارد واکسن باید تحت‌مراقبتهای پزشکی استفاده شود.سولفونامیدها و آنتی‌بیوتیک‌ها نیزمانع‌ایجاد پاسخ مناسب ایمنی دربرابرواکسن‌خوراکی تیفوئید می‌شوند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ همه افراد واکسینه‌شده بطور کامل مصون نمی‌شوند (در ۳۰٪افراد مصونیت کامل‌ایجاد نمی‌شود).بنابراین افراد واکسینه شده باید از تماس باافراد آلوده و یا خوردن غذاهای احتمالاآلوده خودداری فرمایند.

۲ ـ واکسن را باید در دمای ۲-۸ درجه‌سانتیگراد نگهداری کرد.

مقدار مصرف یک کپسول یک روز در میان روزهای ۱، ۳، ۵ و ۷) یک ساعت قبل از غذابا آب سرد یا ولرم بلعیده شود. کپسول‌حاوی واکسن نباید جویده شود. برنامه‌کامل واکسیناسیون خوردن هر چهارکپسول می‌باشد و در غیر این صورت‌ممکن است پاسخ مناسب ایمنی حاصل‌نشود. مصونیت برای حداقل ۵ سال باقی‌می‌ماند. در صورت تماس مکرر و مداوم باتب تیفوئید بعد از ۵ سال برنامه مجددواکسیناسیون بعنوان یاد آوری توصیه‌می‌شود.

اشکال دارویی

Enteric coated capsules

VARICELLA VIRUS VACCINE

موارد مصرف این فرآورده برای ایجادایمنی فعال برعلیه آبله‌مرغان برای افرادی از ۱۲ ماهگی به‌بعد) مصرف می‌شود، که‌یا خطرابتلای آنهابه بیماری زیاد است یا به‌مقدار زیاد مستعد هرگونه عارضه ناشی‌ازآبله‌مرغان هستند.

مکانیسم اثر: واکسن آبله مرغان حاوی‌ویروس‌های زنده ضعیف شده Varicellaاز سویه Oka/Merckمی‌باشد این واکسن‌بخوبی تحمل می‌شود و در مقابل عفونت‌طبیعی آبله مرغان مصونیت ایجاد می‌کند.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت‌نسبت به یکی از اجزا واکسن (مثل ژلاتین ،سابقه واکنش آنافیلاکتوئید نسبت به‌نئومایسین بیماران مبتلا به هر نوع‌سرطان بدخیم مغز استخوان و سیستم‌لنفاوی مصرف همزمان داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی نقص اولیه یا اکتسابی‌سیستم ایمنی سل فعال درمان نشده سابقه فامیلی نقص ایمنی ژنتیکی و هر گونه‌بیماری حاد و بیماریهای عفونی همراه باتب از موارد منع مصرف این واکسن‌می‌باشند.

هشدارها: ۱ ـ از تزریق واکسن به زنان‌باردار باید خودداری کرد. به زنان توصیه‌شود تا سه ماه بعد از واکسیناسیون ازبارداری اجتناب کنند.

۲ ـ استفاده از این واکسن برای کودکان باسن کمتر از ۱۲ ماه توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی درد، خارش تورم قرمزی هماتوم و سفتی در محل تزریق واکسن جوشهائی شبیه بیماری طبیعی از عوارض‌جانبی این

فرآورده می‌باشند.

تداخل‌های دارویی بیماران تحت درمان باداروهای کاهنده سیستم ایمنی یاگلوکوکورتیکوئیدها در مقایسه با افرادسالم حساسیت بیشتری به ابتلا و عفونت‌دارند. در این بیماران واکسیناسیون باویروس زنده ضعیف شده منجر به بروزجوشهای جلدی و بیماری منتشر می‌شود.

واکسیناسیون باید حداقل ۵ ماه بعد ازانتقال خون یا پلاسما، تجویزایمنوگلوبولین‌ها یا ایمنوگلوبولین ضد آبله‌مرغان انجام گردد. همچنین تا ۲ ماه بعد ازواکسیناسیون از تزریق ایمنوگلوبولین‌هامخصوصا ایمنوگلوبولین ضد آبله مرغان‌خودداری شود، مگر فواید استفاده ازایمنوگلوبولین‌ها بر واکسیناسیون برتری‌داشته باشد.

بدلیل بروز سندرم Reye's هنگام مصرف‌سالیسیلاتها در بیماران مبتلا ـ به آبله‌مرغان کلیه افراد واکسینه شده تا ۶ ماه‌بعد از واکسیناسیون نباید داروهای‌سالیسیلاتی را مصرف کنند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بدلیل احتمال انتقال‌بیماری افراد واکسینه شده باید از تماس‌نزدیک با افراد مستعد (نوزادان زنان‌باردار و بیماران مبتلا به نقص ایمنی)پرهیز نمایند.

۲ ـ افراد دارای سابقه فامیلی بیماری‌مادرزادی یا اکتسابی نقص ایمنی نبایدواکسینه شوند، مگر اینکه کارآئی سیستم‌ایمنی فرد اثبات شود.

۳ ـ در هنگام حمل و نقل باید دردمای -۲۰درجه سانتیگراد یا سردتر نگهداری شود.قبل از آماده سازی و به منظور حفظ کامل‌قدرت اثر، واکسن آبله مرغان را باید در یک فریزر بدون برفک در درجه حرارت -۱۵درجه سانتیگراد یا سردتر نگهداری کرد.محلول رقیق کننده واکسن را باید در درجه‌حرارت اتاق یا یخچال نگهداری کرد. قبل ازآماده سازی نیز واکسن باید بدور از نورنگهداری شود.

۴ ـ برای آماده سازی واکسن ابتدا

۰/۷ میلی‌لیتر از محلول رقیق کننده

را به کمک یک سرنگ باید به پودر

لیوفیلیزه واکسن اضافه کرد و به آرامی هم‌زده شود تا واکسن بطور کامل حل گردد.واکسن آماده شده شفاف بیرنگ تا زردکمرنگ می‌باشد. تمامی محتوی ویال رابابد با استفاده از یک سرنگ خارج کرد.پس از تعویض سوزن سرنگ تمامی‌واکسن (در حدود ۰/۵ میلی‌لیتر) را بایدتزریق کرد.

به منظور جلوگیری از کاهش قدرت اثر،واکسن آماده شده را بلافاصله باید تزریق‌کرد و در صورت عدم مصرف بعد از ۳۰دقیقه واکسن را باید دور ریخت برای‌رقیق کردن واکسن فقط از محلول همراه‌واکسن استفاده شود. از انجماد واکسن‌آماده شده باید جلوگیری کرد.

مقدار مصرف این واکسن نباید تزریق‌وریدی شود. برای کودکان ۱-۱۲ سال مقدار ۰/۵ میلی‌لیتری راه زیرجلدی (درسطح بیرونی عضله بازو)تزریق شود.برای افراد با سن بیش از ۱۳ سال واکسن‌در دو نوبت هر بار ۰/۵ میلی‌لیتر به فاصله۴-۸ هفته از یکدیگر از راه زیرجلدی درسطح بیرونی عضله بازو تزریق شود.

اشکال دارویی

Powder for Injection in single dose vials

YELLOW FEVER VACCINE

موارد مصرف این فرآورده به منظور ایجادایمنی فعال بر علیه ویروس تب زرد برای‌مسافرانی که قصد عزیمت به مناطق‌آندمیک را دارند مصرف می‌شود. تکرارواکسیناسیون هر ۱۰ سال یکبار برای‌مسافرین دائمی ضروری است

مکانیسم اثر: واکسن تب زرد حاوی‌ویروس‌های زنده ضعیف شده است که ازکشت سویه ۱۷D ویروس در جنین جوجه‌زنده بدست می‌آید.

فارماکوکنتیک شروع مصونیت از ۷-۱۰روز بعد از واکسیناسیون و مدت ابقای آن‌بیش از ۱۰ سال می‌باشد.

موارد منع مصرف بارداری حساسیت‌نسبت به واکسن یا تخم مرغ یا پروتئین‌های جنین جوجه و هر نوع نقص سیستم‌ایمنی (مادرزادی یا اکتسابی از موارد منع‌مصرف این واکسن می‌باشند.

هشدارها: ۱ـ از تزریق به افراد حساس به‌تخم مرغ یا پروتئین جوجه خودداری‌شود. برای چنین افرادی آزمون داخل‌جلدی واکسن (و سرم نمکی بعنوان کنترل توصیه می‌شود. ۰/۰۲-۰/۰۳ میلی‌لیتر بایددر سطح قدامی ساعد تزریق شود. آزمون‌مثبت با تورم قرمزی و عدم پاسخ به‌کنترل مشخص می‌شود. در موارد آزمون‌مثبت از مصرف واکسن باید خودداری‌شود.

۲ـ واکسیناسیون کودکان با سن کمتر از ۶ماه توصیه نمی‌شود، مگر اینکه مسافرت به‌مناطق آلوده اجتناب ناپذیر باشد. در هرصورت از واکسیناسیون کودکان با سن‌کمتر از ۴ ماه اجتناب شود، بدلیل اینکه دراین سنین کودکان بعد از واکسیناسیون‌مبتلا به تورم مغز می‌شوند.

عوارض جانبی تب و ناخوشی (۷-۱۴ روزبعد از واکسیناسیون ، سردرد و دردعضلانی جزء عوارض شایع می‌باشد.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان واکسن‌های وبا و تب زرد، پاسخ‌ایمنی به هر کدام از واکسن‌ها کاهش‌می‌یابد. بنابراین بین تزریق این دو واکسن‌باید حداقل ۳ هفته یا بیشتر فاصله انداخت واکسیناسیون همزمان با واکسن‌های تب‌زرد و هپاتیت ممکن است میزان پادتن‌مورد انتظار از واکسن تب زرد کاهش یابد.بنابراین بین تزریق این دو واکسن بایدحداقل ۱ هفته فاصله انداخت

بیماران تحت درمان با داروهای کاهنده‌سیستم ایمنی گلوکوکورتیکوئیدها یاپرتودرمانی ممکن است بیمار را به عفونت‌منتشر مستعد سازد یا موجب بروز یک‌پاسخ ناکافی گردد، بطوری که این افرادعلیرغم واکسیناسیون مصون نخواهندشد.

نکات قابل توصیه ۱ـ تا ۸ هفته بعد از تزریق‌واکسن تب زرد از انتقال خون یا پلاسماخودداری شود.

۲ـ به افراد واکسینه شده توصیه شود تاخود را از نیش پشه ها حفظ کنند.

۳ـ واکسن را در هنگام حمل و نقل باید درظروف حاوی یخ خشک نگهداری نمود.واکسن را نباید مصرف کرد مگر اینکه‌ظرف حمل آن در هنگام تحویل حاوی یخ‌خشک باشد. واکسن را باید در-۳۰ تا ۵درجه سانتیگراد نگهداری کرد.واکسن‌های استفاده نشده و ظروف‌مربوطه را باید به مدت یکساعت استریل کرده و سپس دور ریخت زمان نگهداری‌این واکسن ۱۲ ماه است

۴ـ برای رقیق کردن واکسن فقط باید ازمحلول همراه واکسن استفاده کرد. محلول‌رقیق کننده را باید به‌کمک یک سرنگ به‌آهستگی داخل ویال واکسن وارد کرد. ۱-۲دقیقه آن را باید به همان حالت رها و بعد بادقت بصورت چرخشی مخلوط کرد تاسوسپانسیون به شکل یکسان درآید.بدلیل ایجاد کف باید از هم زدن شدیدواکسن اجتناب کرد. بعد از آماده سازی‌واکسن تب زرد کمرنگ می‌شود. واکسن‌آماده شده را بلافاصله باید تزریق کرد ودر صورت عدم مصرف بعد از ۶۰ دقیقه‌باید آن را دور ریخت

مقدار مصرف تزریق ۰/۵ میلی‌لیتری از راه‌زیرجلدی برای تمام سنین توصیه‌می‌شود.

اشکال دارویی

Powder for Injection in single dose vials

BALANCED SALT

موارد مصرف این محلول با بافت چشم‌ایزوتونیک است و به‌منظور شستشو درجراحی‌های مختلف چشم گوش و بینی وگلو به‌کار می‌رود.

عوارض جانبی در مواردی که آندوتلیوم‌قرنیه غیرطبیعی است شستشو یا هر نوع‌ضربه دیگر ممکن است منجر به بروزبیماری غیرالتهابی و تاولی قرنیه

گردد.

نکات قابل توصیه این محلول نباید

از راه تزریق یا انفوزیون وریدی به‌کاررود.

مقدار مصرف براساس نیاز بیمار تعیین‌می‌شود.

اشکال دارویی

Sterile Ophthalmic Solution: (۱۵, ۱۸, ۵۰۰ml) (NaCl ۰/۴۹٪ or ۰.۶۴٪ + KCl۰.۰۷۵٪ + MgCl۲ ۰.۰۳٪ + CaCl۲۰.۰۴۸٪ + Soduim Citrate ۰.۰۱۷٪ +Sodium Acetate ۰.۳۹٪)

(GLYCINE (AMINOACETIC ACID

موارد مصرف محلولهای استریل ۱/۵درصد گلیسین در آب که هیپوتونیک بوده‌و از نظر الکتریکی نارسانا می‌باشند، ممکن‌است به‌عنوان محلولهای شستشوی‌مجاری ادراری تناسلی بخصوص مثانه درطول بعضی از اعمال جراحی مصرف‌شوند.

موارد منع مصرف محلول شستشوی گلیسین در بیماران مبتلا به بی‌ادراری نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ محلول شستشوی گلیسین دربیماران مبتلا به عیب کار کبد باید با احتیاطمصرف شود، زیرا جذب این دارو ومتابولیسم دارو، ممکن است سبب بروززیادی آمونیاک خون شود.

۲ ـ در بیماران مبتلا به اختلال عملکردکلیوی یا قلبی ـ ریوی به دلیل تأثیر احتمالی‌دارو بر تعادل مایع و الکترولیت دارو بایدبا احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی جذب سیستمیک محلول‌شستشوی گلیسین ممکن است منجر به‌بروز اختلالات در تعادل مایع الکترولیت واختلالات قلبی ـ عروقی و ریوی شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف باتوجه به‌سطح موضعی که باید شستشو داده شودو نیز نحوه جراحی تعیین می گردد.

اشکال دارویی

Sterile Solution for Irrigation: ۱.۵٪

HEMODIALYSIS CONCENTRATED

موارد مصرف این محلول‌ها برای خارج‌کردن مواد اضافی و متابولیتها در بیماران‌مبتلا به اورمی که با کلیه مصنوعی دیالیزمی‌شوند و همچنین در مسمومیتهای حادمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: محلول‌های دیالیز، حاوی‌اوره کراتینین اسید اوریک فسفات یاسایر متابولیتهایی هستند که به‌طور طبیعی‌توسط کلیه‌ها دفع می‌شوند از این رو، این‌مواد به‌سهولت از خون به داخل محلول‌دیالیز انتشار می‌یابند. که این امر باعث‌کاهش غلظت این مواد در

خون می‌شود.غلظت کلرورسـدیم و پتاسـیم اولیه در خون‌بیشتر از محلول دیـالیز است و لـذا این موادنیز به داخل محلول دیالیز انتشار می‌یابند.حجم محلول دیالیز به مراتب بیشتر ازحجم خون است و این امر به خروج کامل‌مواد اضافی از خون کمک می کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قبل از مصرف محلول‌دیالیز، باید آن را با آب خالص رقیق

نمود.

۲ ـ احتیاطات لازم بهداشتی برای‌جلوگیری از آلودگی میکربی محلول دیالیزباید صورت گیرد.

مقدار مصرف برحسب مقدار پتاسیم

خون یکی از انواع محلولهای دیالیزمصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Solutions

محلول II محلول I محلول I

بدون دکستروز

+mEq۴۷۲۵ mEq۴۷۲۵ mEqNa ۴۷۲۵

+mEq۳۵ mEq۳۵ mEqMg۲ ۳۵

+mEq۳۵ mEq۸۷.۵ mEqK ۳۵

+mEq۸۷.۷ mEq۸۷.۵ mEqCa۲ ۸۷.۵

-mEq۳۶۵۷.۵ mEq۳۷۱۰ mEqCl ۳۶۵۷

mEq۱۲۲۵ mEq۱۲۲۵ mEqAcetate ۱۲۲۵

۷۰g_۷۰gDextrose

.ml۱۰۰۰ ml۱۰۰۰ mlWater q.s ۱۰۰۰

PERITONEAL DIALYSIS

موارد مصرف محلولهای دیالیز،

محلولهای حاوی الکترولیت هستند که

با غلظتی مشابه با غلظت مایع خارج

سلولی یا پلاسما، تهیه می‌شوند. در این‌محلولها، گلوکز ممکن است به‌عنوان

عامل اسموتیک اضافه شود. محلولهای‌دیالیز در کنترل نارسایی کلیوی ومسمومیت مصرف می‌شود. با استفاده ازاین محلولها، امکان برداشت انتخابی

مواد سـمی الکترولیت‌هـای اضـافی ومایعـات بـدن فراهم می‌شود. در دیالیزصـفاقی تبـادل یون‌هـا بین محلولها و خون‌بیمار، از طریق غشاءهای حفره صفاقی‌صورت می گیرد.

اشکال دارویی

هستند، نباید مصرف شوند.

هشدارها: ۱ ـ جذب سیستمیک این محلول‌ممکن است موجب افزایش بار مایع

یا الکترولیت بدن و در نتیجه رقیق

شدن الکترولیتهای سرم زیاد شدن

آب بدن حالات احتقانی یا خیز ریوی

شود.

۲ ـ مصرف این محلول برای شستشوی‌مجاری ادراری در بیماران مبتلا به عیب‌کار کلیه یا اختلال قلبی ـ ریوی باید بااحتیاط صورت گیرد.

۳ ـ در صورت بروز عوارض جانبی

زیادی آب بدن یا افزایش بار الکترولیت‌بدن مصرف دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی در صورت عدم رعایت‌روشهای دقیق و آلوده شدن محلول ممکن

Solutions

IIIIII

g۵.۶۷ gSodium Chloride ۵.۶۷۵.۶۷

۰.۲۵۷۰.۲۵-۷۰.۲۵gCalcium Chloride, ۲ H۲O

۰.۱۵۲g۰.۱۵۲۰.۱۵۲gMagnesium Chloride, ۶H۲O

۳.۹۹۲۳.۹۹۲۳.۹۹۲gSodium Lactate

,H۲O ۴۲.۵۲۵g۱۵gDextrose

(ml۱۰۰۰ ml۱۰۰۰ mlWater (Q.S.to ۱۰۰۰

SODIUM CHLORIDE

موارد مصرف این محلول برای شستشوی‌حفرات بدن بافتها یا زخمها، کاتتر قرارداده شده در مسیر راه و لوله‌های درناژ درجراحی مصرف می‌شود.

موارد منع مصرف محلولهای حاوی‌الکترولیت در طول اعمال جراحی که‌مستلزم به‌کار بردن جریان الکتریکی

است عفونت ایجاد شود. همچنین در

صورتی که کاتترها یا لوله‌های درناژ خوب‌کار گذاشته نشوند، ممکن است منجر به‌انفیلتراسیون اندامها یا حفراتی که‌موردنظر نبوده‌اند، شوند. به‌کار بردن‌حجم یا فشار بیش از حد هنگام شستن‌حفرات بسته ممکن است موجب اتساع یاپارگی بافتها شود.

نکات قابل توصیه از تزریق محلول‌شستشو دهنده باید خودداری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف یک محلول‌شستشو دهنده به حجم یا سطح عضوی‌که باید شسته شود و نیز روش کار،بستگی دارد.

اشکال دارویی

For Irrigation: ۰.۹٪

ATRACURIUM BESYLATE

موارد مصرف آتراکوریوم به‌عنوان داروی‌کمک بیهوشی برای شل کردن عضلات وتسهیل کنترل بیمار طی تنفس مصنوعی‌مکانیکی مصرف می‌شود. همچنین برای‌لوله‌گذاری داخل نای و جراحی‌هایی که‌نسبت ?طولانی مدت هستند و شل‌شدن‌عضلات در آنها ضرورت دارد، به‌کارمی‌رود. همچنین در درمان کاهش شدت‌انقباضات عضلانی ناشی از حملات‌تشنجی

مصرف شده است

مکانیسم اثر: آتراکوریوم بااستیل کولین دراتصال به گیرنده‌های کولینرژیک صفحه‌محرکه انتهایی رقابت و بامهار انتقال‌عصبی پاسخ صفحه محرکه انتهایی به‌استیل کولین را کاهش می‌دهد و باعث فلج‌عضلات اسکلتی می‌شود.

فارماکوکینتیک نیمه عمر دفع دارو ۲۰ دقیقه‌است زمان رسیدن به‌حداکثر اثر دارو ۱۰-۱/۷ دقیقه است دفع دارو کلیوی وصفراوی است بعد از تزریق دارو دربیهوشی متعادل ۲۵ درصد پاسخ پرشی‌عضلات در ۴۵-۳۵ دقیقه و ۹۵ درصد پاسخ‌در ۷۰ - ۶۰ دقیقه به حالت عادی بازمی گردد. در بیهوشی متعادل ۳۰ دقیقه ودر بیهوشی استنشاقی ۴۰ دقیقه بعد ازشروع هوشیابی ۹۵ درصد پاسخ عضلانی‌به‌حالت عادی باز می گردد.

هشدارها: ۱ - بامحلولهای قلیایی (مثل‌باربیتورات تزریقی مخلوط نشود چون‌غیرفعال شده و رسوب می‌نماید. همچنین‌بامحلول رینگر لاکتات رقیق نشود چون‌تخریب دارو سریعتر صورت می گیرد.

۲ - در بیمارانی که آزادشدن هیستامین‌ممکن است خطرناك باشد، بیماری عصبی- عضلانی اختلالات شدید الکترولیت یاکارسینوما، مقدار مصرف دارو، به‌دلیل‌افزایش انسداد عصبی - عضلانی و مشکل‌در هوشیابی باید کاهش یابد. مصرف‌زیاد دارو ممکن است باعث آزادشدن‌ناگهانی هیستامین شود.

۳ - تزریق سریع داخل وریدی و یا مقادیرزیاد دارو ممکن است باعث کاهش فشارخون شود.

۴ - مصرف مقادیر بیش از حد دارو ممکن‌است منجر به‌ضعف مداوم تنفسی یا آپنه وکلاپس قلبی عروقی شود. برای به‌حداقل‌رساندن خطر مصرف بیش از حد، توصیه‌می‌شود از یک تحریک‌کننده اعصاب‌محیطی برای پیگیری پاسخ بیمار به‌داروواستفاده شود.

عوارض جانبی کاهش فشارخون قرمزشدن پوست گلودرد ولارنگواسپاسم از عوارض جانبی مهم ونسبت ?شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی دارو با آمینوگلیکوزیدها، بی‌حس کننده‌های موضعی‌تزریقی کاپرئومایسین خون سیتراته کلیندامایسین لینکومایسین پلی‌میکسین‌ها، پروکائین آمید، کینیدین واپیوئیدها تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ - دارو از راه وریدی‌تزریق شود چون از راه عضلانی ممکن‌است باعث تحریك بافت شود.

۲ - دارو اثر شناخته شده‌ای روی‌هوشیاری یا آستانه درد ندارد بنابراین‌به‌عنوان داروی کمکی در جراحی بایدمقدار کافی از داروی بیهوشی در دسترس‌باشد.

۳ - در هیپوترمی طول و شدت اثر داروافزایش می‌یابد.

۴ - دارو نمی‌تواند مانع برادیکاردی ناشی‌از بیهوش کننده‌ها یا ضددردهای مخدرشود، لذا بامصرف توام آتراکوریوم‌برادیکاری ممکن است بروز کند. مصرف‌دارو در بیماران قلبی مبتلا به‌تاکیکاردی کم‌خطر است

۵ - مقدار مصرف دارو در صورت مصرف‌همزمان با بیهوش کننده‌های عمومی مثل‌اتر، انفلوران و ایزوفلوران باید به ۵۰ -۳۳درصد کاهش یابد یا مقدار مصرف آن بایدتوسط یک تحریک‌کننده اعصاب محیطی‌تعیین شود. میزان این کاهش با هالوتان‌کمتر است

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا به‌صورت وریدی۰/۵mg/kg - ۰/۴ یا در بیمارانی که‌آزادشدن هیستامین در آنها خطرناک

است ۰/۴mg/kg - ۰/۳ تزریق آهسته و

یا در نوبتهای منقسم در یک دقیقه

مصرف می‌شود. در بیمارانی که باانفلوران یا ایزوفلوران بیهوش شده‌اند۰/۳۵mg/kg - ۰/۲۵ تزریق می‌شود. میزان‌این کاهش با هالوتان کمتر است در موردبیمارانی که به‌منظور لوله‌گذاری داخل نای‌تحت بیهوشی متعادل سوکسینیل کولین‌دریافت کرده‌اند،

مقدار ۰/۴ mg/kg ـ ۰/۳تزریق می‌شود. در صورت استفاده ازبیهوش‌کننده قویتر مقدار کمتری دارومورد نیاز است اثرات سوکسینیل کولین‌که بااستفاده از یک تحریک‌کننده اعصاب‌محیطی اندازه‌گیری می‌شود، قبل ازمصرف آتراکوریوم باید از بین رفته باشد.به‌عنوان مقدار مصرف مکمل به‌صورت‌وریدی ۰/۱ mg/kg ـ ۰/۰۸، ۴۵ ـ ۱۲ دقیقه‌بعد از مصرف اولیه بکار می‌رود. سپس هر۲۵ ـ ۱۵ دقیقه برحسب نیاز و یا انفوزیون‌وریدی به‌میزان ۰/۵ mg ـ ۰/۳ (پس ازبرطرف شدن اثر مصرف وریدی اولیه‌دارو) بکار می‌رود. در بیهوشی متعادل۰/۱ mg/kg/min ـ ۰/۰۰۹ به‌کار می‌رود تازمانی که میزان بلوک عصبی ـ عضلانی‌به‌دست آید، سپس سرعت انفوزیون‌براساس نیاز و پاسخ بیمار تنظیم

می‌شود. عموم ?بیماران به‌مقادیر۰/۰۰۹mg/kg/min ـ ۰/۰۰۵ پاسخ می‌دهند.در حالیکه بعضی بیماران به۰/۰۰۲mg/kg/min و یا ۰/۰۱۵ mg/kg/minنیاز دارنـد. در بیمارانی که با انفلوران یاایزوفلوران بیهوش شده‌اند میزان‌انفوزیون به ۳۳٪ کاهش می‌یابد و درمواردی که از هالوتان استفاده شود این‌کاهش کمتر است در بای پس قلبی به‌دلیل‌هیپوترمی سرعت انفوزیون تا ۵۰ درصدکاهش می‌یابد.

کودکـان در کودکان یک ماهه تا دو ساله که‌با هالوتان بیهوش شـده باشـند ابتـدا۰/۴mg/kg ـ ۰/۳ و در کودکـان دو ساله وبالاتر مقدار مصرف مثل بزرگسالان است دفعات مصرف مقدار نگهدارنده ممکن‌است بیشتر از بزرگسالان باشد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰ mg/ml

BACLOFEN

موارد مصـرف باکلوفن در درمان اسپاسم‌شدید و مزمن عضـله ارادی و به‌منظورکاهش تعداد و شدت حملات درد عصب‌سه قلو در بیمارانی که قادر به تحمل‌کاربامازپین نیستند یا به اثرات آن مقاوم‌می‌باشند، مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: بـاکلوفن احتمالاـ در سـطح نخاع‌عمـل کرده و عبور بازتـاب تـک سیناپســی وچنـد سیناپسـی را مهـار می‌کنـد و به‌وسـیله‌هیپرپولاریزه کردن انتهـای رشـته عصبی‌آوران مـانع از آزاد شـدن واسـطه‌های‌محرک احتمـالی (اسـید گلوتامیـک و اسیدآسپارتیک می‌گردد. این دارو بر نواحی‌فوق نخاعی نیز ممکن است اثر بگذارد.

فارماکوکینتیک جذب باکلوفن سریع و زیاداست سرعت و میزان جذب با افزایش‌مقدار مصرف ممکن است کاهش یابد.متابولیسم آن کبدی است و فقط حدود ۱۵درصد مقدار مصرف متابولیزه می‌شود.دفع آن کلیوی است حدود ۴۰ درصد مقدارمصرف معمولا طی ۶ ساعت و کل دارو طی۳ روز از بدن دفع می‌گردد.

موارد منع مصـرف این دارو در درمان‌بیمـاران مبتلاـ به مشـکلات عروق مغزی پارکینسون فلـج مغزی یا ترومای حاصل‌از مشـکلات مغزی و زخم معده نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در طول درمـان بـا باکلوفن‌خطر بروز مسـمومیت CNS که منجر به‌توهمـات اغتشاش شـعور، افسردگی روانی‌یا سایر آشفتگی‌های روانی یا تسکین‌مفرط می‌شود، در سالمندان بیشتر است

۲ ـ در بیماران مبتلا به اختلالات کلیوی کبدی یا تنفسی این دارو باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی عوارضـی مثل ادرارخون‌آلود و تیره رنگ درد قفسه سـینه مسـمومیت CNS، درمـاتیت واکنش‌های‌آلرژیک و غش کردن (سنکوپ با مصرف‌این دارو گزارش شده‌است

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌بـاکلوفن بـا داروهای ضدافسـردگی سه‌حلقه‌ای سـبب افزایش اثر باکلوفن باداروهای ضـد فشار خون منجر به افزایش‌اثر کاهنـده فشـار خون با خواب‌آورهاباعث افزایش اثر سـداتیو، با مهارکننـده‌هایACE باعث افزایش اثر ضـد

فشار خون بالیتیوم باعث افزایش اثر باکلوفن می گردد.باتوجه به اینکه باکلوفن ممکن است سبب‌افزایش قند خون شود مقدار مصرف‌داروهای خوراکی پایین‌آورنده قند خون وانسولین در صورت مصرف همزمان باباکلوفن باید تنظیم گردد.

نکات قابل توصیه در موقع مصرف دارو ازمصرف سایر داروهای مضعف CNS بایداجتناب شود.

مقدار مصرف در درمان اسپاسم و دردعصب سه قلو ابتدا ۵ میلی‌گرم سه بار درروز مصرف می‌شود. سپس هر ۳ روزیک‌بار ۱۵ mg/day به مقدار مصرف اضافه‌می‌شود (به هر نوبت مصرف دارو ۵میلی‌گرم تا پاسخ مناسب به‌دست آید.بیشینه مقدار مصرف در بزرگسالان ۸۰ mg/day می‌باشد. در بعضی از بیماران‌ممکن است مقادیر بیشتری مورد نیازباشد.

اشکال دارویی

Scored Tablet: ۱۰ mg, ۲۵ mg

DANTROLENE SODIUM

موارد مصرف دانترولن در درمان اسپاسمو به‌عنوان داروی کمکی در درمان‌هیپرترمی بدخیم سندرم نورولپتیک‌بدخیم کمبود فسفریلاز عضلات و رشدناقص و ناهنجار عضلانی نوع Duchenneبه‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دانترولن در آزاد شدن یون‌کلسیم از رتیکولوم سارکوپلاسمیک‌دخالت کرده از افزایش غلظت یون کلسیم‌میوپلاسم جلوگیری یا آن را کاهش‌می‌دهد. با کاهش یون کلسیم فعالیت‌مسیرهای کاتابولیکی که همراه با سندرم‌بحران هیپرترمی بدخیم است کاهش‌می‌یابد. دانترولن همچنین به‌طور مستقیم‌بر روی عضلات اسکلتی عمل کرده وارتباط بین تحریک عصبی و انقباض را، ازطریق تداخل با آزاد شدن یون کلسیم ازرتیکولوم سارکوپلاسمیک قطع می کند وانقباض عضلانی ناشی از بازتابهای چندسیناپسی و تک سیناپسی را کاهش‌می‌دهد.

فارماکوکینتیک متابولیسم دانترولن کبدی‌است نیمه عمر تزریق وریدی ۴-۸ ساعت‌و از راه خوراکی ۸/۷ ساعت می‌باشد.شروع اثر آن در اسپاسم‌های ناشی ازاختلال نرون‌های حرکتی یک هفته بعد یابیشتر است دفع دارو کلیوی است

موارد منع مصرف در بیماری فعال کبدی‌مثل هپاتیت یا سیروز به‌دلیل افزایش خطربروز مسمومیت کبدی مگر در درمان‌بحران هیپرترمی بدخیم نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت بروز هپاتیت یاآزمونهای غیرطبیعی کار کبد، مصرف‌دارو قطع شود، در صورت نیاز مجدد به‌دارو پس از بازگشت علائم به حال عادی بیمار بستری می‌شود و درمان با مقادیرکم شروع و به‌تدریج اضافه شود. درصورت بروز هرگونه ناهنجاری مجدد درآزمونهای کبد درمان باید قطع شود.

۲ ـ مصرف طولانی مدت مقادیر زیاد دریک دوره زمانی خطر مسمومیت کبد را بالامی‌برد.

۳ ـ در صورت بروز اسهال شدید مصرف‌دارو قطع شود. اگر پس از شروع مجددمصرف اسهال شدید بروز کرد، ممکن‌است برای همیشه نیاز به قطع دارو باشد.

۴ ـ در عیب کار قلب کبد، ریه میوپاتی بیماریهای عصبی ـ عضلانی که منجر به‌اختلال تنفسی می‌شود و زنان بالاتر از ۳۵سال به‌ویژه زنانی که استروژن مصرف‌می‌کنند به‌دلیل افزایش خطر مسمومیت‌کبدی با احتیاط مصرف شود.

۵ ـ در صورت بروز عوارضی مثل‌سرگیجه خواب‌آلودگی یا منگی اختلال‌بینایی یا ضعف عضلانی با احتیاطمصرف شود. ضمن? برای کاهش عوارض‌فوق و تحریک گوارشی باید درمان را ابتدابا مقادیر کم شروع کرد و مقدار مصرف راتا نتیجه مطلوب به‌تدریج افزایش داد.

۶ ـ اگر بعد از ۴۵ روز پیشرفتی در درمان‌حاصل نشد، مصرف دارو باید قطع شود.

عوارض جانبی اسهال شدید، ضعف تنفس سرگیجه یا منگی خواب‌آلودگی احساس‌بدحالی یا بیماری ضعف عضلانی تهوع واستفراغ و خستگی غیرعادی ادرار تیره یاخونی اغتشاش شعور، یبوست شدید،تشنج درماتیت حساسیتی دفع مشکل‌ادرار، مسمومیت کبدی ضعف مغزی فلبیت و ترشحات در فضای جنب یاپریکاردیت از عوارض جانبی شایع داروهستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌دانترولن با داروهای مضعف CNS و سایرداروهای سمی برای کبد (در صورت‌مصرف طولانی مدت باعث تشدیدعوارض جانبی دارو می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ اگر بیمار قادر به بلع‌کپسول نباشد، محتوی کپسول را با آب‌میوه یا سایر مایعات مخلوط و بلافاصله‌میل نماید.

۲ ـ در تزریق وریدی محلول نباید به خارج‌رگ و بافتهای اطراف نشت کند چون pHمحلول شدید ?قلیایی است

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در پیشگیری از بحران‌هیپرترمی بدخیم ۸-۴ mg/kg/day در سه یاچهار مقدار منقسم برای ۱-۲ روز قبل ازجراحی مصرف می‌شود. آخرین مقدارمصرف دارو باید ۳-۴ ساعت قبل از شروع‌جراحی و با حداقل مقدار آب مصرف شود.برای ادامه درمان هیپرترمی پس از تزریق‌وریدی مقدار ۸-۴ mg/kg/day در چهارمقدار منقسم به‌مدت ۱-۳ روز مصرف‌می‌شود. به‌عنوان ضد اسپاسم ابتدا ۲۵میلی‌گرم یک‌بار در روز مصرف می‌شودکه هر ۴-۷ روز یک‌بار، مقدار ۲۵ میلی‌گرم‌به مقدار مصرف تام روزانه اضافه‌می‌شود تا زمانی که پاسخ مناسب درمانی‌به‌دست آید یا این که به‌مقدار مصرف ۱۰۰میلی‌گرم چهار بار در روز برسد. درصورت امکان دارو در چهار مقدار منقسم‌در روز مصرف شود.

کودکان به‌عنوان ضداسپاسم ابتدا۰/۵mg/kg دو بار در روز مصرف می‌شودکه هر ۴-۷ روز ۰/۵ mg/kg به‌مقدار تام‌روزانه اضافه می‌شود تا زمانی که پاسخ‌درمانی مناسب به‌دست آید یا به مقدارمصرف ۳ mg/kg چهار بار در روز برسد.در صورت امکان دارو در چهار مقدارمنقسم در روز مصرف شود. درکودکان‌مقادیر بیش از ۴۰۰ mg/day نباید مصرف‌شود.

تزریقی

به‌عنوان داروی کمکی در پیشگیری ازهیپرترمی بدخیم ۲/۵ mg/kg از راه‌انفوزیون وریدی یک ساعت قبل ازبیهوشی تجویز می‌شود. برای درمان ابتداحداقل ۱ mg/kg به سرعت و به‌طور مداوم‌انفوزیون وریدی می‌شود که تا فروکش‌کردن علائم بیماری و یا رسیدن به مقدارتجمعی ۱۰ mg/kg ادامه می‌یابد. در صورت‌عود علائم این مقادیر را می‌توان تکرارکرد. در درمان عود هیپرترمی بدخیم مقادیر اولیه ۲/۵-۳ mg/kg نیز پیشنهادشده‌است

اشکال دارویی

Capsule: ۲۵ mg

For Injection: ۲۰ mg

DIAZEPAM

موارد مصرف در کوتاه مدت برای درمان‌اضطراب و بی‌خوابی و به‌عنوان داروی‌کمکی در درمان علائم حاد قطع مصرف‌داروها، حمله مداوم صرعی و تشنجات‌ناشی از تب و مسمومیت‌ها، گرفتگی‌عضلات اسکلتی مصرف قبل از جراحی به‌عنوان داروی پیش بیهوشی به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: با اثر برگیرنده اختصاصی درغشای سلولی عصبی اثر مهاری گاماآمینوبوتیریک اسید (GABA) را که در تمام‌نواحی CNS باعث مهار پیش سیناپسی وپس سیناپسی می‌گردد، تسهیل کرده یاافزایش می‌دهد.

فارماکوکینتیک از راه خوراکی سریع و به‌خوبی جذب می‌شود. جذب آن از راه‌عضلانی به محل تزریق بستگی دارد وممکن است آهسته و نامنظم صورت گیرد.اگر به عضله دلتوئید تزریق گردد جذب آن‌معمولا سریع و کامل خواهد بود. اتصال‌آن به پروتئین‌های پلاسمایی تا ۹۹ درصدمی‌باشد. در کبد متابولیزه شده و به‌متابولیت دزمتیل دیازپام و اگزازپام

تبدیل می‌شود. نیمه عمر دیازپام در

پلاسما ۱-۲ روز است در حالی که نیمه‌عمر دزمتیل دیازپام حدود ۶۰ ساعت‌است متابولیت دارو از طریق کلیه دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف در ضعف تنفسی نارسایی حاد ریوی حالات فوبیک نارسایی کبدی سایکوز مزمن دپرسیون‌و اضطراب همراه آن نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماری تنفسی ضعف‌عضلانی بیماران با سابقه مصرف نابجای‌دارو یا افراد با اختلال شخصیتی با احتیاطمصرف شود.

۲ ـ در افراد مسن نارسائی کبدی و کلیوی‌مقدار مصرف دارو باید کاهش داده شود.

۳ ـ از مصرف طولانی مدت خودداری گردد.

۴ ـ در صورت مصرف طولانی مدت برای‌جلوگیری از بروز عوارض قطع مصرف دارو را باید به‌تدریج قطع کرد.

۵ ـ در موقع تزریق وریدی وسایل لازم‌برای برگرداندن ضعف تنفسی و تهویه‌مکانیکی باید در دسترس باشد.

۶ ـ در موقع انفوزیون وریدی این دارو بایدکاملا احتیاط نمود چون کاملا ـ خطرناک‌است باید انفوزیون وریدی دیازپام درپخش مراقبت‌های ویژه انجام شود.

۷ ـ تزریق سریع وریدی آن ممکن است‌منجر به بروز آپنه کاهش فشار خون برادی کاردی یا ایست قلبی شود. (تزریق‌هر پنج میلی‌گرم دارو حداقل باید یک دقیقه‌طول بکشد).

۸ ـ تزریق وریدی دیازپام نباید دروریدهای کوچک (مانند مچ دست و پا)انجام شود و باید دقت نمود که داخل‌شریان تزریق نشده و سوزن تزریق نیز ازرگ خارج نشود تا از بروز ترومبوزوریدی فلبیت تحریک موضعی ورم وبندرت صدمه عروقی جلوگیری شود.

۹ ـ از تزریق عضلانی زمانی استفاده‌می‌شود که مصرف خوراکی و وریدی‌ممکن نیست

۱۰ ـ در افراد کهنسال با احتیاط مصرف‌شود و مقادیر مصرف دارو با توجه به‌کارکرد کبد و کلیه تنظیم گردد.

عوارض جانبی خواب آلودگی روز بعد ازمصرف گیجی و آتاکسی (به‌خصوص درافراد مسن فراموشی وابستگی تحریک‌پذیری غیرعادی و در برخی مواردسردرد، سرگیجه افت فشار خون افزایش‌ترشحات بزاق کرامپ و درد در ناحیه‌شکم بثورات جلدی اختلال بینائی تغییردر میل جنسی احتباس ادرار، اختلالات‌خونی و یرقان از عوارض احتمالی این‌دارو است درد، ترومبوفلبیت و ندرت ?آپنه‌و افت فشار خون با تزریق این داروگزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان باداروهای مضعف CNS، ضد دردهای‌مخدر، بیهوش کننده‌های عمومی مهارکننده‌های مونوآمینواکسیداز (MAO)،ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای و داروهای‌پایین‌آورنده فشار خون که باعث تضعیفCNS می‌شوند (مانند کلونیدین و متیل‌دوپا) و رزرپین ممکن است اثر مضعفCNS این دارو را تشدید نماید. آنتی‌اسیدهاجذب دیازپام را به تأخیر می‌اندازند، اماروی میزان جذب تأثیری ندارند. مصرف‌همزمان با تری‌متافان قبل از عمل جراحی باعث تشدید اثر پایین‌آورنده فشار خون‌شده و خطر سقوط شدید فشار خون شوک و کلاپس قلبی ـ عروقی را در طی‌جراحی افزایش می‌دهد. مصرف همزمان باکاربامازپین سبب افزایش متابولیسم وکاهش غلظت سرمی دیازپام می‌گردد.سایمتیدین متابولیسم دیازپام را مهارنموده سبب تأخیر دفع دیازپام و افزایش‌غلظت پلاسمایی آن می‌شود. ایزونیازیدممکن است از طریق مهار دفع دیازپام‌غلظت پلاسمایی آن را افزایش دهد.ریفامپین ممکن است دفع دیازپام راافزایش دهد و موجب کاهش غلظت سرمی‌آن می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجایی که این دروایجاد وابستگی می کند، بایستی بیش ازمقدار توصیه شده مصرف نشود.

۲ ـ اگر بعد از چند هفته اثر درمانی داروکاهش یافت به پزشک مراجعه شود.

۳ ـ دیازپام به‌عنوان ضدتشنج باید کامل ومرتب مصرف شود.

۴ ـ در صورت بروز خواب‌آلودگی سرگیجه منگی از دست دادن مهارت درانجام کار به‌خصوص در افراد مسن داروبا احتیاط مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای درمان اضطراب

۲ میلی‌گرم سه بار در روز و در صورت‌نیاز تا ۳۰-۱۵ mg/day در مقادیر

منقسم مصرف می‌شود. در افراد کهنسال‌نصف این مقدار مصرف شود در درمان‌بی‌خوابی همراه با اضطراب ۵-۱۵میلی‌گرم در موقع خواب مصرف می‌شود.مقدار مصرف در افراد مسن نصف

مقدار تجویز شده برای افراد بالغ

است

کودکان در درمان راه رفتن در خواب وترس بچه‌ها، ۱-۵ میلی‌گرم در موقع خواب‌مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان از راه تزریق وریدی در حمله‌مداوم صرعی ۱۰-۲۰ میلی‌گرم با سرعت۰/۵ میلی‌لیتر (۲/۵ میلی‌گرم طی ۳۰ ثانیه تجویز می‌شود و در صورت لزوم ۳۰-۶۰دقیقه بعد تکرار می‌گردد. ممکن است پس‌از تزریق اول انفوزیون وریدی تا حداکثر۳ mg/kg در طول ۲۴ ساعت انجام شود. دردرمان اضطراب حاد شدید، کنترل حملات‌پانیک حاد و درمان علائم حاد قطع مصرف‌دارو، مقدار ۱۰ میلی‌گرم مصرف می‌شودکه در صورت نیاز بعد از ۴ ساعت می‌توان‌آن را تکرار کرد.

کودکان مقدار ۳۰۰-۲۰۰ mcg/kgیا ۱میلی‌گرم به ازای هر سال سن مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲mg, ۵mg

Injection: ۱۰ mg/۲ml

DICLOFENAC SODIUM

موارد مصرف دیکلوفناک سدیم در درد والتهاب ناشی از بیماری روماتیسمی شامل‌آرتریت جوانان و دیگر اختلالات عضلانی ـاسکلتی دردهای بعد از جراحی و نیزنقرس حاد به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: دیکلوفناک از مهارکننده‌های‌قوی آنزیم سیکلواکسیژناز است که تولیدطی ۲ سال گذشته گزارشات متعددی ازفلج ناشی از تزریق دیکلوفناک در کودکان‌زیر ۱۳ سال به مرکز ثبت و بررسی‌عوارض جانبی داروها ارسال شده است پروستاگلاندین پروستاسایکلین وترومبوکسان را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک دیکلوفناک از راه‌های‌خوراکی یا رکتوم به‌طور کامل جذب‌می‌گردد. حداکثر غلظت سرمی ۲ ساعت‌بعد از مصرف خوراکی ایجاد می‌شود.اتصال پروتئینی دارو ۹۹ درصد بوده ومتابولیت‌های دارو غیرفعال و نیمه عمر آن۲ ساعت است دارو عمدت ?از راه ادرار دفع‌می‌گردد.

موارد منع مصرف در بیماران حساس به ASA یا دیگر داروهای NSAID در بیماران‌دچار پورفیری کبدی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران دچار اختلالات کلیوی کبدی یا قلبی با احتیاط و با

حداقل میزان ممکن به کار رود. در ضمن‌وضعیت عملکرد کلیه مرتب ?کنترل

گردد.

۲ ـ در بیماران دچار زخم معده فعال ازمصرف آن خودداری شود. همچنین‌بیماران با سابقه زخم بهتر است از مصرف‌این دارو پرهیز نموده و در صورت بروزصدمات معدی ـ روده‌ای مصرف آن قطع گردد.

۳ ـ این دارو در افراد پیر و همچنین افرادی که سابقه حمله آسم و حساسیتی دارند بااحتیاط مصرف شود.

طی ۲ سال گذشته گزارشات متعددی ازفلج ناشی از تزریق دیکلوفناک در کودکان‌زیر ۱۳ سال به مرکز ثبت و بررسی‌عوارض جانبی داروها ارسال شده است

عوارض جانبی عوارض گوارشی شامل‌تهوع اسهال و نیز گاهگاهی خونریزی یازخم ممکن است بروز نماید. واکنش‌های‌آلرژیک بویژه آنژیوادم برونکواسپاسم وبثورات جلدی و نیز عوارضی نظیرسرگیجه سردرد، اختلالات شنوایی مانندوزوز گوش و دفع خون از ادرار ممکن‌است ایجاد گردد.

طی ۲ سال گذشته گزارشات متعددی ازفلج ناشی از تزریق دیکلوفناک در کودکان‌زیر ۱۳ سال به مرکز ثبت و بررسی‌عوارض جانبی داروها ارسال شده است

تداخل‌های دارویی در مصرف همزمان بامهارکننده‌های آنزیم تبدیل کننده‌آنژیوتانسین (ACE)، سبب مهار اثر ضدفشار خون این داروها گردیده و احتمالاخطر نارسایی کلیوی و هیپرکالمی راافزایش می‌دهد. مصرف داروهای ضدمیکروبی از دسته کینولون‌ها همراه‌دیکلوفناک خطر بروز تشنج را افزایش‌می‌دهند. خطر سمیت کلیوی در صورت‌مصرف همزمان سیکلوسپورین ودیکلوفناک افزایش می‌یابد. دفع لیتیوم

و نیز احتمالا متوترکسات به‌وسیله این‌دارو کاهش یافته سمیت آنها افزایش‌می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در سابقه زخم معده‌یا اختلالات شدید کبدی با احتیاط مصرف‌شود.

۲ ـ در محل تزریق ممکن است دردوگاهگاهی صدمات بافتی ایجاد گردد.

۳ ـ مصرف شیاف ممکن است سبب‌تحریک موضعی گردد.

۴ ـ شکل تزریقی این دارو در کودکان زیر۱۳ سال نباید مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

از راه خوراکی ۷۵-۱۰۰ mg/day به‌صورت منقسم در ۲-۳ مقدار منقسم‌ترجیح ?بعد از غذا مصرف می گردد.

تزریقی

تزریق در عمق عضلات سرین در حالات‌حاد و بعد از جراحی به‌میزان ۷۵mg/day(یک‌بار و در حالات شدید دو بار در روز)

و حداکثر ۲ روز انجام می‌شود. در کولیک‌حالب‌ها، ۷۵ میلی گرم تزریق می‌شود که

در صورت لزوم ۳۰ دقیقه بعد تکرارمی گردد.

شیاف

به‌میزان ۱۰۰ میلی گرم و معمولا در شب‌استعمال می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵ mg

Suppository: ۵۰ mg

Injection: ۷۵ mg/۳ml

Topical Gel: ۱٪

GOLD SODIUM THIOMALATE

موارد مصرف این دارو در درمان آرتریت‌روماتوئیدی که به سالیسیلات‌ها وترکیبات گلوکوکورتیکوئیدها جواب‌نمی‌دهند به‌کار برده می‌شود و از پیشرفت‌ضایعات جلوگیری می‌کند.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر این دارو کاملامشخص نیست ولی احتمالا با مهار کردن‌سیستم‌های حاوی گروه سولفیدریل باعث‌کاهش فعالیت آنزیمی و کاهش فعالیت‌فاگوسیتیک ماکروفاژها می‌گردد.

فارماکوکینتیک اتصال آن به پروتئین‌های‌پلاسما زیاد است اثر دارو حداقل بعد از۶–۸ هفته ظاهر می‌شود. حدود ۶۰–۹۰درصد دارو به آهستگی از طریق کلیه و۱۰–۴۰ درصد آن از طریق مدفوع و ازطریق ترشحات صفراوی دفع می‌شود.

موارد منع مصرف در صورت سابقه‌ابتلای به آپلازی مغز استخوان درماتیت‌فلسی آنتروکولیت نکروز دهنده مشکلات‌خونی و فیبروز ریوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ بیمارانی که نسبت به سایرفلزات سنگین عدم تحمل نشان می‌دهندممکن است این دارو را نیز تحمل نکنند.

۲ ـ این دارو ممکن است باعث کاهش گویچه‌های سفید یا پلاکت‌های خون شود.

عوارض جانبی تحریک یا زخم زبان یا لثه خارش پوست احساس طعم فلزی دردهان ایجاد زخم یا لکه‌های سفید در دهان‌یا گلو، عوارض خونی که گاهی می‌تواندکشنده باشد از عوارض جانبی شایع این‌دارو هستند.

تداخل‌های دارویی استفاده همزمان باداورهای کاهنده فعالیت مغز استخوان وداروهای سمی برای کبد احتمال‌مسمومیت با این دارو را بالا ـ می‌برد.مصرف همزمان پنی‌سیلامین با ترکیبات‌حاوی طلا ممکن است خطر بروز عوارض‌شدید خونی یا کلیوی را افرایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان را کامل‌نمایند. زیرا اثر دارو گاهی اوقات دیررس‌می‌باشد.

۲ ـ احتمال تشدید درد مفاصل پس ازتزریق دارو وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان شروع درمان با ۱۰ میلی‌گرم‌در هفته اول ۲۵ میلی‌گرم هفته دوم وسپس ۲۵–۵۰ میلی‌گرم یک‌بار در هفته‌تزریق عضلانی می‌شود تا پاسخ مطلوب‌حاصل شده یا علائم مسمومیت بروزنماید. در هر صورت مقدار مصرف از۸۰۰۰ میلی گرم تا ۱ گرم تجاوز نکندبه‌عنوان مقدار مصرف نگهدارنده ۲۵–۵۰میلی‌گرم هر دو هفته یک‌بار به مدت ۲–۲۰هفته و سپس ۲۵–۵۰ میلی‌گرم هر سه یاچهار هفته یک‌بار تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان در کودکان با سن بیشتر از ۶ سال‌ابتدا ۱۰ میلی‌گرم هفته اول و سپس ۱mg/kg(حداکثر تا ۵ میلی‌گرم در هر نوبت مصرف تزریق عضلانی می‌شود. فواصل مصرف‌در کودکان مانند بزرگسالان هست

اشکال دارویی

Injection: (۱۰ mg, ۲۰ mg, ۵۰ mg)/۰.۵ml

METHOCARBAMOLE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان درمان‌کمکی همراه با دیگر اقدامات مانندااستراحت و فیزیوتراپی برای تخفیف‌اسپاسم عضلانی همراه با بیماریهای حادو دردناک عضلانی ـ استخوانی مصرف‌می‌شود.
مکانیسم اثر: متوکاربامول به‌طور عمده برروی سیستم عصبی مرکزی اثر کرده وبه‌طور مستقیم بر روی عضلات اسکلتی اثرنمی کند. اثر شل‌کنندگی عضلاتی این داروممکن است ناشی از تضعیف CNSباشد.
فارماکوکینتیک جذب متوکاربامول ازمجرای گوارشی سریع است متابولیسم‌این دارو احتمالا کبدی است متوکاربامول‌به‌طور عمده از طریق کلیه دفع می‌شود.
موارد منع مصرف در حالت اغماء نبایدتجویز شود. در عیب کار کلیه یا بیماریهای‌آن مصرف شکل تزریقی این دارو که‌حاوی پایه پلی‌اتیلن گلیکول می‌باشد ممکن‌است باعث مسمومیت کلیه افزایش‌حساسیت اوره و اسیدوز شود.
هشدارها: در موارد ضعف CNS، صرع عیب کار کبد یا عیب کار کلیه با احتیاطفراوان تجویز شود.
تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌متوکاربامول با داروهای مضعف CNSباعث تشدید اثرات دارو می‌شود.
نکات قابل توصیه برای سهولت مصرف‌می‌توان قرص را خرد کرده و با غذا یامایعات مخلوط کرد.
مقدار مصرف
خوراکی
بزرگسالان به‌منظور شل کردن عضلات‌اسکلتی ابتدا مقدار ۱/۵ گرم چهار بار درروز طی ۴۸-۷۲ ساعت اول درمان‌مصرف می‌شود. برای حالات شدید ممکن‌است در ابتدا تا ۸ g/day نیز مصرف شود.مقدار نگهدارنده این دارو ۷۵۰ میلی‌گرم هرچهار ساعت یک گرم چهار بار در روز یا۱/۵ گرم سه بار در روز می‌باشد.
تزریقی
بزرگسالان به‌عنوان شل‌کننده عضلانی‌مقدار ۱-۳ g/day به مدت سه روز از راه‌عضلانی یا وریدی تزریق می‌شود. به دنبال‌قطع مصرف دارو به مدت ۴۸ ساعت درصورت نیاز این مقدار می‌تواند تکرار شود.
اشکال دارویی

Injection: ۱,۰۰۰ mg/۱۰ml

Tablet: ۵۰۰ mg

PANCURONIUM BROMIDE

موارد مصرف این دارو به‌عنوان داروی‌کمک بیهوشی برای شل کردن عضلات وتسهیل کنترل بیمار طی تنفس مصنوعی‌مکانیکی مصرف می‌شود. همچنین برای‌لوله‌گذاری داخل نای و جراحی‌هایی که‌نسبت ?طولانی مدت هستند و شل شدن‌عضلات در آنها ضرورت دارد و کاهش‌شدت انقباضات عضلانی ناشی از حملات‌تشنجی مصرف شده‌است
مکانیسم اثر: این دارو با استیل کولین دراتصال به گیرنده‌های کلینرژیک صفحه‌محرکه انتهایی رقابت و با مهار انتقال‌عصبی پاسخ صفحه محرکه انتهایی به‌استیل کولین را کاهش می‌دهد و باعث فلج‌عضلات اسکلتی می‌شود.
فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی مقادیر جزیی است نیمه عمر دفع دارو۱۱۴-۱۱۶ دقیقه است زمان رسیدن به‌حداکثر غلظت ۳-۴/۵ دقیقه و بسته به‌مقدار مصرف است دفع دارو کلیوی (۸۰درصد) و صفراوی (۱۰ درصد) است بعداز تزریق دارو ۹۰ درصد

پاسخ پرشی‌عضلات در کمتر از ۶۰ دقیقه به حالت‌عادی باز می گردد.

هشدارها: ۱ ـ به‌دلیل اثر واگولیتیک خطربرادی کاردی یا کاهش فشار خون ناشی ازداروهای مخدر کاهش می‌یابد اما دربعضی بیماران خطر بروز تاکیکاردی یاافزایش فشار خون بیشتر می‌شود.تاکیکاردی با این دارو شایع‌تر از سایرداروهای مسدد عصبی ـ عضلانی است

۲ ـ در عیب کار کبد و کلیه ممکنست اثردارو طولانی‌تر شود.

۳ ـ مصرف مقادیر بیش از حد آن ممکنست‌منجر به ضعف مداوم تنفسی یا آپنه وکلاپسی قلبی شود. برای به حداقل رساندن‌خطر مصرف بیش از حد، توصیه می‌شوداز یک تحریک‌کننده اعصاب محیطی برای‌پیگیری پاسخ بیمار به دارو استفاده شود.

عوارض جانبی افزایش فشار خون تاکی‌کاردی خارش پوست افزایش ترشح‌بزاق و راش پوستی از عوارض جانبی مهم‌و نسبت? شایع دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی دارو باآمینوگلیکوزیدها، بی‌حس کننده‌های‌موضعی تزریقی کاپرئومایسین خون‌سیتراته کلیندامایسین لینکومایسین پلی‌میکسین‌ها، گلیکوزیدهای دیژیتالی پروکائین آمید و کینیدین تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در هیپرترمی طول وشدت اثر دارو افزایش و در هیپوترمی کاهش می‌یابد.

۲ ـ دارو اثر شناخته شده‌ای روی‌هوشیاری یا آستانه درد ندارد لذا به‌عنوان‌داروی کمکی در جراحی باید مقدار کافی‌از داروی بیهوشی به‌کار رود.

۳ ـ دارو به میزان کمتری از سایر داروهای‌مسدد عصبی ـ عضلانی باعث آزاد شدن‌هیستامین می‌شود.

۴ ـ مقدار مصرف دارو در صورت مصرف‌همزمان با بیهوش‌کننده‌های عمومی مثل اتر،انفلوران و ایزوفلوران باید به ۳۳–۵۰ درصدکاهش یابد یا مقدار مصرف آن توسط یک‌تحریک‌کننده اعصاب محیطی تعیین شود.میزان این کاهش با هالوتان کمتر است

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۰/۰۴–۰/۱ mg/kgبه‌صورت وریدی تجویز می‌شود. سپس‌مقدار ۰/۰۱ mg/kg هر ۲۰–۶۰ دقیقه‌به‌مقدار مصرف اولیه اضافه می‌شود. درصورت نیاز باید مقدار مصرف تنظیم‌شود. بعد از بیهوشی با ایزوفلوران یاانفلوران یا بیمارانی که به‌منظورلوله‌گذاری داخل نای سوکسینیل کولین‌دریافت کرده‌اند، ۰/۰۴ mg/kg ابتدابه‌صورت وریدی تجویز می‌شود و سپس‌براساس پاسخ بیمار تنظیم می‌شود.به‌منظور لوله‌گذاری داخل نای مقدار ۰/۱–۰/۶ mg/kg، تزریق وریدی می‌شود.بعد از مصرف دارو برای لوله‌گذاری داخل‌نای شرایط مناسب برای لوله‌گذاری طی ۲–۳ دقیقه به‌دست می‌آید.

کودکان مقدار مصرف را می‌توان‌براساس پاسخ بیمار به مقدار مصرف‌تست به میزان ۰/۰۲ mg/kg تعیین نمود. درکودکان با سن یکماه و بیشتر مقدارمصرف مثل بزرگسالان است

اشکال دارویی

Injection: ۴ mg/۲ ml

SUCCINYLCHOLINE CHLORIDE

موارد مصرف سوکسینیل کولین به‌عنوان‌کمک بیهوشی برای شل کردن عضلات وتسهیل کنترل بیمار طی تنفس مصنوعی ازطریق مکانیکی مصرف می‌شود. همراه بامسدود کننده‌های عصبی غیر دپولاریزان‌با اثر نسبت ?کوتاه برای لوله‌گذاری داخل‌نای مصرف می‌شود. انفوزیون مداوم آن‌در جراحی‌های کوتاه مدت که شل شدن‌عضلات ضرورت دارد، استفاده می‌شود.در کاهش شدت انقباضات عضلانی ناشی‌از حملات تشنجی (الکتریکی یافارماکولوژیکی یا واکنش‌های سمی به‌دیگر داروها) نیز به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: سوکسینیل کولین داروی‌مسدودکننده عصبی عضلانی دپولاریزان‌است که با استیل کولین در اتصال به‌گیرنده‌های کلینرژیک صفحه محرکه‌انتهایی رقابت و با اتصال به گیرنده‌هاباعث دپولاریزاسیون می‌شود. اثردپولاریزان به دلیل تمایل شدید آن به‌گیرنده کلینرژیک و مقاومت به اثرات کولین‌استراز، طولانی‌تر از استیل کولین است این اثر ابتدا باعث انقباض گذرای عضلات‌می‌شود که معمولا فاسیکوله شدن‌عضلات بروز می‌کند و بعد از آن انتقال‌عصبی عضلانی مهار می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو پلاسمایی‌است شروع اثر با تزریق وریدی ۰/۵-۱دقیقه و با تزریق عضلانی طی ۳ دقیقه‌می‌باشد. زمان رسیدن به حداکثر اثر ۱-۲دقیقه بعد از تزریق وریدی می‌باشد. دفع‌دارو کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ با محلولهای قلیایی (مثل‌تیوپنتال سدیم مخلوط نشود چون‌رسوب می‌نماید.

۲ ـ تکرار مصرف دارو ممکن است باعث‌بروز مقاومت شود.

۳ ـ مصرف دارو ممکن است باعث افزایش‌غلظت سرمی پتاسیم شود که منجر به‌ایست قلبی یا آریتمی در بیماران دچارسوختگی یا ضربه شدید و اختلالات‌نورولژیک می‌شود که تا هفته‌ها و ماهها‌بعد از ضربه این اثر باقی می‌ماند. برادی‌کاردی و آریتمی قلبی با این دارو از سایرمسددهای عصبی ـ عضلانی شایعتر است

۴ ـ در سوختگی شدید، سمیت با دیژیتال یامصرف اخیر آن عیب کار قلب بیماری‌دژنراتیو یا دیستروفی عصبی ـ عضلانی فلج نیمه تحتانی بدن هیپرکالمی صدمات‌نخاعی ضربه شدید، کم‌خونی شدید،دهیدراتاسیون مصرف حشره‌کش‌های‌سمی برای عصب یا دیگر مهارکننده‌های‌کولین استراز، بیماری شدید کبد یاسیروز، سوءتغذیه صفات نهفته ارثی ضایعات چشمی گلوکوم جراحی چشم شکستگی یا اسپاسم عضله و هیپرترمی‌بدخیم با احتیاط مصرف شود.

۵ ـ میزان و شدت بروز برادی کاردی وکاهش فشار خون ناشی از دارو همراه باضد دردهای مخدر بالا می‌رود. آزاد شدن‌هیستامین نیز که با بسیاری از ضد دردهای‌مخدر ایجاد می‌شود، افزایش می‌یابد.

۶ ـ مصرف مکرر یا طولانی مدت داروممکن است انسداد عصبی ـ عضلانی شبیه‌به انسداد حاصل از داروهای مسدودکننده‌عصبی ـ عضلانی غیر دپولاریزان ایجادکند که این حالت منجر به بروز ضعف‌مداوم تنفسی یا آپنه خواهد شد. برای به‌حداقل رساندن خطر مصرف بیش از حدتوصیه می‌شود از یک تحریک‌کننده‌اعصاب محیطی برای پیگیری پاسخ بیماربه دارو استفاده شود.

عوارض جانبی برادی کاردی آریتمی قلبی گلوکوم تاکیکاردی سفتی و درد عضلات‌بعد از جراحی هیپرترمی بدخیم و افزایش‌ترشح بزاق از عوارض نسبت ?شایع و مهم‌دارو می‌باشند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروبا آمینوگلیکوزیدها، بی‌حس کننده‌های‌موضعی تزریقی کاپرئومایسین خون‌سیترانه کلینداما‌یسین لینکومایسین پلی‌میکسین‌ها، مهارکننده‌های کولین استراز،حشره‌کش‌هایی که سمیت عصبی دارند،گلیکوزیدهای دیژیتالی پروکائین آمید،کینیدین و فیزوستیگمین باعث تشدید و یاطولانی شدن اثرات و عوارض سوکسینل‌کولین می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ کودکان به‌خصوص‌به اثرات میوگلوبینمی میوگلوبینوری وقلبی دارو حساسترند. مصرف مقادیر کم‌توبوکورارین قبل از سوکسینیل کولین شیوع میوگلوبینمی را کاهش می‌دهد.همچنین با تکرار مصرف در صورت بروز،عوارض قلبی ذکر شده ناشی از تحریک‌واگ با تیوپنتال سدیم و آتروپین مهارمی‌شود. بعد از این اثرات تاکی کاردی وافزایش فشار خون ممکن است دیده شود.

۲ ـ تقویت اثر بیهوش کننده‌های استنشاقی‌هیدروکربنه توسط سوکسینیل کولین‌کمتر از مسدودکننده‌های عصبی ـعضلانی غیر دپولاریزان است

۳ ـ طول و شدت اثر دارو در هیپرترمی وهیپوترمی افزایش می‌یابد.

۴ ـ مقدار تست ۱۰ میلی‌گرم برای تعیین‌حساسیت بیمار و زمان بازیابی به‌کارمی‌رود. در بیمارانی که میزان فعالیت

آنزیم‌پسودوکولین استراز در آنها کم است به‌دلیل حساسیت غیرمعمول به اثرات‌سوکسینیل کولین ممکن است به کاهش‌مقدار مصرف دارو نیاز باشد در این موردمقدار تست ۵-۱۰ میلی گرم می‌باشد.

۵ـ برای کاهش فاسیکوله شدن عضلات مقدار کمی از داروی غیر دپولاریزان‌ممکنست قبل از مصرف سوکسینیل‌کولین به‌کار رود.

۶ـ دارو اثر شناخته شده‌ای روی هوشیاری‌یا آستانه درد ندارد لذا در جراحی باید مقدارکافی از داروی بیهوشی به‌کار رود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در جراحی کوتاه مدت ابتدامقدار ۰/۶-۱/۱ mg/kg به‌صورت وریدی‌تزریق می‌شود. در صورت نیاز به تکرارمصرف دارو، مقدار آن باید با توجه به‌پاسخ بیمار به‌مقدار مصرف اولیه تعیین‌شود. به‌صورت عضلانی ۳-۴ mg/kgتزریق می‌شود و میزان تام مقدار مصرف‌از ۱۵۰ میلی گرم بیشتر شود. در جراحی‌طولانی مدت ابتدا مقدار ۰/۶-۱/۱ mg/kgبه‌صورت وریدی تزریق می‌شود. مقدارمصرف بعدی برای هر فرد جداگانه و باتوجه به نیاز به میزان تداوم شل شدن‌عضلات تعیین می‌شود. تجویز مقادیرمصرف به‌صورت منقسم به‌دلیل امکان‌بروز مقاومت و آپنه مداوم توصیه‌نمی‌شود. در اعمال جراحی طولانی به‌کاربردن انفوزیون مداوم بهتر است

انفوزیون وریدی به‌صورت محلول۰/۱-۰/۲ درصد در دکستروز ۵ درصد یاسدیم کلراید تزریقی و سایررقیق‌کننده‌های مناسب و به میزان

۰/۵-۱۰ mg/min براساس پاسخ بیمار وشل شدن عضله به‌مدت یک ساعت تجویزمی‌شود. در مصرف دارو به‌صورت‌انفوزیون پیگیری دقیق کار عصبی ـعضلانی با استفاده از تحریک‌کننده‌اعصاب محیطی برای جلوگیری ازمصرف مقادیر زیاد و تعیین میزان انسداداروی غیر دپولاریزان توصیه می‌شود.

در درمان با الکتروشوک مقدار ۱۰-۳۰میلی گرم تقریب ?یک دقیقه قبل از شوک تزریق وریدی یا حداکثر ۲/۵ mg/kg (مقدارمصرف تام از ۱۵۰ میلی گرم نباید بیشترشود) تزریق عضلانی می‌شود.

کودکان برای لوله گذاری داخل نای‌حداکثر تا ۲/۵ mg/kg (مقدار مصرف تام از۱۵۰ میلی گرم نباید بیشتر شود) تزریق‌عضلانی و یا ۱-۲ mg/kg تزریق وریدی‌می‌شود. در صورت نیاز به تکرار مصرف‌دارو، مقدار مصرف باید باتوجه به پاسخ‌بیمار به مقدار مصرف اولیه تعیین شود.به‌نظر می‌رسد که انفوزیون مداوم وریدی‌دارو در کودکان و نوزادان باعث‌هیپرترمی بدخیم شود.

اشکال دارویی

For Injection: ۱۰۰ mg, ۵۰۰ mg, ۱۰۰۰ mg

ACETYLCHOLINE CHLORIDE

موارد مصرف استیل کولین برای ایجادتنگی کامل و سریع مردمک چشم در مواردی‌مثل جراحی آب مروارید، پیوند قرنیه برداشتن عنبیه و سایر اعمال جراحی بخش‌قدامی چشم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با اثر بر روی گیرنده‌های موسکارینی در عضلات صاف‌چشم موجب تنگی مردمک چشم و انقباض‌عضله مژگانی می‌شود.

فارماکوکینتیک چند ثانیه پس از مصرف اثر دارو ظاهر می‌شود و به‌مدت ۱۰-۲۰دقیقه باقی می‌ماند.

موارد منع مصرف در مواردی که تنگی‌مردمک چشم نامطلوب باشد (مثل بعضی‌از اشکال گلوکوم و بیماری حاد التهابی‌اتاقک قدامی چشم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در مواردی مثل نارسایی حادقلب آسم نایژه‌ای قرحه گوارشی پرکاری تیروئید، اسپاسم مجرای گوارشی انسداد مجاری

ادرار و بیماری‌پارکینسون باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ اگر محلول دارو بـا فشـار به داخـل چشم‌پاشـیده شود، ممکن است موجب پـارگی کـاهش حجم زجاجیه و یا سوراخ شـدن‌عنبیه گردد.

عوارض جانبی عارضه جانبی قابل توجهی‌ندارد ولی با مصرف مقادیر زیاد، ممکن‌است آتروفی عنبیه بروز کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ محلول این داروناپایدار بوده و باید بلافاصله پس از تهیه‌مصرف شود.

۲ ـ این دارو ممکن است موجب سردرد،درد بالای حدقه چشم تغییر در دید دور وکاهش دید شبانه گردد.

۳ ـ شستشوی داخل چشم با این دارو بایدبه آرامی صورت گیرد.

مقدار مصرف نیم تا ۲ میلی‌لیتر از محلول قبل یا پس از بستن یک یا چند بخیه به‌درون اتاقک قدامی ریخته می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Solution: ۱٪

(ACICLOVIR (Ophthalmic

موارد مصرف پماد چشمی آسیکلوویر دردرمان التهاب قرنیه ناشی از ویروس‌تبخال (HSV) مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آسیکلوویر از طریق مهارساخت DNA ویروس عمل می‌کند.

فارماکوکینتیک آسـیکلوویر به سرعت ازطریق بافت پوششی قرنیه و بافت سطحی‌چشم جذب می‌شود. غلظت این دارو درمایع زلالیه به حد لازم برای اثرضدویروسی می‌رسد. پس از مصرف‌آسیکلوویر در چشم مقدار آن در خون‌قابل اندازه‌گیری نیست ولی ممکن است درمقادیر بسیار ناچیز در ادرار یافت شود.

عوارض جانبی آسیب سطحی قرنیه همراه‌با نقطه‌دار شدن آن عارضه‌ای است که پس‌از قطع مصرف دارو بهبود می‌یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان را بایدکامل کرد.

مقدار مصـرف در بزرگسالان و کودکان به‌میزان ۱ سانتی‌متر از پماد را ۵ بار در روز(تقریب ?هر ۴ ساعت یکبار) در فضای‌ملتحمه پلک پایین قرار می‌دهند. درمان رابایدِ برای حداقل ۳ روز پس از بهبود کامل‌علائم ادامه داد.

اشکال دارویی

Ointment: ۳٪

ARTIFICIAL TEAR

موارد مصرف این فرآورده در مواردی‌مانند کمبود اشک اختلال در ترشح طبیعی‌موکوس خشکی چشم در بیماری‌هایی‌نظیر التهاب خشک قرنیه و ملتحمه مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: اشک مصـنوعی ثبات وضـخامت لایه اشکی جلوی قرنیه را زیاد وزمان از بین رفتن این لایه را طولانی‌می‌کند. همچنین این فرآورده موجب‌مرطوب ماندن قرنیه و چشم می‌گردد.

هشدارها: در صورت بروز حساسیت به‌این فرآورده مصرف آن باید قطع گردد.

عوارض جانبی به‌ندرت تحریک چشم تاری دید یا چسبندگی پلک‌ها با مصرف این‌فرآورده ممکن است دیده شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف بیش از

۳ روز، تنها با تجویز پزشک توصیه‌می‌شود.

۲ ـ در صورت استفاده از لنز تماسی هنگام‌مصرف فرآورده باید مراقب بود تا لنز ازچشم خارج نشود.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان یک‌قطره از محلول ۳ یا ۴ بار در روز در چشم‌چکانده شود.

اشکال دارویی

Drops: ۰.۵٪

(ATROPINE SULFATE (Ophthalmic

موارد مصرف آتروپین به‌عنوان فلج‌کننده‌جسم مژگانی برای اندازه‌گیری عیب‌های‌انکساری در کودکان به‌کار می‌رود. این‌دارو همچنین جهت درمان التهاب مجموعه‌عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه و برای‌ایجاد گشادی مردمک چشم تجویزمی‌شود تا چسبندگی جسم مژگانی به‌کپسول عدسی را برطرف کرده یا از بروزمشکلات ناشی از این بیماری جلوگیری گردد.

مکانیسم اثر: آتروپین یک داروی‌موسکارینی است که از پاسخ عضلات‌اسفنکتر به عنبیه و عضلات تطابقی جسم‌مژگانی به تحریک استیل کولین جلوگیری‌و باعث گشادشدن مردمک چشم و فلج‌تطابق چشم (فلج جسم مژگانی می‌شود.

فارماکوکینتیک مدت اثر این دارو طولانی‌است و ممکن است تا ۱۴ روز بعد ازمصرف دارو باقی بماند.

هشدارها: ۱ ـ بیماران سالخورده نسبت به‌آتروپین حساسیت بیشتری دارند واحتمال بروز واکنش‌های سیستمیک درآنها بیشتر است

۲ ـ در بیماران مبتلاـ به گلوکوم اولیه یابیمارانی که زمینه پیدایش گلوکوم با زاویه‌بسته در آنها وجود دارد، با احتیاط فراوان‌تجویز شود.

عوارض جانبی افزایش حساسیت چشم به‌نور و تحریک چشم از عوارض این داروست

تداخل‌های دارویی آتروپین ممکن است بااثر ضدگلوکوم پیلوکارپین تداخل کند.

این دارو هم می‌تواند اثر گشادکننده‌مردمک آتروپین را خنثی کند. در صورت‌مصرف همزمان آتروپین با مهارکننده‌های‌کولین استراز چشمی ممکن است اثرضدگلوکوم و تنگ‌کننده مردمک چشم این‌داروها خنثی شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو ممکن

است تاری دید یا حساسیت به نور ایجادکند.

۲ ـ برای جلوگیری از جذب سیستمیک درموقع مصرف قطره آتروپین و تا ۱–۲دقیقه بعد از آن انگشت خود را روی‌مجرای اشکی (گوشه داخلی چشم فشاردهید.

مقدار مصرف

بزرگسالان در التهاب مجموعه عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه ۰/۳–۰/۵سانتی‌متر از پماد یک درصد یا یک قطره ازمحلول یک درصد ۱–۳ بار در روز بر روی‌ملتحمه مصرف می‌شود.

در درمان چسبندگی جسم مژگانی به‌کپسول عدسی در فواصل زمانی ۵دقیقه‌ای هر بار یک یا دو قطره از محلول‌یک درصد آتروپین و یک قطره از محلول‌فنیل‌افرین به تناوب در چشم چکانده‌می‌شود. به‌عنوان گشادکننده مردمک قبل‌از عمل جراحی چشم یک قطره از محلول‌یک درصد آتروپین و یک قطره از محلول‌فنیل‌افرین در چشم چکانده می‌شود و بعداز عمل جراحی یک یا دو قطره ۱–۳ بار درروز در چشم چکانده می‌شود.

کودکان به‌عنوان فلج‌کننده جسم مژگانی‌به‌منظور تعیین انکسار نور در چشم ۰/۳سانتی‌متر از پماد ۳ بار در روز برای ۱–۳روز قبل از معاینه چشم مصرف می‌شود.در درمان التهاب مجموعه عنبیه جسم‌مژگانی و مشیمیه یا به‌عنوان گشادکننده‌مردمک بعد از جراحی ۰/۳–۰/۵ سانتی‌متراز پماد یک درصد ۱–۳ بار در روز بر روی‌ملتحمه مالیده می‌شود.

در کودکان پنج سال و بزرگتر، برای تعیین‌عیب انکسار در چشم یک قطره از محلول‌نیم یا یک درصد سه بار در روز به‌مدت۱-۳ روز در چشم چکانده می‌شود. درالتهاب مجموعه عنبیه جسم مژگانی ومشیمیه یک قطره از محلول نیم یا یک‌درصد ۱-۳ بار در روز مصرف می‌شود.به‌عنوان گشادکننده مردمک چشم بعد ازعمل جراحی یک قطره از محلول نیم‌درصد ۱-۳ بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drops: ۰.۵٪, ۱٪

Ointment: ۱٪

BACITRACIN

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای ناشی از میکروارگانیسم‌های‌حساس مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: باسیتراسین از طریق تداخل‌در ساخت دیواره سلولی بر علیه اغلب‌باکتری‌های گرم مثبت (از جمله‌استافیلوکوک و استرپتوکوک وکلستریدیا مؤثر است

فارماکوکینتیک جذب موضعی (مخاطی این دارو ناچیز است

عوارض جانبی مواردی از بروزواکنش‌های حساسیت مفرط و حتی‌آنافیلاکسی مشاهده شده‌اند.

نکات قابل توصیه مصرف این دارو برای‌پیشگیری از بروز التهاب عفونی ملتحمه درنوزادان توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف یک یا چند بار در روز درچشم استفاده می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Ointment: ۵۰۰ U/g

(BETAMETHASONE (Ophthalmic

موارد مصرف بتامتازون در درمان‌حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند،به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی‌کورتیکواستروئیدها با اثر مستقیم بر روی‌غشاء، اگزودای سلولی و فیبرینی وانفیلتراسیون بافتی را کاهش می‌دهند.ممانعت از فعالیت تشکیل کلاژن و بافت‌همبند، تأخیر در تولید مجدد سلولهای‌اپی‌تلیال کاهش تشکیل عروق جدید پس ازالتهاب و کاهش نفوذپذیری مویرگ‌های‌متورم از دیگر اثرات این دارو می‌باشد.

فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنبیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکیه‌جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماریهای‌قارچی چشم و گوش التهاب سطحی حادقرنیه ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده‌گوش سل چشمی یا گوشی و بیماری‌ویروسی در مرحله عفونی حاد نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در کسانی که مبتلا به آب‌مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یاسابقه آن التهاب گوش میانی و سایرعفونت‌های قرنیه و ملتحمه چشم یا گوش‌هستند، باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی دراطراف چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها وبزرگ شدن غیرعادی چشم سوزش وآبریزش از عوارض جانبی این داروهستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ اگر پس از

۷-۵ روز بهبودی حاصل نشد و یا وضع‌چشم یا گوش بدتر شد، به پزشک مراجعه‌شود.

۲ ـ در صورت استفاده دارو در گوش‌می‌توان آن را به‌طور مستقیم در گوش‌ریخت و یا توسط گاز آغشته با دارو و یافتیله پنبه‌ای در سوراخ گوش گذاشت این‌فتیله را هر ۱۲-۲۴ ساعت یک‌بار، بایدتعویض نمود.

مقدار مصرف ابتدا ۱ تا ۲ قطره هر ۱ تا ۲ساعت به داخل چشم و ۲ یا ۳ قطره هر ۲ تا۳ ساعت به داخل مجرای گوش چکانده‌می‌شود و به‌تدریج در صورت تخفیف‌التهاب مقدار مصرف دارو کاهش می‌یابد.نیم تا یک سانتی‌متر از پماد، ۳ ـ ۲ بار درروز یا هنگام خواب داخل پلک قرار داده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic / Otic Ointment: ۰.۱٪

Ophthalmic / Otic Drops: ۰.۱٪

BETAXOLOL

موارد مصرف بتاکسولول به‌منظور کاهش‌فشار داخل چشم در مبتلایان به گلوکوم‌مزمن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو با مسدود کردن گیرنده‌های بتا آدرنرژیک موجب کاهش‌فشار داخل چشم می گردد.

موارد منع مصرف در مواردی چون‌برادی کاردی ایست قلبی نارسایی قلبی آسم و سابقه بیماری انسدادی راههای‌تنفسی نباید مصرف شود.

هشدارها: در مبتلایان به دیابت و میاستنی گراو با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی خشکی چشم و التهاب‌ملتحمه آلرژیک از عوارض جانبی هستند.

تداخل‌های دارویی به‌دلیل احتمال جذب‌سیستمیک این دارو، تداخل‌های دارویی‌مربوط به داروهای مسدد گیرنده بتاآدرنرژیک در مورد بتاکسولول نیز صدق‌می کنند.

نکات قابل توصیه به‌منظور جلوگیری ازجذب سیستمیک و بیش از حد دارو، باید به‌هنگام مصرف بتاکسولول و ۱-۲ دقیقه‌پس از مصرف آن گوشه داخلی چشم باانگشت فشار داده شود.

مقدار مصرف یک قطره از محلول دارو۲بار در روز در چشم چکانده شود.

اشکال دارویی

Drops (as HCI): ۰.۵٪

(CHLORAMPHENICOL (Ophthalmic

موارد مصرف کلرآمفنیکل در درمان‌عفونت‌های ملتحمه یا قرنیه ناشی ازباکتری‌های حساس به دارو مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: کلرآمفنیکل یک آنتی‌بیوتیک‌متوقف کننده رشد باکتری با طیف اثروسیع است و از طریق مهار ساخت‌پروتئین‌ها اثر می کند.

فارماکوکینتیک این دارو از راه مخاط چشم‌به میزان کمی جذب می‌شود.

عوارض جانبی احساس سوزش یا گزش‌در چشم پس از مصرف دارو گزارش‌شده‌است

مقدار مصرف یک قطره هر ۱-۴ ساعت درچشم چکانده شود.

اشکال دارویی

Drops: ۲٪

(CIPROFLOXACIN (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونت‌های سطحی چشم به‌ویژه درزخم‌های قرنیه مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: سیپروفلوکساسین ازمشتقات -۴ فلوروکینولون‌ها است که ازطریق مهار دوباره سازی DNAاثر می کند.
هشدارها: مصرف این دارو در کودکان باسن کمتر از ۱۲ سال توصیه نمی‌شود.
عوارض جانبی احساس سوزش یا خارش‌پس از مصرف دارو و نیز قی کردن چشم‌گزارش شده‌است
مقدار مصرف در درمان عفونت‌های چشم‌ابتدا هر ۲ ساعت یک قطره در چشم چکانده‌می‌شود و پس از کاهش شدت عفونت‌دفعات مصرف دارو نیز کاهش داده‌می‌شود. مصرف دارو را تا ۴۸ ساعت بعداز بهبودی باید ادامه داد.
در درمان زخم‌های قرنیه در روز اول هر۱۵ دقیقه به مدت ۶ ساعت دو قطره درچشم چکانده می‌شود و سپس در طی طول‌روز هر ۳۰ دقیقه دارو مصرف می‌شود. درروز دوم هر ساعت ۲ قطره و در روزهای‌سوم و چهارم هر ۴ ساعت ۲ قطره مصرف‌می گردد. در صورت نیاز به ادامه درمان‌در روزهای بعد، فواصل مصرف دارو بایدتوسط پزشک تعیین شود حداکثر مدت‌زمان مصرف این دارو ۲۱ روز است
اشکال دارویی
Drops: ۰.۳٪

CYCLOPENTOLATE HCl

موارد مصرف سیکلوپنتولات برای تعیین‌عیوب انکساری و در روشهای تشخیصی‌مانند افتالموسکوپی برای گشادکردن‌مردمک چشم در روشهای تشخیصی و یاقبل و بعد از اعمال جراحی و درمان‌یوئوتیت استفاده می‌شود.
مکانیسم اثر: سیکلوپنتولات بخاطر اثر آنتی‌کولینرژیکی پاسخ عضله اسنفکتر عنبیه وعضله تطابقی جسم مژگانی را به تحریکات‌استیل کولین بلوک می کند و باعث گشادشدن مردمک چشم و فلج تطابق می‌شود.
فارماکوکینتیک شروع اثر دارو سریع‌می‌باشد. زمان رسیدن به حداکثر اثرسیکلوپلژی ۲۵-۷۵ دقیقه و گشادی‌مردمک ۳۰-۶۰ دقیقه است طول اثر آن دربازگشت تطابق ۶-۲۴ ساعت می‌باشد ولی‌برطرف شدن گشادی مردمک در برخی‌افراد تا چند روز به طول می‌انجامد.
موارد منع مصرف این دارو در کودکان‌مبتلا به آسیب مغزی و فلج اسپاستیک افراد مبتلا به سندرم داون یا منگولیسم یا گلوکوم با زاویه بسته نباید مصرف‌شود.
هشدارها: ۱ ـ عنبیه تیره رنگ به اثرگشادکنندگی مردمک چشم این داروومقاوم‌تر می‌باشد. در افزایش مقدارمصرف دارو در این افراد باید احتیاط کرد.
۲ ـ در بیماران با افزایش فشار داخل چشم‌باید با احتیاط مصرف شود.
۳ ـ افزایش حساسیت به سیکلوپنتولات وداروهای مشابه در نوزادان و کودکان‌کودکان با موهای روشن و چشمان آبی ونیز در افراد مسن گزارش شده‌است
عوارض جانبی التهاب پلک و ملتحمه پرخونی التهاب قرنیه چسبندگی جسم‌مژگانی به عنبیه تاری دید، سوزش وافزایش حساسیت چشم به نور از عوارض‌جانبی مهم دارو می‌باشد.

تداخل‌های دارویی سیکلوپنتولات ممکن‌است اثرات ضدگلوکوم و تنگ‌کننده‌مردمک داروهای ضدگلوکوم از گروه‌داروهای کولینرژیک طولانی الاثر مانندا‌کوتیوفات را خنثی کند. همچنین ممکن‌است با اثر ضدگلوکوم پیلوکارپین تداخل‌داشته باشد. این دارو نیز اثر گشادکنندگی‌مردمک توسط سیکلوپنتولات را خنثی‌می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ افزایش فشار داخلی‌بینی و دستگاه اشکی خصوص ?در کودکان‌باید کنترل شود.

۲ ـ اگر تاری دید یا افزایش حساسیت به‌نور بیش از ۳۶ ساعت پس از قطع داروادامه یافت به پزشک مراجعه کنید.

مقدار مصرف یک قطره در ملتحمه چشم‌چکانده می‌شود که در صورت نیاز ۵-۱۰دقیقه بعد تکرار می‌شود. در شیرخواران‌کم وزن و نارس دارو تنها یک‌بار تجویزمی‌شود. در درمان اوتیت یک قطره ۳-۴بار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drops: ٪۱

DEXAMETHASONE

موارد مصرف دگزامتازون در درمان‌حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند،استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی کورتیکواستروئیدها اثر مستقیم بر روی‌غشاء دارند. کورتیکواستروئیدها،اگزودای سلولی و فیبرینی و انفیلتراسیون‌بافتی را کاهش می‌دهند. ممانعت از فعالیت‌تشکیل کلاژن و بافت همبند، تأخیر درتولید مجدد سلولهای اپی‌تلیال کاهش‌تشکیل عروق جدید پس از التهاب و کاهش‌نفوذپذیری مویرگ‌های متورم از دیگراثرات این دارو می‌باشد.

فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنبیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکیه‌جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماریهای‌قارچی چشم و گوش التهاب حاد قرینه‌ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده گوش سل چشمی یا گوشی و بیماری ویروسی‌در مرحله عفونی حاد نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در کسانی که مبتلا به آب‌مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یاسابقه آن التهاب گوش میانی (به‌خصوص‌در کودکان ، و سایر عفونت‌های قرنیه وملتحمه چشم یا گوش هستند، این دارو بایدبا احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی دراطراف چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها وبزرگ شدن غیرعادی چشم سوزش وآبریزش از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ اگر پس از ۵-۷ روزبهبودی حاصل نشد و یا وضع چشم یاگوش بدتر شد به پزشک مراجعه شود.

۲ ـ در صورت استفاده دارو در گوش‌می‌توان آن را به‌طور مستقیم در گوش‌ریخت و یا توسط گاز آغشته با دارو و یافتیله پنبه‌ای در سوراخ گوش گذاشت این‌فتیله را هر ۱۲-۲۴ ساعت یک‌بار بایدتعویض نمود.

مقدار مصرف یک قطره هر ۳-۴ بار درروز در ملتحمه چکانده می‌شود. دربیماریهای شدید، درمان با ۱-۲ قطره هریک ساعت شروع شده و به‌تدریج درصورت تخفیف التهاب مقدار مصرف داروکاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Drops ٪۰.۱

DORZOLAMIDE HCI

موارد مصرف دورزولامید به تنهایی یا به‌همراه داروهای مسدد گیرنده بتاآدرنرژیک برای کاهش فشار داخل چشم‌گلوکوم با زاویه

باز، گلوکوم‌پسودواکسفولیاتیو، در بیمارانی که‌مصرف داروهای مسدد گیرنده بتاآدرنرژیک در آنها ممنوع است یا به آنهافوق پاسخ نمی‌دهند، به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با مهار آنزیم انیدرازکربنیک در چشم و کاهش تولید بی‌کربنات‌در مایع اشکی و نیز آب ترشح شده به‌همراه آن فشار داخل چشم را کاهش‌می‌دهد.

موارد منع مصرف این دارو در نارسایی‌شدید کلیوی یا اسیدوز هیپرکلرمیک نبایدمصرف شود.

هشدارها: این دارو در نارسایی کبدی بااحتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی احساس مزه تلخ سوزش وخارش چشم تاری دید، اشک ریزش التهاب پلک و بافت ملتحمه سردرد، تهوع ضعف ندرت ?بثورات جلدی و التهاب عنبیه‌و عضلات مژگانی از عوارض جانبی این‌دارو هستند.

مقدار مصرف روزی ۳ بار هر بار یک قطره‌در چشم چکانده شود. در صورت استفاده‌همزمان از داروهای مسدد گیرنده بتاآدرنرژیک روزی ۲ بار از این دارواستفاده شود.

اشکال دارویی

Drops: ۲٪

ECHOTHIOPHATE IODIDE

موارد مصرف اکوتیوفات در درمان‌گلوکوم با زاویه باز، انسداد مجرای‌خروجی مایع زلالیه به‌دنبال برداشتن‌عنبیه لوچی تطابقی همگرا، بعضی از انواع‌گلوکوم ثانویه که با التهاب مجموعه عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه همراه نباشد،به‌خصوص در گلوکوم بعد از جراحی آب‌مروارید مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اکوتیوفات یک مهارکننده قوی‌و طولانی اثر آنزیم کولین استراز می‌باشد.با مهار این آنزیم که روزها تا هفته‌ها طول‌می‌کشد، باعث ایجاد میوز و فلج تطابقی‌چشم می‌شود.

فارماکوکینتیک پس از مصرف موضعی درچشم طی ۱۰-۳۰ دقیقه مردمک چشم تنگ‌میشود. این اثر به مدت چندین روز تا ۴هفته ادامه می‌یابد. کاهش فشار داخل چشم‌پس از گذشت ۴-۸ ساعت از مصرف داروقابل تشخیص است و طی ۲۴ ساعت به اوج‌خود می‌رسد. این اثر به مدت چندین روز تا۴ هفته ادامه می‌یابد.

موارد منع مصرف التهاب عنبیه جسم‌مژگانی و مشیمیه گلوکوم با زاویه بسته‌قبل از برداشتن عنبیه یا در بیماران مبتلا به‌گلوکوم با زاویه باریک گلوکوم همراه باالتهاب عنبیه و جسم مژگانی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

تحریک‌پذیری زیاد عصب واگ آسم‌نایژه‌ای اختلالات اسپاسمی گوارشی قرحه گوارشی کمی فشار خون برادی‌کاردی سابقه انفارکتوس میوکارد، صرع پارکینسون و سایر اختلالاتی که ممکن‌است به اثرات ناشی از افزایش‌تحریک‌پذیری عصب واگ پاسخ نامطلوبی‌دهند.

عوارض جانبی سردرد، خستگی عضلانی افزایش فعالیت (در کودکان مبتلا به سندرم‌داون ، گرگرفتگی برادی کاردی اشک‌ریزش سوزش چشم تاری دید،حساسیت به نور، اسپاسم تطابقی تکان‌های عضله پلک قرمزی وضخیم‌شدن ملتحمه اسهال کرامپ‌های‌شکمی افزایش ترشح بزاق تهوع استفراغ‌و تکرر ادرار از عوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان باادروفونیوم نئوستیگمین پیریدوستیگمین و سایر داروهائی که‌فعالیت سیستم کولینرژیک را افزایش‌می‌دهند، موجب تشدید اثرات‌فارماکولوژیک این دارو می‌شود. مصرف‌این دارو به همراه سوکسینیل کولین‌موجب بروز آپنه

طولانی مدت و کلاپس‌قلبی ـ عروقی می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به‌دلیل ایجاد تاری‌دید، هنگام مصرف این دارو از رانندگی درشب و انجام کارها در نور کم خودداری‌شود.

۲ ـ در صورت استفاده از دیگر قطره‌های‌چشمی باید حداقل ۵ دقیقه بین مصرف دودارو فاصله باشد.

۳ ـ بعد از چکاندن قطره چشمی پلک‌ها رابر روی هم نباید فشار داد و حتی‌الامکان‌باید از پلک‌زدن زیاد نیز خودداری کرد.

مقدار مصرف این دارو در درمان گلوکوم۲ بار در روز استفاده می‌شود. در بعضی‌بیماران مصرف یک بار در روز یا حتی یک‌روز در میان کفایت می‌کند. در تشخیص‌لوچی تطابقی همگرا یک قطره از محلول۰/۱۲۵ درصد دارو هنگام خواب در هر دوچشم چکانده می‌شود و این عمل به مدت ۲یا ۳ هفته ادامه می‌یابد. اگر لوچی از نوع‌تطابقی باشد طی چند ساعت پاسخ مطلوب‌شروع می‌شود. برای درمان این بیماری‌مقدار مورد استفاده برای تشخیص را به‌یک روز در میان یک‌بار از محلول ۰/۱۲۵درصد یا روزی یک‌بار از محلول ۰/۰۶درصد کاهش می‌دهند. با پیشرفت درمان‌مقدار مصرف را می‌توان کاهش داد.حداکثر مقدار مصرف توصیه شده مصرف روزی یک‌بار از محلول ۰/۱۲۵درصد است

اشکال دارویی

Drops: ۰.۰۶٪, ۰.۱۲۵٪, ۰.۲۵٪

(EPINEPHRINE (Ophthalmic

موارد مصرف اپی‌نفرین در درمان گلوکوم‌با زاویه باز، به تنهائی یا همراه با سایرداروهای ضد گلوکوم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اپی‌نفرین یک آمین مقلدسمپاتیک با عمل مستقیم می‌باشد که‌احتمالا باعث کاهش تولید مایع زلالیه وتسهیل خروج این مایع از چشم می‌شود.

فارماکوکینتیک شروع اثر دارو حدود ?بعداز یک ساعت است که بعد از ۴-۸ ساعت به‌حداکثر اثر خود می‌رسد و این اثر تا حدود۲۴ ساعت ادامه می‌یابد.

موارد منع مصرف گلوکوم با زاویه باریک‌نباید مصرف شود.

هشدارها: این دارو در افراد مبتلا به بیماری‌قلبی ـ عروقی بزرگی غده پروستات پرکاری تیروئید، سالخوردگان و کودکان‌زیر ۶ سال باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی تاری دید یا کاهش بینائی ودر مواردی درد چشم از عوارض این داروهستند.

تداخل‌های دارویی در صورت جذب‌سیستمیک مصرف همزمان قطره چشمی‌اپی‌نفرین با هالوتان به‌دلیل اینکه میوکاردرا نسبت به اثر کاتکول آمین‌ها حساس‌می‌کند، باعث بروز آریتمی قلبی شدیدمی‌شود. این موضوع در مورد استفاده‌همزمان این دارو با گلیکوزیدهای قلبی نیزصادق است در صورت مصرف همزمان‌اپی‌نفرین با داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای احتمال بروز آریتمی تاکی کاردی‌و افزایش فشار خون وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت استفاده ازلنز قبل از ریختن قطره در چشم بهتر است‌لنز برداشته شود.

۲ ـ به منظور کاهش دادن جذب سیستمیک‌اپی‌نفرین بهتر است بعد از ریختن قطره به مدت ۱-۲ دقیقه گوشه داخلی چشم باانگشت دست فشار داده شود.

۳ ـ در صورت استفاده همزمان از قطره‌دیگر، بهتر است ۲-۱۰ دقیقه قبل از قطره‌اپی‌نفرین استفاده شود.

مقدار مصرف برای درمان گلوکوم ۱-۲قطره دو بار در روز در چشم چکانده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Drops : ۱٪

(ERYTHROMYCIN (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری یادرمان التهاب عفونی چشم نوزادان تازه‌تولد یافته ناشی از کلامیدیا تراکوماتیس یانیسریا گونوره و نیز در درمان عفونتهای‌سطحی چشم ناشی از میکروارگانیسم‌های‌حساس مصرف می‌شود.
فارماکوکینتیک این دارو ممکن است ازطریق مخاط چشم جذب شود.
هشدارها: پس از مصرف پماد چشمی احتمال بروز تاری دید وجود دارد.
مقدار مصرف یک نوار نازک از پماد (حدود۱ ـ ۰/۵ سانتی‌متر) یک بار در روز یا بیشتربر روی ملتحمه قرار می‌شود.
اشکال دارویی
Ointment: ۰.۵٪

(GENTAMICIN (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو در عفونت‌های‌سطحی چشم ناشی از میکروارگانیسم‌های‌حساس به دارو (مانند التهاب عفونی پلکها،ملتحمه قرنیه و مجرای اشکی مصرف‌می‌شود.
فارماکوکینتیک جنتامایسین ممکن است ازطریق مخاط چشم جذب سیستمیک شود.
عوارض جانبی احتمال بروز واکنشهای‌حساسیتی مانند خارش قرمزی تورم یاسایر علایم تحریک در موضع مصرف‌وجود دارد.
نکات قابل توصیه از آنجا که مصرف
پماد چشمی ممکن است موجب تاری
دید، شود بهتر است از پماد در شب و
به عنوان داروی کمکی برای قطره چشمی‌استفاده شود.
مقدار مصرف حدود یک سانتی‌متر از پمادچشمی هر ۱۲ ـ ۶ ساعت بر روی ملتحمه‌گذاشته می‌شود. در مورد قطره‌جنتامایسین یک قطره از دارو هر ۸ ـ ۴ساعت در چشم چکانده می‌شود. در ابتدای‌درمان فواصل زمانی بین نوبت‌های‌مصرف دارو بهتر است کم باشد و با بهبودنسبی عفونت فواصل زمانی افزایش داده‌شود.
اشکال دارویی
Ointment: ۳mg / g
Drops: ۳mg / ml

HOMATROPINE HBr

موارد مصرف هماتروپین برای‌اندازه‌گیری میزان خطای انکساری درمان‌التهاب عنبیه جسم مژگانی و مشیمیه و نیزگشاد کردن مردمک چشم قبل یا بعد ازعمل جراحی به‌کار می‌رود.
مکانیسم اثر: این دارو با مسدود کردن گیرنده‌های موسکارینی در عضله اسفنکترعنبیه و عضله تطابق‌دهنده جسم مژگانی مانع از انقباض آنها توسط استیل کولین‌می‌شود و در نتیجه موجب گشادشدن‌مردمک و فلج تطابق می‌گردد.
فارماکوکینتیک این دارو به سهولت ازملتحمه چشم جذب و سریع ?در بدن توزیع‌می‌شود. اثر این دارو در چشم ممکن است‌تا ۲۴

ساعت باقی بماند.

موارد منع مصرف این دارو در مبتلایان به‌گلوکوم مزمن با زاویه باریک یا زاویه بازنباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ طول اثر این دارو ممکن است‌طولانی شود.

۲ ـ این دارو با گشادکردن مردمک چشم ممکن است زمینه بروز گلوکوم با زاویه‌بسته به‌خصوص در افراد مسن را تسریع کند.

۳ ـ این دارو در بیمارانی که فشار داخل‌چشم آنها بالاست باید با احتیاط تجویزشود.

۴ ـ افراد دارای چشم قهوه‌ای یا میشی به‌اثر گشادکننده مردمک این دارو مقاومند.باید احتیاط نمود که در این افراد دارو بیش‌از حد تجویز نشود.

عوارض جانبی برافروختگی و خشکی‌پوست همراه با دانه‌های جلدی در کودکان درماتیت تماسی و ورم ملتحمه آلرژیک ازعوارض این دارو هستند.

تداخل‌های دارویی هماتروپین ممکن است‌اثرات ضدگلوگوم و اثرات تنگ‌کننده‌مردمک داروهای آنتی‌کولین استرازچشمی یا پیلوکارپین را خنثی نماید.تجویز همزمان این دارو با داروهای‌ضدافسردگی سه حلقه‌ای داروهای ضدپارکینسون کینیدین فنوتیازین‌ها،میریدین آمانتادین دیسوپیرامید و برخی‌آنتی‌هیستامین‌ها موجب تشدید عوارض‌ناشی از بلوک سیستم عصبی کولینرژیک‌می گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تا ۲ ساعت پس ازگشاد شدن مردمک چشم توسط این داروباید از رانندگی خودداری کرد.

۲ ـ در صورت بروز تاری دید و افزایش‌حساسیت چشم‌ها بیش از ۳ روز، بایدمصرف دارو را قطع و به پزشک مراجعه‌نمود.

مقدار مصرف یک قطره در چشم چکانده‌می‌شود. در صورت لزوم می‌توان درفواصل ۵ دقیقه‌ای تا چند بار تجویز دارو راتکرار نمود.

اشکال دارویی

Drops: ٪۲

HYDROCORTISONE ACETATE

موارد مصرف هیدروکورتیزون در درمان‌حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند،استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی کورتیکواستروئیدها بر روی غشاء اثرمستقیم دارند. کورتیکواستروئیدهااگزودای سلولی و فیبرینی و انفیلتراسیون‌بافتی را کاهش می‌دهند. ممانعت از فعالیت‌تشکیل کلاژن و بافت همبند، تأخیر درتولید مجدد سلولهای اپی‌تلیال کاهش‌تشکیل عروق جدید پس از التهاب و کاهش‌نفوذپذیری مویرگ‌های متورم از دیگراثرات این دارو است

فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنبیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکیه‌جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماریهای‌قارچی چشم و گوش التهاب سطحی حادقرینه ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده‌گوش سل چشمی یا گوشی و در مرحله‌عفونی حاد بیماری ویروسی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: در کسانی که مبتلا به آب‌مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یاسابقه آن التهاب گوش میانی (به‌خصوص‌در کودکان ، و سایر عفونت‌های قرنیه وملتحمه چشم یا گوش هستند، مصرف این‌دارو باید با احتیاط انجام گیرد.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی در اطراف‌چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها و بزرگ شدن‌غیرعادی چشم سوزش و آبریزش چشم‌از عوارض جانبی این دارو هستند.

نکات قابل توصیه اگر پس از ۵-۷ روزبهبودی حاصل نشد و یا وضع چشم یاگوش بدتر شد به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف ابتدا یک لایه نازک ۳ یا ۴ باردر روز بر روی ملتحمه قرار داده می‌شودو سپس به‌تدریج در صورت تخفیف‌التهاب تعداد دفعات مصرف کاهش‌می‌یابد.

اشکال دارویی

Ophthalmic Ointment: ۱٪

IDOXURIDINE

موارد مصرف آیدوکسوریدین در درمان‌کراتیت ناشی از ویروس هرپس سیمپلکس تبخال به‌صورت موضعی در چشم‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو به دلیل شباهت باتیمیدین به‌جای تیمیدین وارد DNAمی‌شود و موجب نقصان DNAویروس‌می‌گردد. این دارو در DNAسلولهای‌پستانداران نیز وارد می‌شود.

فارماکوکینتیک نفوذ این دارو در قرنیه‌خیلی کم است و از این‌رو در درمان عفونت‌بافتهای عمقی چشم (از جمله عنبیه بی‌تأثیر است

عوارض جانبی بروز واکنشهای حساسیت‌مفرط (شامل خارش قرمزی تورم درد یاسایر علائم تحریک موضعی ، افزایش‌حساسیت چشم به نور، تنگی یا انسدادمجرای خروج اشک و به‌ندرت تیرگی قرنیه‌با مصرف این دارو در چشم گزارش‌شده‌است

تداخل‌های دارویی به دلیل تداخل شیمیایی‌مصرف همزمان اسید بوریک باآیدوکسوریدین توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان با این‌دارو باید کامل شود.

۲ ـ از مصرف این دارو بیش از مدت یادفعات تجویز شده باید خودداری کرد.

مقدار مصرف در طول روز هر ساعت یک‌قطره و طی شب هر ۲ ساعت یک قطره درچشم چکانده می‌شود یا اینکه در فواصل ۴ساعت هر دقیقه یک قطره برای ۵ دقیقه درطول روز یا شب در چشم چکانده می‌شود.درمان باید تا بهبودی کامل ادامه یابد.

اشکال دارویی

Drops: ۰.۱٪

NAPHAZOLINE

موارد مصرف نفازولین برای تسکین موقت‌احتقان خارش و تحریکات خفیف بینی وچشم ناشی از آلرژی به عوامل محیطی عدسیهای تماسی یا مطالعه و رانندگی زیاداستفاده می‌شود. این دارو برای تخفیف‌علائم رینیت و سینوزیت نیز به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: نفازولین یک مقلد سمپاتیک‌است که با تحریک مستقیم گیرنده‌های آلفای موجود در شریانچه‌ها، موجب‌تنگ‌شدن این عروق و رفع احتقان چشم یابینی می‌گردد.

فارماکوکینتیک اثر دارو بعد از حدود ۱۰دقیقه شروع می‌شود و حدود ۲-۶ ساعت‌ادامه می‌یابد.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه‌باریک نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده از این دارو درکودکان و نوزادان به‌دلیل امکان بروزضعف سیستم عصبی مرکزی و در نتیجه‌اغماء و کاهش شدید دمای بدن توصیه‌نمی‌شود.

۲ ـ مصرف مکرر قطره بینی این دارو به‌مدت چند روز، ممکن است باعث احتقان وآبریزش واجهشی بینی شود.

عوارض جانبی سوزش موقت چشم خشکی مخاط بینی واکنشهای افزایش‌حساسیت افزایش فشار داخل چشم قرمزی چشم سردرد،

تهوع خستگی تعریق و افزایش فشار خون از عوارض این‌دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف توأم دارو بامهارکننده‌های آنزیم مونوآمین اکسیداز(MAO) و ضدافسردگی‌های سه حلقه‌ای احتمال بالارفتن فشار خون را زیاد می‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ درمان با این دارو رانباید بیش از ۳-۴ روز ادامه داد، مگر اینکه‌پزشک دستور داده‌باشد.

۲ ـ مصرف این دارو در کودکان و نوزادان‌توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک قطره ازمحلول چشمی دارو هر ۳-۴ ساعت وباتوجه به نیاز بیمار، بر روی ملتحمه‌چکانده می‌شود. دو قطره از محلول ۰/۰۵درصد آن حداکثر هر ۳ ساعت یکبار، درهر سوراخ بینی چکانده می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Drops : ۰.۱٪

Nasal Drops : ۰.۰۵٪

NAPHAZOLINE ANTAZOLINE

موارد مصرف این فرآورده به‌منظورتخفیف تحریک یا احتقان چشم یا درمان‌علائم آلرژیک التهاب یا عفونت چشم‌به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: نفازولین با تحریک مستقیم گیرنده‌های آلفای موجود در شریانچه‌ها،موجب تنگ شدن این عروق و رفع احتقان‌در چشم می گردد. آنتازولین یک مسدودکننده گیرنده H۱ هیستامین است‌که پاسخ عضلات صاف را نسبت به اثرهیستامین مهار می‌کند.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه‌باریک نباید مصرف شود.

هشدارها: در کودکان و نوزادان با مصرف‌این دارو ممکن است ضعف سیستم عصبی‌مرکزی که به اغماء و کاهش قابل توجه‌دمای بدن منجر می‌شود، بروز کند.

عوارض جانبی در صورت جذب‌سیستمیک دارو احتمال بروز افزایش‌فشار داخلی چشم به‌دلیل گشادشدن‌مردمک چشم بروز احتمال زیادی فشارخون آریتمی قلبی و زیادی قند خون ناشی‌از نفازولین و امکان ایجاد خواب‌آلودگی‌وجود دارد.

تداخل‌های دارویی همزمان مصرف این‌دارو با مهارکننده‌های آنزیم مونوآمین‌اکسیداز (MAO) یا داروهای ضدافسردگی‌سه حلقه‌ای احتمال بالارفتن فشار خون راافزایش می‌دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ پس از هر بار مصرف‌در ظرف را خوب بسته و در جایی دور ازنور نگهدار کنید.

۲ ـ مصرف این دارو در کودکان توصیه‌نمی‌شود.

مقدار مصرف مقدار ۱-۲ قطره بر روی‌ملتحمه چکانده می‌شود که برحسب نیازهر ۳-۴ ساعت تکرار می گردد.

اشکال دارویی

Drops: Naphazoline HCl ۰.۰۵٪ +Antazoline Phosphate ۰.۵٪

PHENYLEPHRINE

موارد مصرف قطره فنیل‌افرین به‌عنوان‌گشادکننده مردمک چشم و ضداحتقان‌چشمی و بینی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو مستقیم ?گیرنده‌های‌آلفا ـ آدرنرژیک در عضله گشادکننده‌مردمک را تحریک می کند و این عضله رامنقبض می‌کند. همچنین گیرندهای آلفا ـآدرنرژیک در عروق ملتحمه و بینی راتحریک می‌کند و موجب تنگی عروق‌می‌شود.

فارماکوکینتیک با مصرف قطره چشمی‌حدود ۱۰-۹۰ دقیقه بعد، اوج اثر دارو درگشادکردن مردمک چشم ظاهر می‌شود.طول اثر دارو ۳-۷ ساعت در چشم و دربینی ۳۰ دقیقه تا ۴ ساعت می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ در افرادی که مستعد ابتلای به‌گلوکوم با زاویه بسته هستند (معمولاسنین بالای ۶۰ سال فنیل‌افرین باید بااحتیاط فراوان مصرف شود.

۲ ـ مصرف مقادیر زیاد فنیل‌افرین درکودکان سالخوردگان و افراد مبتلا به‌بیماری قلبی می‌تواند باعث افزایش فشارخون گردد.

۳ ـ مصرف مکرر دارو، به‌ویژه درسالخوردگان ممکن است موجب تنگی‌واجهشی مردمک و کاهش اثر گشادکننده‌مردمک این دارو شود.

عوارض جانبی این دارو در صورت جذب‌سیستمیک می‌تواند موجب افزایش فشارخون سرگیجه و افزایش غیرعادی تعریق‌و سایر علائم تحریک سمپاتیک گردد.

تداخل‌های دارویی در صورت جذب‌سیستمیک پس از مصرف توأم فنیل‌افرین‌همراه با داروهای ضدافسردگی مهارکننده‌آنزیم مونوآمینواکسیداز، (MAO) ممکن‌است فشار خون افزایش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای جلوگیری ازجذب سیستمیک دارو، به هنگام مصرف‌فنیل‌افرین و ۱-۲ دقیقه پس از مصرف آن با انگشت روی گوشه داخلی چشم فشارداده شود.

۲ ـ به‌دلیل گشادکردن مردمک ممکن است‌حساسیت به نور افزایش یابد. در صورت‌تداوم این اثر بیش از ۱۲ ساعت به پزشک‌مراجعه شود.

۳ ـ به بیمار توصیه شود که تا ۱-۲ ساعت‌پس از مصرف قطره چشمی از رانندگی‌اجتناب نماید.

مقدار مصرف به‌عنوان تنگ‌کننده عروق‌چشم و گشادکننده مردمک چشم یک قطره‌از محلول دارو بر روی ملتحمه چکانده‌می‌شود. در صورت نیاز می‌توان این مقدارا طی یک ساعت تکرار کرد. برای‌گشادکردن طولانی مدت مردمک چشم یک‌قطره از محلول دارویی ۲-۳ بار در روز برروی ملتحمه چکانده می‌شود.

به‌عنوان ضداحتقان بینی یک یا دوقطره بینی در هر سوراخ بینی چکانده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Ophthalmic Drops: ۵٪

Nasal Drop: ۰.۲۵٪, ۰.۵٪

PHENYLEPHRINEZINC

موارد مصرف این دارو برای رفع احتقان‌چشم مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فنیل‌افرین گیرنده‌های آلفا ـآدرنرژیک در عروق ملتحمه را تحریک‌می‌کند و موجب تنگی عروق می‌شود.سولفات روی با اثر قابض خود، ریزش‌اشک را کاهش می‌دهد و باعث افزایش طول‌اثر فنیل‌افرین می‌گردد.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در افرادی که مستعدابتلا به گلوکوم با زاویه بسته (معمولاسنین بالای ۶۰ سال یا مبتلا به این نوع‌گلوکوم هستند، باید با احتیاط فراوان‌مصرف شود.

۲ ـ در صورت تداوم یا بدتر شدن تحریک مصرف دارو قطع گردد.

عوارض جانبی افزایش گرفتگی یا آبریزش‌بینی به‌ویژه پس از مصرف مکرر داروممکن است دیده شود. در صورت جذب‌سیستمیک فنیل‌افرین عوارضی مانندسردرد یا سرگیجه رعشه اشکال در به‌خواب رفتن افزایش غیرعادی تعریق یاضربان نامنظم

و سریع قلب گزارش‌شده‌است
نکات قابل توصیه برای کاهش جذب‌سیستمیک دارو، بعد از مصرف گوشه‌داخلی چشم را باید به مدت چند دقیقه به‌آرامی فشار داد.
مقدار مصرف یک یا دو قطره سه بار درروز بر روی ملتحمه چکانده شود.
اشکال دارویی
Drops: Phentlephrine HCI ۰.۱۲٪ + ZincSulfate ۰.۲۵٪

PILOCARPINE

موارد مصرف پیلوکارپین در درمان‌گلوکوم و القاء تنگ شدن مردمک چشم پس‌از جراحی یا افتالموسکوپی به کار می‌رود.
مکانیسم اثر: پیلوکارپین به‌طور مستقیم‌گیرنده‌های کولینرژیک را تحریک می‌کند.پیلوکارپین سبب انقباض عضله اسفنکترعنبیه و در نتیجه کوچک شدن مردمک‌چشم می‌شود. انقباض عضله مژگانی‌سبب افزایش تطابق و کاهش فشار داخل‌کره چشم می‌شود.
فارماکوکینتیک زمان شروع اثر تنگ‌کنندگی‌مردمک ۱۰-۳۰ دقیقه پس از مصرف وزمان رسیدن به حداکثر اثر (کاهش فشارداخل چشم ۷۵ دقیقه می‌باشد. طول مدت‌اثر دارو ۴-۸ ساعت در مورد تنگ شدن‌مردمک و ۴-۱۴ ساعت در مورد کاهش‌فشار داخل چشم می‌باشد.
موارد منع مصرف این فرآورده در آسم‌نایژه‌ای التهاب عنبیه یا دیگر شرایطی که‌انقباض مردمک چشم در آنها نامطلوب‌است و جداشدگی لایه‌های داخلی شبکیه ازلایه رنگدانه نباید مصرف شود.
هشدارها: در صورت تاری دید یا تغییر دردید دور یا نزدیک به پزشک مراجعه کنید.
عوارض جانبی درد چشم تاری یا تغییر دردید، کاهش دید در شب تحریک چشم وسر درد از عوارض جانبی مهم داروهی‌باشد.
تداخل‌های دارویی در مصرف همزمان بافرآورده‌های آنتی‌کولینرژیک چشمی مثل‌سیکلوپنتولات ممکن است با اثر ضد گلوکوم‌پیلوکارپین یا اثر گشاد شدن مردمک توسطاین فرآورده‌ها تداخل ایجاد شود.
مقدار مصرف مقدار مصرف یک قطره ۳-۶بار در روز می‌باشد.
اشکال دارویی
Drops: ٪۱, ٪۲, ٪۴

POLYMYXIN–NH

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای ناشی از میکروارگانیسم‌های‌حساس در مجرای خارجی گوش و التهاب‌عفونی مزمن گوش و پس از عمل جراحی‌ماستوئیدکتومی مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: این فرآورده ترکیبی از پلی‌میکسین B، نئومایسین و هیدروکورتیزون‌می‌باشد.
فارماکوکینتیک نئومایسین در صورت‌پارگی پرده گوش یا آسیب‌دیدگی بافت‌ممکن است جذب شود. احتمال جذب پلی‌میکسین B و هیدروکورتیزون نیز وجوددارد.
هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود التهاب پرده‌گوش یا وجود هرگونه عفونت قارچی یاویروسی گوش این دارو باید با احتیاطفراوان مصرف شود.
۲ ـ مصرف این دارو برای مدتی بیش از ۱۰روز توصیه نمی‌شود.

عوارض جانبی خارش قرمزی یا ورم که‌ممکن است علائم واکنش‌های حساسیت‌مفرط به دارو باشند، از عوارض جانبی‌دارو هستند.

نکات قابل توصیه برای راحتی

بیمار می‌توان یک تکه گاز استریل

در مجرای گوش قرار داد و هنگام

مصرف دارو، آن را با محلول دارو

مرطوب ساخت

مقدار مصرف

بزرگسالان چهار قطره هر ۶–۸ ساعت درمجرای گوش چکانده شود.

کودکان سه قطره هر ۶–۸ ساعت درمجرای گوش چکانده شود.

اشکال دارویی

Otic Drops: (Polymyxin B Sulfate

+ U + Neomycin Sulfate ۵ mg ۱۰,۰۰۰

Hydrocortisone ۱۰ mg)/ml

PREDNISOLONE ACETATE

موارد مصرف پردنیزولون در درمان‌حالت‌های التهابی و آلرژیک چشم و گوش که به کورتیکواستروئیدها پاسخ می‌دهند،استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: در غلظت‌های بالای موضعی‌کورتیکواستروئیدها بر روی غشاء اثرمستقیم دارند. کورتیکواستروئیدهااگزودای سلولی و فیبرینی و انفیلتراسیون‌بافتی را کاهش می‌دهند. ممانعت از فعالیت‌تشکیل کلاژن و بافت همبند، تأخیر درتولید مجدد سلولهای اپی‌تلیال کاهش‌تشکیل عروق جدید پس از التهاب و کاهش‌نفوذپذیری مویرگ‌های متورم از دیگراثرات این دارو می‌باشد.

فارماکوکینتیک از طریق زلالیه قرنیه عنبیه مشیمیه جسم مژگانی و شبکیه‌جذب می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماریهای‌قارچی چشم و گوش التهاب سطحی حادقرنیه ناشی از تبخال سوراخ شدن پرده‌گوش سل چشمی یا گوشی و بیماری‌ویروسی در مرحله عفونی حاد نبایدمصرف شود.

هشدارها: در کسانی که مبتلا به آب‌مروارید، گلوکوم مزمن با زاویه باز یاسابقه آن التهاب گوش میانی (به‌خصوص‌در کودکان ، و سایر عفونت‌های قرنیه وملتحمه چشم یا گوش هستند، مصرف این‌دارو باید با احتیاط انجام گیرد.

عوارض جانبی تاری دید، درد چشم سردرد و مشاهده هاله‌های نورانی دراطراف چراغ‌ها، پایین افتادن پلک‌ها وبزرگ‌شدن غیرعادی چشم سوزش وآبریزش از عوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه اگر پس از ۵–۷ روزبهبودی حاصل نشد و یا وضع چشم یاگوش بدتر شد به پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف ۱–۲ قطره ۲–۴ بار در روزدر ملتحمه چکانده شود. در بیماریهای‌شدید، درمان با ۱–۲ قطره هر یک ساعت شروع شده و به‌تدریج در صورت تخفیف‌التهاب مقدار مصرف دارو کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Drops: ۱٪

SULFACETAMIDE SODIUM

موارد مصرف این دارو در درمان التهاب‌عفونی ملتحمه و سایر عفونتهای سطحی‌چشم ناشی از ارگانیسم‌های حساس تراخم و سایر عفونتهای کلامیدیایی‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: سولفاستامید یک آنتی‌بیوتیک‌با طیف اثر گسترده و متوقف‌کننده رشدمیکروارگانیسم‌های حساس است و ازطریق مهار بیوسنتز فولات عمل می‌نماید.

فارماکوکینتیک مقدار کمی از دارو پس ازمصرف موضعی در چشم ممکن است به‌داخل قرنیه جذب شود.

عوارض جانبی بروز واکنش‌های حساسیت‌مفرط شامل خارش قرمزی تورم درد یاسایر علائم تحریک موضعی با مصرف این‌دارو گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌سولفاستامید با فرآورده‌های چشمی‌حاوی نقره (از جمله محلول نیترات نقره به دلیل ناسازگاری دو دارو، توصیه‌نمی‌شود.

نکات قابل توصیه پس از چکاندن قطره درچشم ممکن است سوزش احساس شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک قطره ازدارو هر ۱-۳ ساعت در طول روز و درفواصل بیشتر در طول شب در ملتحمه‌چکانده می‌شود.

اشکال دارویی

Drops: ٪۱۰ , ٪۲۰

(TETRACYCLINE HCI (Ophthalmic

موارد مصرف این دارو در درمان‌عفونتهای سطحی چشم ناشی از گونه‌های‌مختلف باکتری‌ها، تراخم (ناشی ازکلامیدیا تراکماتیس و پیشگیری از بروزالتهاب عفونی ملتحمه در نوزادان مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: تتراسایکلین یک آنتی بیوتیک‌وسیع‌الطیف است که از طریق مهار ساخت‌پروتئین رشد باکتری‌های حساس را مهارمی‌کند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ تاری دید بعد ازمصرف این دارو در چشم طبیعی است

۲ ـ دوره درمان تراخم با این دارو ممکن‌است چند ماه طول بکشد. در صورت شدیدبودن عفونت ممکن است مصرف همزمان‌تتراسیکلین خوراکی ضروری باشد.

مقدار مصرف در درمان تراخم ۲ بار درروز به مدت ۵ روز در هر ماه و به مدت ۶ماه در هر دو چشم مصرف می‌شود. دردرمان سایر عفونتهای چشمی هر ۲-۴ساعت حدود یک سانتی‌متر از پماد درچشم مالیده می‌شود.

اشکال دارویی

Ointment: ٪۱

TIMOLOL

موارد مصرف تیمولول در درمان گلوکوم‌ساده مزمن و افزایش فشار داخلی چشم‌به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: تیمولول گیرنده‌های بتاآدرنرژیک را بلوک می‌کند و تولید مایع رادر چشم کاهش می‌دهد. این دارو ممکن‌است

موجب افزایش جریان خروج مایع ازچشم شود.

فارماکوکینتیک زمان شروع اثر دارو ۳۰دقیقه و زمان رسیدن به حداکثر اثر ۱-۲ساعت پس از مصرف می‌باشد. طول مدت‌اثر ۲۴ ساعت است

موارد منع مصرف در آسم نایژه‌ای بیماری انسدادی مزمن ریوی بیماری‌قلبی شوک کاردیوژنیک بلوک قلبی وبرادیکاردی سینوسی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در التهاب برونشها، آمفیزم بیماریهای ریوی و دیابت باید با احتیاطتجویز شود.

۲ ـ در صورت بروز حساسیت به نور ازعینک آفتابی استفاده و از قرار گرفتن درمعرض نور خودداری شود.

عوارض جانبی قرمزی چشمها یا پلک‌ها،التهاب پلک‌ها، التهاب ملتحمه چشم کراتیت افتادگی پلک کاهش حساسیت‌قرنیه دوبینی و اختلالات بینائی ازعوارض جانبی مهم دارو می‌باشد.

مقدار مصرف در بزرگسالان یک قطره دوبار در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Drops (As Maleate): ٪۰.۵

TRIFLURIDINE

موارد مصرف تری‌فلوریدین در درمان‌التهاب بافت پوششی ملتحمه از نوع اولیه ونیز التهاب عودکننده بافت پوششی قرنیه وملتحمه ناشی از ویروس تبخال به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو با نفوذ به ساختمانDNA ویروس و مهار کردن آنزیم‌های‌تیمیدیلات سنتتاز و DNA پلیمراز موجب‌مهار ساخت DNA ویروس می گردد.

فارماکوکینتیک به‌دنبال مصرف موضعی‌در بافت قرنیه عنبیه جسم مژگانی ومشیمیه ملتهب نفوذ می کند و نیمه عمر آن‌حدود ۱۲-۱۸ دقیقه می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ دوره درمان نباید بیش از ۲۱روز بوده و یا ۳-۵ روز بعد از بهبودی‌کامل ادامه یابد.

۲ ـ در صورت مصرف همزمان‌کورتیکوستروئیدها با این دارو، مصرف‌تری‌فلوریدین باید چند روز پس از قطع‌مصرف استروئید ادامه یابد.

۳ ـ در صورت قطع مصرف قبل از بهبودی‌کامل احتمال عود التهاب قرنیه وجود دارد.

عوارض جانبی احساس ناراحتی در چشم‌و التهاب پلک‌ها از عوارض دارو هستند.

مقدار مصرف پنج بار در روز هر بار یک‌قطره در چشم چکانده می‌شود. تا ۳ روزپس از بهبودی نیز تجویز دارو را باید ادامه‌داد.

اشکال دارویی

Drops: ٪۱

TROPICAMIDE

موارد مصرف تروپیکامید به‌منظور گشادکردن مردمک چشم و فلج عضله جسم‌مژگانی در روشهای تشخیصی چشم‌پزشکی استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: تروپیکامید یک داروی‌آنتی‌کولینرژیک است که با مهارگیرنده‌های موسکارینی در عضلات‌شعاعی عنبیه و عضله

جسم مژگانی‌به‌ترتیب باعث گشاد شدن مردمک چشم وایجاد فلج عضله جسم مژگانی می گردد.

فارماکوکینتیک حداکثر اثر دارو

در گشاد کردن مردمک چشم بعد از۲۰-۴۰ دقیقه و حداکثر فلج عضـله جسم‌مژگانی بعد از ۲۰-۳۵ دقیقه مشاهده‌می‌شود. گشادی مردمک چشم به مدت۶-۷ ساعت و فلج عضله جسم مژگانی به‌مدت ۱-۶ ساعت ادامه می‌یابد.

موارد منع مصرف در گلوکوم با زاویه‌بسته و در کودکان مبتلا به صدمات مغزی‌یا فلج اسپاسمی و سندرم داون نبایدمصرف شود.

هشدارها: در صورتی که بیمار مستعد ابتلابه گلوکوم با زاویه بسته باشد، این داروباید با احتیاط فراوان مصرف شود.

عوارض جانبی واکنش‌های روانی اختلالات رفتاری در کودکان خواب‌آلودگی و سردرد از عوارض جانبی‌این دارو می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو بـاعث تاری‌دیـد و افزایش حساسیت چشم به نـورمی‌گردد. در صورت تـداوم این عوارض به‌مـدت بیش از ۲۴ ساعت پس از قطع‌مصرف دارو به پزشک مراجعه شود.

۲ ـ به دلیل ایجاد تاری دید از انجام‌فعالیت‌های بالقوه خطرناک نظیر رانندگی‌خودداری شود.

۳ ـ احتمال بروز سوزش موقت چشم‌وجود دارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان فلج‌کننـده تطـابق برای‌انـدازه‌گیری خطاهای انکساری یک قطره‌از محلول یک درصـد بر روی ملتحمه‌چکانـده می‌شود که هر ۵ دقیقه یک‌بـار تکرارمی‌گردد. برای معاینه انتهای چشم یک‌قطره از محلول ۰/۵ درصد، ۱۵-۲۰ دقیقه‌پیش از معاینه بر روی ملتحمه چکانده‌می‌شود.

کودکـان به‌عنوان فلج‌کننـده تطـابق برای‌انـدازه‌گیری خطاهای انکساری در کودکان‌یک قطره از محلول ۰/۵ درصـد بر روی‌ملتحمه چکانده می‌شود که هر ۵ دقیقه‌تکرار می‌گردد.

اشکال دارویی

Drops: ٪۰.۵, ٪۱

ADULT COLD

مـوارد مصــرف ایـن دارو برای تخفیـف علائم‌سـرماخوردگی و آنفلونزا، سـینوزیت تب‌یونجه و یـا عـوارض آلرژیـک قســمت فوقانی‌دستگاه تنفسی مانند احتقان‌بینی عطسه آبریزش از بینی تب و سردرد بکارمی‌رود.

مکـانیسم اثر: این دارو حاوی استـامینوفن فنیل‌افرین و کلرفنیرآمین می‌باشـد و اثرات‌ضـد درد، منقبض‌کننـده عروق وآنتی‌هیسـتامین دارد.

فارماکوکینتیک این دارو از مجرای گوارش‌به‌خوبی جذب می‌شود. طول اثر آن حدود۳ـ۴ ساعت می‌باشد.

موارد منع مصرف در کودکان کمتر از ۶سال نباید مصرف گردد.

هشدارها: ۱ ـ به‌دلیل وجود استامینوفن دراین دارو در موارد عیب شدید کار کبد بااحتیاط مصرف گردد.

۲ ـ در زیادی فشارخون و یا استعدادابتلای به‌احتباس ادرار با احتیاط

استفاده گردد.

عوارض جانبی اسـهال کاهش اشـتها، تهوع‌یا اسـتفراغ درد یا کرامپ معـده و افزایش‌غیرعادی تعریق از عوارض مصـرف بیش‌از حد استامینوفن است احتمال غلیظ شدن‌ترشحات ریوی به‌دلیل عوارض‌آنتی‌کلینرژیک وجود دارد.

تـداخل‌های دارویی احتمال سـمیت دارو درمصـرف همزمان باسایر داروهای سـمی‌برای کبـد و القاءکننـده آنزیمی افزایش‌می‌یابـد.

مصرف همزمان و طولانی باسایرداروهای ضدالتهاب غیراستروئیدیاحتمال بروز نکروز کلیوی را افزایش‌می‌دهد. این دارو همچنین با داروهای‌مضعف CNS، مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز، داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای داروهای ضد موسکارینی وپایین آورنده‌های فشارخون تداخل دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بامصرف مقادیر زیادممکن است عصبانیت سرگیجه یا بیخوابی‌بروز کند.

۲ ـ اگر علائم بیماری طی یک هفته بهبودنیافت و یا با تب بالا همراه شد، مصرف‌دارو باید قطع و به‌پزشک مراجعه شود.

۳ ـ برای کاهش عوارض گوارشی باغذامصرف شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان هر ۶ـ۴ ساعت یک تا دو قرص‌مصرف می‌شود ولی کل مقدار از ۱۲ قرص‌در هر شبانه‌روز بیشتر نشود.

کودکان در کودکان ۱۲ـ۶ سال هر ۶ـ۴ساعت یک قرص مصرف شود و کل مقدارمصرف در شبانه‌روز از ۶ قرص تجاوزنکند.

اشکال دارویی

Tablet: Acetaminophen ۳۲۵ mg +

Phenylephrine HCl ۵ mg +

Chlorpheniramine ۲ mg

AMINOPHYLLINE

موارد مصرف آمینوفیلین برای درمان‌انسداد برگشت‌پذیر راههای تنفسی و آسم‌حاد و به‌عنوان محرک تنفسی در آپنه‌نوزادان مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: آمینوفیلین در بدن تئوفیلین‌آزاد می‌کند. جذب آن بعد از تزریق‌عضلانی آهسته می‌باشد و ممکن است درمحل تزریق رسوب نماید. متابولیسم داروکبدی است و از طریق کلیه‌ها از بدن دفع‌می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود خیز حادریوی ناتوانی احتقانی قلب تب پایدار،بیماریهای کبدی پرکاری غده تیروئید،سپسیس و اختلالات صرعی باید بااحتیاطتجویز شود.

عوارض جانبی تاکیکاردی طپش قلب تهوع اختلالات دستگاه گوارش سردرد،فراموشی آریتمی و تشنجات بویژه درموارد تزریق سریع داخل وریدی ممکن‌است مشاهده شود. بعلاوه اتیلن دی‌آمین‌موجود در آمینوفیلین ممکن است باعث‌کهیر، تب یونجه بثورات جلدی یا التهاب‌پوست شود.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان‌سایمتیدین سیپروفلوکساسین اریترومایسین پروپرانولول و تیابندازول‌با تئوفیلین احتمالاـ باعث افزایش غلظت آن‌می‌شود. تجویز همزمان فنی‌توئین وریفامپیسین باتئوفیلین و کشیدن سیگار یاتنباکو احتمالا باعث کاهش غلظت آن‌بواسطه تحریک متابولیسم می‌شود.تجویز همزمان مسددهای گیرنده‌بتاآدرنرژیک ممکن است اثرات گشادکنندگی نایژه‌ای دارو را مهار کند.مصرف همزمان با کتامین ممکن است‌آستانه حملات صرع را کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ آمینوفیلین نباید دریک سرنگ با سایر داروها مخلوط شود.

۲ ـ تزریق داخل عضلانی دارو بسیارمحرک است آمینوفیلین را باید خیلی‌آهسته داخل ورید (حداقل طی ۲۰ دقیقه تزریق نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان به‌عنوان گشادکننده برونش۷۰۰ mcg/kg در هر ساعت در افرادسیگاری و مقدار ۴۰۰ mcg/kg در هرساعت برای افراد غیرسیگاری انفوزیون‌می‌شود. برای بیماران مسن یا مبتلایان‌به‌نارسایی قلبی یا کبدی ۲۰۰ mcg/kgانفوزیون می‌شود.

کودکـان در نوزادان نارس و کوچکتر از۲۴ روز ۱mg/kg هر ۱۲ سـاعت انفوزیون‌می گردد. در نوزادان نارس و بزرگتر از ۲۴روز ۱/۵ mg/kg هر ۱۲ سـاعت و برای‌نـوزادان طبیعی تـا سن ۵۲ هفتگی روزانـه۵ [mg/kg+ (سـن برحسـب هفته ۰/۲] xانفوزیون می‌شود. برای نوزادان طـبیعی تـاسن ۲۶ هفتگی مقـدار مصـرف تـام دارو درسه مقـدار منقسم روزانه (هر ۸ سـاعت ، وبرای نوزادان طبیعی باسن ۵۲ ـ۲۶ هفتگی‌مقدار مصرف تام دارو در چهار مقدارمنقسم روزانه (هر ۶ ساعت تجویزمی گردد.

در کودکان ۹ـ۱ سال ۸۰۰ mcg/kg در هرساعت و در کودکان ۱۶ـ۹ سال۷۰۰mcg/kg در هر ساعت انفوزیون‌وریدی می‌شود.

در صورت تجویز طولاـنی مـدت سـنجش‌غلظت سـرمی تئوفیلین و ارزیابی پاسخ‌بیمار به‌آن برای دستیابی به‌غلظت مناسب‌درمانی و به‌حداقل رسانیدن خطر سمیت‌توصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۲۵۰ mg/۱۰ml

ANTIHISTAMINE DECONGESTANT

موارد مصـرف این دارو برای بهبود موقت‌احتقان‌بینی و سـینوس‌ها، عطسه وآبریزش از بینی ناشی از سرماخوردگی ورینیت آلرژیک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: کلرفنیرامین با اثر برروی‌گیرنده‌های H۱ اثرات هیستـامین را مهارمی‌کند. اثرات ضد موسکارینی این داروتاحدی سبب خشک شدن مخاطبینی‌می‌شود. فنیل‌افرین برروی گیرنده‌های آلفاآدرنرژیک مجاری تنفسـی اثر کرده و باایجاد تنگی عروق موجب رفع احتقان‌می‌شود. فنیل پروپانولامین اثر تحریکی‌برروی CNSدارد.

فارماکوکینتیک کلرفنیرامین وفنیل‌پروپانولامین از مجرای گوارشی‌به‌خوبی جذب می‌شوند. اما جذب‌فنیل‌افرین زیاد نیست متابولیسم دارو درمجرای گوارشی و کبد صورت می‌گیرد.دفع آن از کلیوی است

هشدارها: ۱ ـ در خردسالاـن عـوارض جـانبی‌این دارو به‌خصوص اثر آنتی‌موسـکارینی‌بیشتر دیـده می‌شود. در سالخوردگان‌احتمـال بروز واکنش‌های متناقض مثل‌تهییج‌پذیری نیز وجود دارد.

۲ ـ در سالخوردگان احتمال بروز خشکی‌دهان عفونتهای کاندیدیاز دهانی وهمچنین احتمال اسپاسم توهم و تشنج‌وجود دارد.

عوارض جانبی عوارض شایع آن شامل‌غلیظ‌شـدن ترشـحات نایژه و بروزسـرفه‌های خشک می‌باشـد. احتمال بروزتاری دید، اغتشاش شعور، دفع دشوار یادردناک ادرار، سرگیجه و خشکی دهان‌وجود دارد.

تـــداخل‌های دارویی احتمـــال بروز تـــداخل باگلیکوزیـــدهای قلـــبی (دیژیتـــال وجـــود داردکـــه منجر بـــه‌آریتمی قلـــبی می‌گردد.مسدودکننـده‌های گیرنـده‌های بتـا می‌تواننـدباعث افزایش فشـارخون ناشـی از این داروگردنـد. مصـرف همزمـان این دارو بارزرپین اثر این دارو را کاهش می‌دهد.مصـرف همزمان داروهای مهارکننده‌مونوآمین‌اکسـیداز (MAO) با این دارومی‌تواند باعث تشدید اثر موسکارینی ومضعف CNS داروهای ضدهیستامین شده‌و باافزایش اثر فنیل پروپانولامین باعث طولانی شدن و تشدید تحریک قلبی گردد.

نکات قابل توصیه

۱ ـ احتمال بروز خواب‌آلودگی یا سرگیجه‌وجود دارد.

۲ ـ برای کاهش عوارض گوارشی با غذا،آب و یا شیر مصرف شود.

۳ ـ این دارو ممکن است علائم مسمومیت‌گوشی ناشی از سالیسیلاتها را بپوشاند.

۴ ـ استفاده طولانی مدت از این دارومی‌تواند منجر به وابستگی گردد.

مقدار مصرف در بزرگسالان سه تا چهارقرص در روز و در کودکان ۱۲ـ۶ سال‌حداکثر ۳ ـ ۲ قرص در روز مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: Chlorpheniramine Maleate ۲.۵mg + Phenylephrine HCl ۵ mg +Phenylpropanolamine HCl ۲۰ mg

BECLOMETHASONE DIPROPIONATE

موارد مصرف بکلومتازون به‌عنوان درمان‌نگهدارنده در بیماران مبتلا به‌آسم نایژه‌ای‌مزمن بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: بکلومتازون به خاطر مهارترشح فاکتورهای رشد و سایتوکاین‌ها ازلنفوسیت‌ها، ائوزینوفیل‌ها، ماکروفاژها،فیبروبلاست‌ها و ماست سل‌ها اثرضدالتهابی قوی دارد. همچنین باکاهش‌ترشح موکوس در مجاری تنفسی مقدار وویسکوزیته خلط را کاهش می‌دهد.

فارماکوکینتیک بکلومتازون سریع ?ازریه‌ها و مجرای گوارش جذب می‌شود.حدود ۲۵ـ۱۰ درصد داروی مصرفی‌به‌ریه‌ها می‌رسد و بقیه در دهان و گلورسوب کرده یا بلعیده می‌شود. متابولیسم‌دارو عمدت ?سریع و از طریق کبد می‌باشدولی بخشی نیز در کلیه ریه یاسایر بافتهامتابولیزه می‌شود. دفع آن از طریق مدفوع‌یا کلیه‌ها صورت می گیرد.

موارد منع مصرف در آسم حاد یا مداوم به‌دلیل نیاز به‌درمانهای خاص نبایدمصرف شود.

عوارض جانبی در صورت استفاده ازمقادیر زیاد (روزانه بیش از ۱/۵ میلی گرم امکان مهار غده فوق کلیوی وجود دارد.ایجاد کاندیدیاز دهانی تحلیل استخوان ائوزینوفیلی ریوی و ازدیاد حساسیت‌تاخیری نیز در مورد این دارو گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ نحوه صحیح مصرف‌آئروسل‌های استنشاقی باید به‌بیمارآموزش داده شود.

۲ ـ جهت جلوگیری از خشن شدن صدا،التهاب گلو و ایجادکاندیدیاز، بعد

از هر بار مصرف دهان باید با آب شسته‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار مصرف معمول ۱۰۰ـ۸۴ میکروگرم (۲ پاف اسپری ۳ تا ۴بار در روز و یا ۲۰۰ـ۱۶۸ میکروگرم

(۴ پاف اسپری ۲ بار در روز می‌باشد. درآسم‌های شدید ۸۰۰ ـ۵۰۴ میکروگرم حدود ۱۲ تا ۱۶ پاف اسپری در روزتجویز می‌شود و براساس پاسخ بیمار،مقدار مصرف بتدریج کاهش داده‌می‌شود.

کودکان در کودکان زیر ۶ سال میزان‌مصرف دارو دقیق ?تعیین نشده است درکودکان ۱۲ـ۶ سال ۱۰۰ـ۴۲ میکروگرم‌دارو (۱ تا ۲ پاف اسپری ۳ تا ۴ بار در روزاستفاده شده و یا ۲۰۰ـ۱۶۸ میکروگرم (۴پاف اسپری ۲ بار در روز استفاده‌می‌شود. در کودکان استفاده روزانه بیش‌از ۱۰ پاف اسپری (۵۰۰ میکروگرم توصیه نمی‌شود.

اشکال دارویی

:Nasal / Oral Inhaler

۱۰mg / container

BROMHEXINE HCl

موارد مصرف برم‌هگزین به‌عنوان خلط‌آورو رقیق‌کننده ترشحات موکوسی درمواردی مانند التهاب نایژه آسم برونشیکتازی و التهاب سینوس‌ها همراه باتجمع ترشحات موکوسی غلیظ و چسبنده‌در مجاری تنفسی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو باتحریک غددمخاطی نایژه و تغییر ترکیبات گلیکوپروتئینی موجود در ترشحات موجب کاهش چسبندگی و رقیق‌شدن‌ترشحات و خروج آنها می‌گردد.

فارماکوکینتیک این دارو به‌خوبی ازدستگاه گوارش جذب و پس از یک ساعت به حداکثر غلظت پلاسمایی می‌رسد. داروپس از متابولیزه‌شدن عمدت ?از راه ادرار

و به مقدار اندک از طریق مدفوع دفع‌می‌گردد.

هشدارها: در مبتلایان به‌زخم‌های گوارشی بااحتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی اختلالات گوارشی ازعوارض جانبی دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای جلوگیری ازعوارض گوارشی دارو پس از غذا مصرف‌شود.

۲ ـ بهتر است الگزیر دارو، ابتدا باآب رقیق‌شده و سپس مصرف شود.

۳ ـ مصرف شکل تزریقی دارو در کودکان‌کمتر از ۱۲ سال توصیه نمی‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۲۰ـ۱۰ میلی‌لیتر الگزیریا ۲ـ۱ قرص ۴ـ۳ بار در روز، مصرف‌می‌شود.

کودکان در کودکان کمتر از ۵ سال ۴میلی‌گرم قرص یا ۵ میلی‌لیتر الگزیر، ۲ باردر روز و در کودکان ۱۰ـ۵ سال همین‌مقدار ۴ بار در روز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان و کودکان بیش از ۱۲ سال روزانه به‌مقدار ۲۴ـ۸ میلی‌گرم به‌صورت‌تزریق آهسته داخل وریدی و یا تزریق‌عمیق داخل عضلانی مصرف می‌شود.همچنین می‌توان مقدار ۲۰ـ۴ میلی‌گرم داروررا به ۵۰۰ ـ ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول دکستروز۵ درصد اضافه کرد یا مقدار ۴۰ـ۴ میلی‌گرم‌آن را به ۵۰۰ ـ ۲۵۰ میلی‌لیتر محلول ۰/۹درصد کلرورسدیم افزوده و آن راانفوزیون آهسته نمود.

اشکال دارویی

Elixir: ۴ mg/۵ml

Injection: ۴mg/۲ml

Tablet: ۸ mg

CHILDREN COLD

موارد مصرف این دارو برای تخفیف‌موقتی آبریزش بینی درد، تب و سایرعلائم سرماخوردگی و التهاب سینوس‌هامصرف می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو نبایـد دربیمـاران مبتلاـ به‌آسم گلوکوم اشـکال دردفع ادرار، زیـادی فشـار خون بیمـاری قلبی دیـابت یا اختلالات تیروئید مصرف شود.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی آسیب کبدی عصبانیت سرگیجه و زیادی فشار خون ازعوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی این دارو باعث کاهش‌اثرات درمانی داروهای پائین‌آورنده‌فشارخون می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف این داروبیش از ۵ روز توصیه نمی‌شود.

۲ ـ در صورت تداوم و یا عود تب مصرف‌دارو بیش از ۳ روز توصیه نمی‌شود.

۳ ـ این دارو ممکن است باعث‌تحریک‌پذیری کودکان شود.

مقدار مصرف در کودکان بزرگتر از ۶

سال هر چهار ساعت ۲ ـ ۱ قرص مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

+ Tablet: Acetaminophen ۸۰ mg

+ Phenylpropanolamine ۶.۲۵ mg

Chlorpheniramine ۱ mg

CLOBUTINOL HCl

موارد مصرف کلوبوتینول برای درمان‌علامتی سرفه‌های با علت نامشخص و نیزسرفه‌های ناشی از تحریکات مختلف بویژه در موارد نارسایی دستگاه تنفس‌به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو موجب تضعیف‌مرکز سرفه در بصل‌النخاع می‌گردد.

فارماکوکینتیک جذب این دارو از دستگاه‌گوارش سریع و تقریب ?کامل بوده و پس از۲ ساعت حداکثر غلظت پلاسمایی آن‌حاصل می‌گردد. نیمه عمر دارو حدود۲۳ـ۳۲ ساعت می‌باشد. ۸۰ـ۹۰ درصد آن‌از طریق کلیه‌ها و حدود ۳ درصد آن از راه‌مدفوع دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف در مبتلایان به‌صرع و یاسابقه بیماریهای تشنجی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: قبل از شروع درمان باید علت‌بروز سرفه دقیق ?بررسی شود. چرا که‌سرفه عامل مهمی در دفاع از نایژه بوده ودر برخی موارد، درمان علامتی آن به‌نفع‌بیمار نمی‌باشد.

عوارض جانبی اشکال در به‌خواب رفتن تهوع خواب‌آلودگی سرگیجه ناراحتی‌های گوارشی و یا کاهش میزان خلط از عوارض جانبی این داروهستند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۳۰ـ۴۰ قطره یا ۱ـ۲قرص ۳ بار در روز مصرف می‌شود.

کودکان در کودکان باسن کمتر از ۳ سال‌به‌میزان ۱ drop/kg و روزانه ۳ بار و درکودکان بیش از ۳ سال روزانه ۳ بار و هربار ۱۰ـ۲۰ قطره مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان مقدار ۲۰ میلی‌گرم از طریق‌زیرجلدی داخل عضلانی یا داخل وریدی‌تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۴۰ mg

Oral Drops: ۶۰ mg/ml

Injection: ۲۰ mg/۲ml

CROMOLYN SODIUM

موارد مصرف کرومولین برای پیشگیری ازآسم حساسیت غذایی و اسپاسم نایژه‌ای‌ناشی از حساسیت مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که دارو بادخالت در انتقال کلسیم از غشای‌ماستوسیت‌ها و جلوگیری از عمل‌دگرانوله شدن وابسته به‌کلسیم مانع ازآزادشدن هیستامین لوکوترین‌ها و سایرموادی که موجب بروز واکنش‌های‌حساسیت مفرط می‌شوند، می‌گردد.کرومولین ممکن است مانع از فعال‌شدن‌سایر سلولهای التهابی از قبیل‌ائوزینوفیل‌ها شود.

فارماکوکینتیک تقریب ?۱۰ـ۸ درصدکرومولین استنشاق شده جذب سیستمیک‌می‌شود. هنگامی که به‌منظور درمان‌نگهدارنده به‌طور استنشاقی مصرف‌می‌شود، بهبودی علایم و عملکرد ریه‌معمولاً ـ طی چهار هفته پس از شروع درمان‌ظاهر می‌شود. نیمه عمر دارو حدود ۸۰دقیقه است و ۵۰ درصد آن از طریق کلیه وبقیه از راه صفرا و بدون تغییر دفع‌می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد عیب شدید کار

کبد یا کلیه باید بااحتیاط تجویز

شود.

۲ ـ درصورت بروز پنومونی ائوزینوفیلیک‌در طول مصرف دارو، درمان باید قطع گردد.

عوارض جانبی سرفه اسپاسم‌گذرای نایژه‌و تحریک گلو ناشی از استنشاق داروگزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ این دارو تنها برای‌پیشگیری است و طی حملات آسم یااسپاسم نایژه نباید مصرف گردد، زیراممکن است موجب تحریک و تشدیدبیماری گردد.

۲ ـ کپسول دارو از راه خوراکی بی‌اثراست

۳ ـ مصرف همزمان کورتیکوستروئیدهادر طول درمان بااین دارو، بدون توصیه‌پزشک نباید قطع شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان و کودکان بزرگتر از ۲ سال برای پیشگیری آسم نایژه‌ای مقدار

۲۰ـ۱۰ میلی‌گرم برحسب نیاز و تحمل‌بیمار چهاربار در روز با فواصل

منظم استنشاق می‌شود. برای پیشگیری

از اسپاسم نایژه ناشی از عوامل‌حساسیت‌زا، مقدار ۲۰ میلی‌گرم تنها

یک بار و در حدود ۱۵ـ۱۰ دقیقه (حداکثر ۶۰ دقیقه قبل از تماس باماده حساسیت‌زا)استنشاق می‌شود. در صورت مصرف‌مداوم مقدار

۲۰ میلی‌گرم چهاربار در

روز بافواصل منظم برحسب نیاز و تحمل‌بیمار تجویز می‌شود. بیشینه مقدارمصرف بزرگسالان تا ۱۶۰ میلی‌گرم درروز است

اشکال دارویی

Aerosol: ۱ mg/dose

Inhalation Capsule: ۲۰ mg

Nasal Spray: ۲۰ mg/ml

DEXTROMETHORPHAN HBr

موارد مصرف دکسترومتورفان برای‌درمان علامتی سرفه‌های بدون خلط ناشی‌از گلودرد ساده و سرماخوردگی یامحرکهای استنشاق شده بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دکسترومتورفان با اثرمستقیم برمرکز سرفه در بصل‌النخاع بازتاب سرفه را تضعیف می‌کند.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی بوده‌و بسرعت و بمیزان وسیعی به‌متابولیت‌فعال دکستروفان تبدیل می‌شود. اثر داروطی ۳۰

دقیقه شروع و برای ۶ ساعت باقی‌می‌ماند. دکسترومتورفان عمدت ?از کلیه‌هاو به‌صورت تغییر نیافته یا متابولیت دفع‌می‌شود.

هشدارها: در صورت وجود آسم عیب کارکبد و یا سرفه خلطدار باید با احتیاطمصرف شود.

عوارض جانبی سایکوزسمی (فعالیت‌مفرط، توهمات بینایی و شنوایی پس ازمصرف ۳۰۰ میلی‌گرم یا بیشتر از داروگزارش شده است بامصرف مقادیر خیلی‌زیاد دارو ضعف تنفسی گزارش شده‌است

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان با فرآورده‌های حاوی الکل داروهای کاهنده فشارخون با اثر مضعفCNS مانند کلونیدین و متیل دوپا، داروهای‌مضعف CNS بویژه بیهوش‌کننده‌ها،باربیتوراتها، داروهای مخدر شبه تریاک یاضدافسردگی‌های سه‌حلقه‌ای ممکن است‌اثرات مضعف CNS این داروها یادکسترومتورفان تشدید شود. مصرف‌همزمان مهارکننده‌های مونوآمین اکسیداز (MAO)از جمله فورازولیدون وپروکاربازین ممکن است باعث بروزبحران آدرنرژیک کلاپس اغماء،سرگیجه تهییج افزایش فشارخون افزایش دمای بدن خونریزی داخل مغزی بیحالی تهوع رفتار جنون‌آمیز، اسپاسم ولرزش شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو ممکن است باعث‌اعتیاد شود.

۲ ـ در صورتی که تا ۷ روز پس از مصرف‌دارو سرفه ادامه داشت یا در صورت تب‌شدید، بثورات جلدی یا سردرد مداوم‌همراه با سرفه به‌پزشک مراجعه گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۲۰ـ۱۰ میلی‌گرم‌هرچهار ساعت یا ۳۰ میلی‌گرم هر ۸ـ۶ساعت برحسب نیاز مصرف می‌شود.بیشینه مصرف دارو برای بزرگسالان تا۱۲۰ mg/day می‌باشد.

کودکان مصرف این دارو در کودکان‌کوچکتر از دو سال توصیه نمی‌شود. درکودکان ۶ـ۲ سال مقدار ۵ ـ ۲/۵ میلی‌گرم‌هرچهار ساعت یا ۷/۵ میلی‌گرم هر ۸ـ۶ساعت برحسب نیاز مصرف می‌شود که‌نباید از ۳۰ mg/day تجاوز نماید. درکودکان ۱۲ـ۶ سال مقدار ۱۰ـ ۵ میلی‌گرم‌هرچهار ساعت برحسب نیاز مصرف‌می‌شود که نباید از ۶۰ mg/day تجاوزنماید.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۵ mg

Oral Drops: ۴ mg/ml

Syrup: ۱۵ mg/۵ml

DEXTROMETHORPHAN – P

موارد مصرف این فرآورده در رفع حالات‌التهابی دستگاه تنفسی فوقانی از جمله‌رینیت آلرژیک التهاب حاد یا تحت حادسینوس‌ها، خروسک التهاب حاد گوش‌میانی و التهاب نای و نایژه و نیز تسکین‌علامتی سرفه‌های خشک ناشی از گلو دردخفیف و تحریک ناشی از سرماخوردگی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: دکسترومتورفان با اثرمستقیم برمرکز سرفه در بصل‌النخاع موجب تضعیف رفلکس سرفه گردیده وپسودوافدرین باتحریک گیرنده‌های آلفاآدرنرژیک در مخاط دستگاه تنفسی موجب‌تنگی عروق کاهش تورم مخاط واحتقان‌بینی بازشدن بیشتر راههای هوایی‌و افزایش تخلیه ترشحات سینوس‌هامی‌گردد.

فارماکوکینتیک هر دو جزء دارو از راه‌خوراکی به‌خوبی جذب می‌شوند.دکسترومتورفان به‌میزان وسیعی در کبدمتابولیزه و به‌متابولیت فعالی به‌نام‌دکستروفان تبدیل که از طریق کلیه‌ها دفع‌می‌گردد. اما متابولیسم کبدی‌پسودوافدرین ناقص بوده و حدود ۷۵ـ ۵۵درصد آن به‌صورت تغییر نیافته از ادراردفع می‌گردد. شروع اثر دکسترومتورفان‌حدود ۱/۵ ساعت و در موردپسودوافدرین ۳۰ـ۱۵

دقیقه می‌باشد. طول‌مدت اثر این دو جزء نیز به‌ترتیب ۶ و ۴ـ۳ساعت می‌باشد.

هشدار: ۱ ـ در مواردی مانند آسم وجودسرفه‌های توام باخلط یا نارسایی عملکردکبد باید بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ مصرف مقادیر بیش از حد دارو ممکن‌است موجب بروز سرگیجه تحریک‌بیقراری تهوع یا استفراغ شدید گردد.

۳ ـ در مبتلایان به‌آسم ممکن است‌مقاومت راههای هوایی با تغییر میزان خلطافزایش یابد.

۴ ـ مهار رفلکس سرفه توسط دارو، ممکن‌است موجب احتباس ترشحات درسرفه‌های ترشح‌دار گردد.

۵ ـ بـدلیل وجود پسودوافـدرین در این‌ترکیب در مواردی مثل پرکاری تیروئید،دیابت بیماری‌های ایسکمیک قلب زیادی‌فشار خون عیب کار کلیه و بزرگی‌پروستات باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی مصـرف مقادیر زیاد داروممکن است موجب تضـعیف تنفسـی ایجادوابسـتگی در شخص و یا سایکوز گردد.افزایش ضربانات قلب اضطراب بیقراری بیخوابی لرزش آریتمی خشکی دهان وسردشدن انتهاها نیز ممکن است دیده‌شود.

تـداخل‌های دارویی مصـرف همزمـان این‌دارو با ترکیبات مهارکننـده مونوآمین‌اکسـیداز (MAO) مثل فورازولیـدون وپروکاربازین موجب تشدیـد اثرات آنهـا ونیز طولانی‌شـدن تحریـک قلبی و افزایش‌فشارخون ناشـی از پسودوافـدرین‌می‌گردد. تجویز توام دارو با کینیدین‌عوارض جانبی آن را تشدید می‌کند. به‌دلیل‌وجود پسودوافدرین در صورت مصـرف‌همزمان اثر داروهای کاهنده فشارخون مهارکننـده‌های گیرنـده بتـا آدرنرژیـک واثرات ضـد آنژین نیتراتها کاهش می‌یابـد. امااثرات هورمونهای تیروئیـدی و داروهای‌مقلد سمپاتیک افزایش می‌یابد.

نکـات قابل توصیه در صورتیکه تا ۷ روزپس از مصرف دارو، تب شدیـد، دانه‌های‌جلـدی و یا سـردرد مداوم همراه با سـرفه‌وجود داشت باید به پزشک مراجعه

شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۱۰ میلی‌لیتر هر ۶ساعت مصرف می‌شود و بیشینه مقدارمصرف تا ۴۰ ml/day می‌باشد.

کودکان در کودکان ۶ـ۲ سال ۲/۵میلی‌لیتر هر ۶ ساعت و برای کودکان ۱۲ـ۶سال ۵ میلی‌لیتر هر ۶ ساعت تجویزمی‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: (Dextromethorphan HBr ۱۵ mg +Pseudoephedrine HCI ۳۰ mg)/۵ml

DOXAPRAM

مـوارد مصـرف دوکسـاپرام به‌عنـوان محرک‌در درمـان ضـعف تنفسـی تضـعیف تنفسـی‌پس از اعمـال جراحی و یـا آپنـه‌ای که بدلیل‌مصرف شل‌کننده‌های عضلانی ـ اسکلتی‌ایجاد نشده باشد، نارسایی حاد تنفسی درمبتلایان به‌بیماری انسدادی مزمن ریوی ونیز برای تحریک تنفس عمیق بعد از اعمال‌جراحی بکار می‌رود.

مکـانیسم اثر: این دارو بـا تـاثیر برگیرنـده‌های شـیمیایی کاروتیـد در محیطموجب تحریـک تنفس و در نتیجه افزایش‌حجم حیـاتی و افزایش جزئی تعـداد تنفس‌می‌گردد. بتدریج باافزایش میزان مصـرف‌دارو، مراکز تنفس در بصل‌النخاع نیزتحریک شده که این خود به‌طور پیشرونده سایر قسمتهای مغز و طناب نخاعی را نیزتحریک می‌کند.

فارماکوکینتیـــک اثر دارو طی ۴۰ـ۲۰ ثانیه‌شـــروع شـــده و پس از ۲ـ۱ دقیقــه به‌حداکثرمی‌رســد. اثر دوکســاپرام ۱۲ـ۵ دقیقه به‌طول‌می‌انجامد. حدود ۵۵ درصد آن از طریق‌صفرا دفع می‌گردد.

موارد منع مصرف دوکساپرام در مواردی‌چون صدمات عروق مغزی بیماری‌شریان کرونر، صرع ضربه به سر،نارسایی قلبی افزایش حاد فشار خون عدم کفایت تنفسی بدلایلی از قبیل انسدادراههای هوایی دیسپنه شدید،پنوموتوراکس فلج عضلانی و نیز دربیماریهای ریوی مثل آسم حاد نایژه‌ای آمبولیسم ریوی نارسایی تنفسی ناشی ازاختلالات عضلانی ـ اسکلتی و فیبروزریوی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده از دوکساپرام‌به‌منظور درمان آپنه در نوزادان ممکن‌است عوارضی چون تحریک اعصاب‌مرکزی صرع و احتمالا زیادی فشارخون به‌همراه داشته باشد.

۲ ـ چنانچه سرعت انفوزیون بیش از مقدارتوصیه شده باشد ممکن است باعث بروزهمولیز شود.

۳ ـ در برخی موارد مانند سابقه آسم‌نایژه‌ای آریتمی قلبی یا تاکیکاردی شدید،خیز مغزی پرکاری تیروئید،فئوکروموسیتوم عیب کار کبد یا کلیه‌هاباید بااحتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی بروز عوارض قلبی ـعروقی مانند درد قفسه سینه ضربانات‌سریع یا نامنظم قلب و یا همولیز وترومبوفلبیت گزارش شده است

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان‌داروهای مهارکننده آنزیم‌مونوآمین‌اکسیداز (MAO) شامل‌فورازولیدون و پروکاربازین و نیزترکیبات مقلد سمپاتیک موجب تقویت‌اثرات تنگ‌کننده عروقی این داروها و یادوکساپرام می‌گردد. مصرف توام‌محرک‌های CNS با دوکساپرام نیز موجب‌تحریک اضافی CNS خواهد شد. مصرف‌همزمان هوشبرهای هیدروکربنه نیز بااثرات دوکساپرام به‌دلیل افزایش‌حساسیت میوکارد به‌کاتکول آمین‌هابه‌وسیله این ترکیبات تداخل دارد.

نکات قابل توصیه در مصرف طولانی مدت‌بهتر است محل تزریق را تغییر داد تا ازبروز ترومبوفلبیت یا تحریکات موضعی‌جلوگیری شود.

مقدار مصرف به‌منظور درمان تضعیف‌تنفسی پس از عمل جراحی ۰/۵ mg/kg به‌صورت تزریق وریدی تجویز می‌شود.میزان مصرف در یک تزریق نباید از۱/۵ mg/kg تجاوز نماید. در صورت نیازبه‌تکرار مصرف تجویز دارو در فواصل ۵دقیقه‌ای صورت می‌گیرد، تا حداکثر مقدارمصرف به ۲ mg/kg برسد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/۵ml

EXPECTORANT

موارد مصرف اکسپکتورانت برای کاهش‌غلظت و چسبندگی خلط و تسهیل خروج‌آن از ریه‌ها، کاهش موکوس ریوی و تبدیل‌سرفه‌های خشک به‌سرفه ترشحی وخلطدار استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: اکسپکتورانت حاوی ترکیباتی‌است که موجب رقیق‌شدن خلط و خروج‌آن از ریه‌ها می‌گردند. کلرفنیرامین موجوددر این فرآورده با اثرات ضدهیستامین فنیل پروپانول آمین بااثر مقلد سمپاتیک‌ضداحتقان و گایافنزین باکاهش چسبندگی‌خلط و تسهیل خروج آن در نهایت موجب‌تسکین سرفه‌های خشک و نرم شدن مخاطریه و تخلیه خلط می‌گردند.

عوارض جانبی اگرچه هریک از اجزاء این‌فرآورده عوارض جانبی مشخص داردولی با مقادیر بکاربرده شده در این‌فرمولاسیون عارضه قابل توجهی ایجادنمی‌کنند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌فرآورده باسایر ترکیبات مضعف CNSموجب تشدید اثرات هر دو گروه دارویی‌می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت استفاده ازسایر ترکیبات مقلد سمپاتیک احتیاطشود.

۲ ـ این دارو ممکن است ایجادخواب‌آلودگی نماید. بنابراین از انجام کارهایی که نیاز به‌هوشیاری دارند، پرهیزشود.

۳ ـ قبل از هرگونه عمل جراحی و یادرمان‌های اضطراری پزشک را ازمصرف دارو باید مطلع ساخت

۴ ـ در صورت تداوم نشانه‌های بیماری‌بیش از ۷ روز یا وجود تب بالا، به‌پزشک‌مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۱۰ـ۵ میلی‌لیتر، حداکثر ۴ باردر روز مصرف می‌شود.

کودکان برای کودکان ۶ـ۲ سال ۲/۵ـ۱میلی‌لیتر تا ۴ بار در روز تجویز می‌شود که‌در نهایت نباید بیش از ۱۰ میلی‌لیتر در روزمصرف شود. در کودکان ۱۲ـ۶ سال ۵ ـ ۲/۵ میلی‌لیتر ۴ بار در روز تا حداکثر ۲۰میلی‌لیتر در روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup : (Guaifenesin ۱۰۰ mg +Chlorpheniramine Maleate ۲ mg +Phenylpropanolamine HCI)/۵ml

EXPECTORANT CODEINE

موارد مصرف این دارو به‌منظور تسکین‌سرفه و کاهش احتقان بینی ناشی ازسرماخوردگی آلرژی و یا سایرعفونتهای تنفسی و نیز رفع سایر علائم‌عمومی ناشی از سرماخوردگی به‌کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی ترکیباتی‌است که در جهت تقویت اثر یکدیگربه‌تسکین سرفه یا رفع احتقان کمک‌می‌کنند. گایافنزین با کاهش چسبندگی‌خلط و تسهیل خروج آن فنیل پروپانول‌آمین باتحریک سمپاتیک و تنگی عروق‌مخاطبینی و در نتیجه کاهش احتقان و ادمو کدئین با اثر مستقیم برمرکز سرفه دربصل‌النخاع و تضعیف رفلکس سرفه موجب بروز اثرات درمانی این دارومی‌شوند.

موارد منع مصرف در مبتلایان به‌ضعف‌تنفسی شدید نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این ترکیب ممکن است علائم‌مسمومیت گوشی ناشی از مصرف مقادیربالای سالیسیلات را پنهان سازد.

۲ ـ به‌دلیل وجود کدئین در این فرآورده ممکن است وابستگی ایجاد شود.

۳ ـ این فرآورده ممکن است ایجادخواب‌آلودگی یا سرگیجه نماید.

عوارض جانبی اگرچه هریک از اجزاءدارویی این فرآورده دارای عوارض‌جانبی مشخص است ولی بامقادیر بکاربرده شده در این ترکیب عارضه قابل‌توجهی ایجاد نمی‌کنند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌فرآورده باسایر ترکیبات تضعیف‌کنندهCNS موجب تشدید اثرات هر دو گروه‌دارویی می‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت تداوم‌نشانه‌های بیماری بیش از ۷ روز یا وجودتب شدید، به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ برای به‌حداقل رسانیدن تحریک معده دارو همراه باغذا، آب یا شیر مصرف

شود.

۳ ـ قبل از هرگونه اعمال جراحی و یادرمان‌های اضطراری باید پزشک را ازمصرف دارو مطلع نمود.

۴ ـ هنگام برخاستن ناگهانی از وضعیت‌خوابیده یا نشسته احتیاط شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۱۰ـ ۵ میلی‌لیتر هر ۶ ساعت‌مصرف می‌شود.

کودکـان در کودکان ۶ـ۲ سال به‌میزان۲/۵ـ ۱/۵ میلی‌لیتر هر ۸ـ۶ سـاعت و برای‌کودکان ۱۲ـ۶ سال به‌میزان ۵ ـ ۲/۵ میلی‌لیترهر ۸ـ۶ ساعت تجویز می گردد.

اشکال دارویی

Oral Solution: (Guaifenesin ۱۰۰ mg +Phenylpropanolamine HCI ۱۲.۵ mg +Codeine Phosphate ۱۰ mg)/۵ml

GUAIFENESIN

موارد مصـرف گایافنزین به‌عنوان خلط‌آوربرای درمان علامتی سـرفه ناشـی ازسرماخوردگی و عفونتهای خفیف دستگاه‌تنفس فوقانی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: به‌نظر می‌رسد که اثرخلط‌آوری دارو از طریق افزایش حجم وکاهش چسـبندگی ترشـحات نای و نایژه‌هااعمال می‌شود. بنابراین گایافنزین ممکن‌است کارآیی بازتاب سرفه را افزایش دهدو خروج خلط را تسهیل نماید.

فارماکوکینتیک دارو به‌سهولت از دستگاه‌گوارش جذب و به‌شکل متابولیت‌های‌غیرفعال از طریق کلیه‌ها دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ ایـن دارو در کودکـان تـا سن ۱۲سـالگی بـا سـرفه مزمن یا پایـدار (مشابه‌آسم و یاسـرفه همراه با موکوس فقطباتجویز پزشک باید مصرف شود.

عوارض جانبی اسهال سرگیجه سردرد،تهوع یا استفراغ بثورات جلدی درد معده‌و کهیر از عوارض نادر دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کمک به‌رقیق‌شدن ترشحات ریه بعد از هربار مصرف‌دارو حداقل یک لیوان آب نوشیده شود.

۲ ـ اگر پس از هفت روز درمان با این داروسـرفه ادامه یافت یا تب بثورات جلدی سـردرد مداوم یا گلو درد همراه با سـرفه‌بروز کرد به‌پزشک مراجعه شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۴۰۰ـ۲۰۰ میلی‌گرم هرچهار ساعت مصرف می‌شود.

در کودکان ۶ـ۲ ساله مقـدار ۱۰۰ـ۵۰ میلی‌گرم هر چهـار سـاعت و در کودکان۱۲ـ۶ سال مقـدار ۲۰۰ـ۱۰۰ میلی‌گرم‌هرچهار ساعت مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۰۰ mg/۵ml

IPRATROPIUM BROMIDE

موارد مصـرف ایـپراتروپیوم برای درمان‌انسـداد برگشت‌پـذیر راههـای هوایی به‌ویژه‌درمـان برونشـیت مزمن و همچنین درمان‌التهـاب غیرآلرژیک غشاء مخاطی‌بینی‌همراه با آبریزش بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این دارو بامهار گیرنده‌های‌موسکارینی باعث گشادی برونش‌می‌شود.

فارماکوکینتیک ایپراتروپیوم جذب‌سیسـتمیک انـدکی از طریق شـش‌ها ودسـتگاه گوارش دارد. اثر دارو پس از ۱۵ـ ۵دقیقه شروع و طی ۹۰ دقیقه (۲ـ۱ ساعت به‌اوج خود می‌رسد. مدت اثر دارو معمولاً۴ـ۳ ساعت (در برخی از بیماران ۸ـ۶ساعت است راه اصلی دفع ایـپراتروپیوم‌از طریـق مـدفوع است و تـا ۹۰ درصـد ازداروی اسـتنشاق شـده خـورده شـده وبـدون تغییر دفـع می گردد. بخش جـذب شده‌دارو از راه ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود گلوکوم

با زاویه بسته به‌دلیل احتمال بروز

حمله حاد در صورت پاشیده‌شدن‌ایپراتروپیوم به‌طور مستقیم به‌داخل‌چشم و یا ابتلای بیمار به‌هیپرتروفی‌پروستات این دارو باید با احتیاط مصرف‌شود.

عوارض جانبی گهگاه خشکی دهان وبندرت احتباس ادرار و یبوست ممکن است‌مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌ایپراتروپیوم با فرآورده‌های حاوی عوامل‌آنتی‌کولینرژیک ممکن است منجر به‌بروزاثرات اضافی شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از تماس دارو باچشم‌ها اجتناب شود و در صورت لزوم‌به‌هنگام استنشاق آئروسل چشم‌ها بسته‌شود. در صورت تماس اتفاقی با چشم‌هاممکن است باعث تحریک یا تیرگی دیدشود. در این صورت چشم‌ها باید با آب‌سرد شسته شوند.

۲ ـ در صورت استفاده مستمر روزانه دارو باید در فواصل معین زمانی مصرف‌شود.

۳ ـ در صورت عدم بهبودی و یا بدترشدن‌علایم طی ۳۰ دقیقه پس از استفاده دارو،فور ?به‌پزشک اطلاع داده شود.

مقدار مصرف در بزرگسالان ۴ـ۱ پاف هر۸ـ۶ ساعت بر حسب نیاز، مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Inhaler: ۲۰ mcg/dose

KETOTIFEN

موارد مصرف کتوتیفن برای پیشگیری ازآسم به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: یک داروی ضدهیستامین‌باخواص ضد آنافیلاکسی است

فارماکوکینتیک از راه خوراکی به‌خوبی‌جذب می‌شود و اثرش تا ۱۲ ساعت باقی‌می‌ماند. شروع اثر پیشگیری‌کننده داروآهسته می‌باشد. برای رسیدن به‌بیشینه اثردارویی ۶ـ۴ هفته زمان لازم است

هشدارها: ۱ ـ درمان با داروی قبلی‌ضدهیستامین حداقل باید تا دو هفته پس ازشروع مصرف کتوتیفن ادامه یابد.

۲ ـ خواب آلودگی ناشی از مصرف این‌دارو ممکن است مهارت‌های فردی از قبیل‌توانایی رانندگی را تحت تأثیر قرار دهد.

عوارض جانبی خواب‌آلودگی و تسکین‌شایع‌ترین عوارض مصرف دارو هستندکه چنانچه شدت آنها با ادامه مصرف کم‌نشود، ممکن است کاهش مقدار یا قطع‌مصرف دارو ضروری باشد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان داروبا آنتی‌بیوتیک‌های خوراکی ممکن است‌باعث کاهش تعداد ترومبوسیت‌ها شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای کاهش تحریک‌گوارشی دارو با غذا مصرف شود.

۲ ـ در صورت بروز خواب‌آلودگی احتیاطلازم معمول گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان یک میلی‌گرم از دارو دو باردر روز همراه باغذا تجویز می‌شود. درصورت لزوم مقدار دارو تا دو میلی‌گرم دوبار در روز افزایش می‌یابد. در بیماران‌حساس به‌اثر تسکین دهنده در ابتدا ۱ـ ۰/۵میلی‌گرم به‌هنگام شب تجویز می‌گردد.

اشکال دارویی

Tablet : ۱ mg

Syrup : ۱ mg/۵ml

METAPROTERENOL SULFATE

موارد مصرف متاپروترنول در درمان‌علامتی آسم نایژه‌ای اسپاسم نایژه‌ای‌برگشت‌پذیر که همراه با التهاب نایژه‌هامی‌باشد و نیز آمفیزم ریوی برونشیکتازی و سایر بیماری‌های ریوی‌انسدادی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو از طریق تحریک‌گیرنده‌های بتا ـ دو آدرنرژیک در ریه‌ها،موجب شل‌شدن عضله صاف نایژه و درنتیجه کاهش اسپاسم نایژه افزایش‌ظرفیت حیاتی کاهش حجم ذخیره تنفسی و کاهش مقاومت راههای تنفسی می‌شود.متاپروترنول همچنین آزادشدن هیستامین‌ناشی از تحریک آنتی‌ژن را مهار می‌کند.

فارماکوکینتیک حدود ۴۰ درصد مقدارمصرفی به‌صورت خوراکی از دستگاه‌گوارش جذب می‌گردد. شروع اثر داروبه‌دنبال تجویز خوراکی حدود یک ساعت وطول اثر دارو بیش از ۴ ساعت می‌باشد.متابولیسم دارو کبدی است

موارد منع مصرف این دارو در افراد مبتلابه آریتمی قلبی و یا با تاکیکاردی نارسایی‌احتقانی قلب بیماری عروق کرونر، زیادی‌فشار خون اختلالات تشنجی دیابت پرکاری تیروئید و فئوکروموسیتوم نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در مبتلایان به اختلالات‌تشنجی باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ مصرف مقادیر بیش از حد دارو،به‌ویژه در افرادی که زمینه اختلالات

ریتم قلب دارند و یا از دیورتیک وگلیکوزیدهای دیژیتالی استفاده می‌نمایند،ممکن است موجب کاهش پتاسیم خون‌گردد.

عوارض جانبی احساس ناراحتی یا درد درقفسه سینه احساس سرما و یا تب تشنج اغتشاش شعور، ضربانات سریع قلب سردرد، افزایش فشارخون تهوع واستفراغ اشکال در تنفس ضربانات‌آهسته قلب رعشه اضطراب غیرمعمول عصبانیت بیقراری بزرگ‌شدن غیرطبیعی‌مردمک چشم تاری دید، سرد و رنگ‌پریدگی پوست ضعف ضربانات نامنظم‌قلب گرفتگی عضلانی تغییرات خلق و خوو نیز احساس طعم ناخوشایند در دهان ازعوارض جانبی مهم دارو هستند.

تداخل‌های دارویی چنانچه متاپروترنول بامقادیر زیاد، قبل و یا در مدت کوتاهی پس‌از بیهوشی با کلروفرم یا هالوتان تجویزگردد، خطر بروز آریتمی شدید بطنی را بالا‌می‌برد. انفلوران ایزوفلوران نیز چنین‌اثری دارند. ترکیبات ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای اثرات متاپروترنول را بر روی‌سیستم عروقی تقویت می‌کنند. تجویزهمزمان مسددهای گیرنده بتاآدرنرژیک علاوه بر مهار متقابل اثرات درمانی دوگروه دارویی موجب ضدیت با اثرگشادکنندگی نایژه‌ای متاپروترنول‌می‌شود. تجویز توام دارو با محرک‌هایCNS موجب تحریک اضافی CNS و افزایش‌اثرات جانبی این داروها می‌گردد. استفاده‌همزمان از گلیکوزیدهای قلبی و لوودوپانیز خطر آریتمی قلبی را افزایش می‌دهد.متاپروترنول اثرات ضدآنژین نیترات‌ها راکم می‌کند. تجویز توام ریتودرین و سایرمقلدهای سمپاتیک بااین دارو، اثرات‌درمانی و عوارض جانبی هر دو گروه رازیاد می‌کند. هورمونهای تیروئیدی نیز اثرداخلی متقابل با متاپروترنول دارند. اثرات‌گزانتین‌ها در صورت مصرف همزمان بااین دارو، بر CNSتشدید شده و آثار سمی‌اضافی بروز می‌نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در صورت بروزاشکال در تنفس و تداوم یا بدترشدن آن فور ?به‌پزشک مراجعه شود.

۲ ـ در صورت نیاز به‌استفاده همزمان ازآئروسل‌های کورتیکوستروئیدی و یاایپراتروپیوم بهتر است متاپروترنول مدتی‌قبل از داروی دیگر استفاده شود.

۳ ـ دارو باعث ایجاد طعم ناخوشایندی دردهان می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان برای گشادکردن نایژه‌ها،

۲۰ میلی گرم ۴ـ۳ بار در روز تجویزمی‌شود.

کودکان سنین ۹ـ۶ سال و یا در کودکانی‌باوزن کمتر از ۲۷ کیلوگرم ۱۰ میلی گرم۴ـ۳ بار در روز و در کودکان ۹ سال به‌بالابا وزن ۲۷ کیلوگرم و بیشتر، مشابه افرادبالغ تجویز می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان و کودکان بالای سن ۶ سال ابتدا ۰/۵ میلی گرم به‌صورت داخل‌عضلانی تزریق می‌شود و در صورت نیاز،پس از نیم ساعت این مقدار تکرار

می‌شود.

کودکان در کودکان باسن کمتر از ۶ سال ۰/۲۵ میلی گرم به‌صورت داخل عضلانی‌تزریق می گردد.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۰ mg

Injection: ۰.۵ mg/ml

PEDIATRIC GRIPE

موارد مصرف این ترکیب به‌منظور کاهش‌احتقان بینی و شیپور استاش ناشی ازسرماخوردگی التهاب سینوس‌ها وعفونتهای شدید دستگاه تنفسی فوقانی درمان علامتی رینیت آلرژیک فصلی ورینیت وازوموتور و کاهش التهاب گوش‌میانی ناشی از سروز یا تغییرات فشار هوابکار می‌رود.

مکانیسم اثر: فنیل‌پروپانول‌آمین وفنیل‌افرین از ترکیبات مقلد سمپاتیک بوده‌که با اثر بر گیرنده‌های آلفا مخاط دستگاه‌تنفس موجب انقباض عضله صاف و درنتیجه کاهش تورم مخاط، کاهش پرخونی خیز و احتقان بینی می‌شوند. کلرفنیرآمین‌نیز با جلوگیری از اثرات هیستامین از بروزعلائم آلرژیک جلوگیری می کند.

موارد منع مصرف در مبتلایان به‌گلوکوم‌با زاویه باریک احتباس ادرار، قرحه‌گوارشی زیادی فشارخون بیماریهای‌شدید شریان کرونر و آسم شدید نبایدمصرف شود.

هشدارها: مصرف این دارو در بیماران‌تحت درمان با داروهای مهارکننده آنزیم‌مونوآمین اکسیداز (MAO) ممکن است‌موجب تشدید اثرات سمپاتیک تحریک‌سیستم عصبی مرکزی و ایجاد تشنج یاکلاپس قلبی ـ عروقی شود.

عوارض جانبی بیقراری لرزش رنگ‌پریدگی اشکال در تنفس بیخوابی تهوع تشنج آریتمی کلاپس قلبی ـ عروقی همراه‌با کمی فشارخون تسکین بیش از حد،سرگیجه خشکی دهان تهوع استفراغ وتاری‌دید، سردرد و بیقراری از عوارض‌جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌فرآورده با داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای و سایر داروهای تضعیف‌کنندهCNS، موجب تشدید اثرات این داروهامی گردد. داروهای مهارکننده مونوآمین‌اکسیداز (MAO) و مهارکننده‌های گیرنده‌بتا ـ آدرنرژیک نیز اثرات ترکیبات مقلدسمپاتیک موجود در این فرآورده راافزایش می‌دهند.

مقدار مصرف

در کودکان سنین ۱۲ـ۶ ماه ۲ میلی‌لیتر،کودکان سنین ۶ـ۱ سال ۴ میلی‌لیتر و درکودکان ۱۲ـ۶ سال ۸ میلی‌لیتر، حداکثر۴ـ۳ بار در روز، مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Syrup: (Chlorpheniramine Maleate ۰.۵mg + Phenylephrine HCl ۱.۲۵ mg

+Phenylpropanolamine HCl ۵ mg)/۵ml

PSEUDOEPHEDRINE HCl

موارد مصرف پسودوافدرین یک ترکیب‌ضد احتقان است که در درمان احتقان بینی‌یا سینوس‌ها، مجرای شیپور استاش التهاب حاد شیپور استاس التهاب سروزی‌گوش میانی رینیت وازوموتور و اختلال‌عملکرد گوش میانی بدلیل تغییرات فشارجو، استفاده می‌شود.

مکانیسم اثر: پسودوافدرین با تاثیر برگیرنده‌های آلفا آدرنرژیک در مخاطدستگاه تنفسی موجب تنگ شدن عروق وکاهش تورم مخاط بینی می‌گردد و درحقیقت مجاری تنفسی بینی بازترمی‌شوند. دارو می‌تواند موجب افزایش‌تخلیه ترشحات سینوس‌ها و باز شدن‌شیپور استاش مسدود شده گردد.

فارماکوکینتیک پسودوافدرین به‌طورناقص در کبد متابولیزه شده و شروع اثرآن پس از ۳۰ ـ ۱۵ دقیقه می‌باشد که طی ۶۰ ـ ۳۰ دقیقه به حداکثر می‌رسد. طول اثردارو حدود ۴ ـ ۳ ساعت می‌باشد. دفع دارواز طریق کلیه‌ها صورت گرفته و در حدود۷۵ ـ ۵۵ درصد مقدار مصرفی به‌صورت‌تغییر نیافته دفع می‌شود. سرعت دفع درادرار اسیدی افزایش می‌یابد.

هشدارها: ۱ ـ در مواردی چون بیماریهای‌قلبی ـ عروقی از جمله بیماریهای ایسکمیک‌قلبی یا بیماری‌های حاد شریان کرونر،زیادی فشار خون دیابت گلوکوم پرکاری‌تیروئید و بزرگ شدن پروستات باید بااحتیاط فراوان تجویز شود.

۲ ـ از آنجا که اغلب سالمندان به بزرگی‌پروستات مبتلا هستند، لذا مقدار مصرف‌دارو در این افراد بایستی تنظیم گردد.

۳ ـ پسودوافدرین را نباید همزمان باترکیبات مهارکننده مونوآمین‌اکسیداز(MAO) تجویز نمود و در صورت نیاز،حداقل ۲ هفته پس از قطع این ترکیبات بایدتجویز گردد.

عوارض جانبی تشنج ایجاد توهم ضربان‌نامنظم قلب بروز اشکال تنفسی آشفتگی بیقراری و اشکال در به خواب رفتن ازعوارض جانبی دارو هستند.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌ترکیبات مسدد گیرنده بتا آدرنرژیک

با پسودوافدرین موجب مهار اثرات‌درمانی دو گروه دارویی می‌گردد.

انسداد گیرنده بتا ممکن است موجب‌افزایش فعالیت ناخواسته گیرنده آلفا

و در نتیجه خطر بروز زیادی فشار خون برادیکاردی بیش از حد و احتمالا وقفه

قلبی گردد. مهارکننده‌های آنزیم‌مونوآمین‌اکسیداز (MAO)نیز چنانچه

توام با پسودوافدرین تجویز شوند،

موجب تقویت و تشدید آثار تحریک قلبی

و اثر تنگ کننده عروقی پسودافدرین‌می‌گردند. در نتیجه احتمال بروز

سردرد، آریتمی قلبی استفراغ و

زیادی فشار خون حاد یا ناگهانی وجوددارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ برای جلوگیری ازبیخوابی دارو با فاصله چند ساعت قبل ازخواب مصرف شود.

۲ ـ در صورت وجود تب یا عدم بهبودبیماری طی ۷ روز پس از مصرف به‌پزشک مراجعه گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان به منظور رفع احتقان بینی ۶۰ میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت یکبار

تجویز می‌شود. حداکثر میزان مصرف ۲۴۰mg/day است

کودکان در کودکان ۶ ـ ۲ سال ۱۵میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ و در کودکان ۱۲ ـ ۶ سال ۳۰ میلی‌گرم هر ۶ ـ ۴ ساعت مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Liquid: ۳۰ mg / ۵ ml

Tablet: ۳۰ mg

SALBUTAMOL

موارد مصرف سالبوتامول برای درمان‌آسم و سایر حالات همراه با انسدادبرگشت‌پذیر راههای تنفسی و همچنین‌برای جلوگیری از زایمان زودرس مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبدی استو از طریق کلیه‌ها و مدفوع دفع می‌شود. ازراه خوراکی اثر دارو پس از ۳۰ ـ ۱۵ دقیقه‌شروع می‌شود و طی ۳ـ۲ ساعت به‌حداکثرمی‌رسد. مدت اثر آن ۸ ساعت یا بیشتراست از راه استنشاقی بتدریج ازبرونش‌ها جذب و بخشی از داروی بلعیده‌شده نیز از دستگاه گوارش جذب می‌گردد.غلظت سیستمیک دارو پس از استنشاق آن‌کم می‌باشد. اثر دارو پس از ۱۵ ـ ۵ دقیقه‌شروع می‌شود و ۱/۵ـ۱ ساعت پس از دواستنشاق به‌حداکثر می‌رسد. مدت اثر دارو۶ـ۳ ساعت است

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بیماریهای‌قلبی ـ عروقی شامل آریتمی قلبی عدم‌کفایت میوکارد و عروق کرونر، افزایش‌فشارخون بیماری ایسکمی قلبی طولانی‌شدن فاصله QT ، پرکاری تیروئید و

دیابت باید با احتیاط فراوان تجویز

شود.

۲ ـ درمان با محرکهای گیرنده‌بتادوآدرنرژیک ممکن است باعث کاهش‌شدید پتاسیم سرم شود. این اثر درصورت مصرف همزمان تئوفیلین ومشتقات آن کورتیکوستروئیدها،داروهای مدر و بوسیله هیپوکسی ممکن‌است تشدید شود.

۳ ـ مصرف خوراکی یا تزریقی دارومی‌تواند انقباضات رحم را مهار نماید.

۴ ـ مصرف همزمان دارو با مسددهای‌بتاآدرنرژیک کدئین گلیکوزیدهای‌دیژیتال مهارکننده‌های منوآمین اکسیداز(MAO) و ضدافسردگیهای سه حلقه‌ای بایدبا احتیاط صورت گیرد.

عوارض جانبی لرزش خفیف (معمولا دردستها)، فشارعصبی سردرد، گشادی‌عروق محیطی تپش قلب تاکیکاردی بندرت دردهای عضلانی کاهش پتاسیم‌سرم متعاقب تجویز مقادیر زیاد،واکنش‌های حساسیت مفرط شامل‌اسپاسم نایژه‌ای پارادوکسیمال کهیر وآنژیوادم گزارش شده است

تداخل‌های دارویی تجویز مقادیر زیادسالبوتامول قبل یا اندکی پس از بیهوشی باکلروفرم یا هالوتان ممکن است خطرآریتمی شدید بطنی را بویژه نزد اشخاص‌باسابقه بیماری قلبی افزایش دهد. مصرف‌همزمان داروهای ضدافسردگی سه‌حلقه‌ای و یا مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسیداز (MAO) (شامل فورازولیدون وپروکاربازین با سالبوتامول ممکن استباعث تشدید اثر دارو بر سیستم عروقی‌شود. مصرف همزمان این دارو باگلیکوزیدهای دیژیتال ممکن است خطرآریتمی قلبی را افزایش دهد. مصرف‌همزمان سالبوتامول با کوکائین علاوه براثر افزاینده تحریک CNS، ممکن است اثرات‌جانبی عروقی هریک را نیز افزایش دهد.مصرف همزمان بامسددهای بتا ممکن‌است بااثر گشادکنندگی برونش‌سالبوتامول مقابله نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از تماس آئروسل‌های‌استنشاقی با چشم‌ها باید اجتناب کرد.

۲ ـ بیشتر از دو استنشاق در یک زمان‌بافواصل ۲ـ۱ دقیقه‌ای مصرف نشود.

۳ـ قرص‌ها را باید به‌طور کامل بلعید و ازله‌کردن شکستن و یا جویدن آنهاخودداری نمود.

۴ـ در صورتیکه پس از مصرف دارواشکال در تنفس باقی مانده یا بدتر شد،بلافاصله به‌پزشک اطلاع داده شود.

۵ـ در صورت بروز خشکی لب و گلو، پس‌از هربار مصرف دارو دهان با آب شسته‌شود.

۶ـ در صورت ضرورت مصرف همزمان‌یک آئروسل استنشاقی کورتیکوستروئیدبا این دارو، بهتر است آئروسل‌سالبوتامول ۵ دقیقه زودتر مصرف شود.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان مقدار ۴ میلی‌گرم از دارو(افراد مسن و بیماران حساس در ابتـدا ۲میلی‌گرم ۴ـ۳ بار در روز تجویز می‌شود.حداکثر مقدار مصرف دارو در یک نوبت ۸میلی‌گرم می‌باشد.

کودکان تا سن دو سالگی ۱۰۰mcg/kgچهاربار در روز، ۶ـ۲ سالگی ۲ـ۱ میلی‌گرم۴ـ۳ بار در روز و ۱۲ـ۶ سالگی ۲ میلی‌گرم۴ـ۳ بار در روز تجویز می‌شود.

تزریقی زیر جلدی یا داخل عضلانی ـ ۵۰۰میکروگرم از دارو تجویز می‌شود که درصورت لزوم هر ۴ ساعت یکبار قابل تکراراست

تزریق آهسته وریدی ـ ۲۵۰ میکروگرم ازدارو تجویز می‌شود که در صورت لزوم‌قابل تکرار است

انفوزیون داخلی وریدی ـ در ابتدا

۵ mcg/min تجویز می‌گردد که برحسب‌پاسخ بیمـار و ضـربان قلب قابـل تنظیم است‌و معمولاً در محـدوده ۲۰ mcg/minـ۳ و یادر صورت لزوم بیشتر می‌باشد.

استنشاقی

بزرگسالان ۲۰۰ـ۱۰۰ میکروگرم (۲ـ۱پاف تا حـداکثر ۴ـ۳ بـار در روز برای علایم‌پایـدار تجـویز می‌گردد. برای پیشگیری‌اسپاسـم نایژه‌ای ناشی از ورزش مقدار۲۰۰ میکروگرم (دو پاف مصرف می‌شود.

کودکـان ۱۰۰ میکروگرم (یـک پـاف کـه درصـورت لزوم تـا ۲۰۰ میکروگرم (دو پـاف قابـل افزایش اسـت برای پیشـگیری اسپاسم‌نایژه‌ای ناشی از ورزش مقدار ۱۰۰میکروگرم (یک پاف تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Aerosol: ۱۰۰ mcg/dose

Injection: ۰.۵ mg/ml

Syrup: ۲ mg/۵ml

Tablet: ۲ mg

TERBUTALINE SULFATE

موارد مصـرف تربوتـالین برای درمـان آسمو سـایر حالات توام با انسـداد برگشت‌پـذیرراههای تنفسـی و همچنین برای پیشـگیری‌از زایمان زودرس بکار می‌رود.

فارماکوکینتیک متابولیسم دارو کبـدی است‌و توسط کلیه‌ها از بدن دفع می‌شود. حدود۷۰ـ۳۰ درصد از یک مقدار مصرف‌خوراکی جـذب می‌شود. میزان جذب توسـطغذا کاهش می‌یابد. اثر تربوتالین پس از ۲ـ۱ساعت شـروع و طی ۳ـ۲ ساعت به‌حداکثرمی‌رسد و مدت اثر آن ۸ـ۴ ساعت است ازراه اسـتنشاقی اثر دارو پس از ۳۰ـ ۵ دقیقه‌شروع و طی ۲ـ۱ ساعت به‌حداکثر می‌رسدو مدت اثر آن

۶ـ۳ ساعت می‌باشد. از راه‌تزریقی اثر دارو پس از ۱۵ دقیقه شروع وطی ۶۰ـ۳۰ دقیقه به‌حداکثر می‌رسد و مدت‌اثر آن ۴ـ ۱/۵ ساعت است تربوتالین ازطریق زیرجلدی بخوبی جذب می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت وجود بیماریهـای‌قلبی ـ عروقی شامـل آریتمی قلبی عـدم‌کفایت میوکارد و عروق کرونر، افزایش‌فشارخون دیابت پرکاری تیروئیـد،کتواسیـدوز، فئوکروموسـیتوم حملات‌صـرع (یا سابقه آن و حساسـیت به‌داروهای مقلـد سـمپاتیک این دارو بااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ درمان با محرکهای گیرنده بتادوآدرنرژیک ممکن است باعث کاهش شدیدپتاسیم سرم شود. این اثر در نتیجه‌مصرف همزمان با تئوفیلین کورتیکوستروئیدها، داروهای مدر وبوسیله هیپوکسی ممکن است تشدید شود.

عوارض جانبی لرزش خفیف (معمولا دردسـتها)، فشارعصبی سـردرد، گشادی‌عروق محیطی تپش قلب تاکیکاردی بندرت دردهای عضلانی کاهش پتاسیم‌سرم متعاقب تجویز مقادیر زیاد،واکنش‌های حساسیت بیش از حد شامل‌اسپاسم برونشیال پارادوکسیمال کهیر وآنژیوادم از عوارض جانبی دارو هستند.

تـداخل‌های دارویی تجویز مقادیر زیادتربوتالین قبل یا انـدکی پس از بیهوشـی باکلروفرم یا هالوتان ممکن است خطرآریتمی شدید بطنی را بویژه نزد اشـخاص‌با سابقه بیماری قلبی افزایش دهـد. مصـرف‌همزمان داروهای ضدافسـردگی سه‌حلقه‌ای یا مهارکننده‌های مونوآمین‌اکسـیداز (MAO) بـا سالبوتـامول ممکـن است‌بـاعث تشدیـد اثر دارو بر سیســتم عروقی‌شــود. مصــرف همزمــان با گلیکوزیـدهای‌دیژیتال ممکن است خطر آریتمی قلبی راافزایش دهـد. مصـرف همزمـان بـا مسددهای‌گیرنـده بتـا ممکن است بـا اثر گشادکنندگی‌برونش دارو مقابله نماید.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان ۲/۵ میلی‌گرم از دارو سه باردر روز، به‌مدت ۲ـ۱ هفته تا حداکثر ۵میلی‌گرم سه بار در روز، تجویز می‌شود.

کودکـان تاسن هفت سالگی مقـدار۷۵mcg/kg سـه بـار در روز و برای کودکـان۱۵ـ۷ سـال ۲/۵ میلی‌گرم ۳ـ۲ بـار در روزتجویز می‌گردد.

تزریقی

بزرگسالان مقدار ۵۰۰ ـ۲۵۰ میکروگرم‌تاحداکثر چهاربار در روز بصورت‌زیرجلدی داخل عضلانی یا آهسته وریدی‌تزریق می‌شود.

بعلاوه مقدار

۵ mcg/min ـ ۱/۵ از محلول ۵mcg/ml ـ ۳دارو به‌مدت ۱۰ـ۸ ساعت بصورت مداوم‌انفوزیون می‌گردد.

کودکان مقدار ۱۰ mcg/kg تا حداکثر ۳۰۰میکروگرم برای کودکان ۱۵ـ۲ سال تجویزمی‌گردد. در صورت لزوم انفوزیون‌مـداوم مقدار دارو باید کاهش یابد.

اشکال دارویی

Injection: ۵۰۰ mcg/ml

Tablet: ۵mg

THEOPHYLLINE

موارد مصرف تئوفیلین برای درمان انسدادبرگشت‌پذیر راههای تنفسی و آسم حادمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: تئوفیلین از طریق

افزایش cAMP داخل سلولی به‌طور مستقیم‌سبب شل‌شدن عضلات صاف راههای‌تنفسی نایژه‌ای و عروق ریوی شده وموجب کاهش اسپاسم نایژه و افزایش‌سرعت جریان هوا و ظرفیت حیاتی‌می‌شود.

فارماکوکینتیک معمولا از راه خوراکی‌بخوبی جذب می‌شود، اما جذب برحسب‌شکل دارویی مورداستفاده ممکن است‌متغیر باشد. جذب قرص‌هایی که در روده‌باز می‌شوند با تاخیر بوده و احتمالا متغیراست تئوفیلین بسرعت در بافتهای بدن ومایع مغزی ـ نخاعی توزیع می‌شود وبراحتی از جفت عبور می‌کند. پیوندپروتئینی تئوفیلین متوسط (۴۰ درصد)بوده و به آلبومین متصل می‌شود.متابولیسم دارو کبدی است و به کافئین‌تبدیل می‌شود. میانگین نیمه عمر حذف‌تئوفیلین در کودکان ۳/۴ ساعت بزرگسالان ۸/۲ ساعت و افراد مسن ۹/۸ساعت می‌باشد. زمان لازم برای رسیدن به‌اوج غلظت سرمی دارو بامصرف قرص‌معمولی ۲ـ۱ ساعت و بامصرف قرصهای‌پیوسته رهش تقریب ?۴ ساعت می‌باشد. دراغلب افراد غلظت پلاسمایی ۲۰ mg/L ـ۱۰برای کسب اثر رضایت‌بخش گشادکننده‌نایژه‌ای لازم است عوارض جانبی درغلظتهای بالاتر از ۴۰ mg/L ـ۳۰ بروزمی‌کند لیکن ممکن است بامقادیر کمتر از ۲۰ mg/L نیز مشاهده شود.

هشدارها: در صورت وجود خیز حادریوی ناتوانی احتقانی قلب تب پایدار،بیماریهای کبدی زخم معده پرکاری‌تیروئید یا سپسیس و اختلالات صرعی‌باید با احتیاط تجویز شود.

عوارض جانبی تاکیکاردی تپش قلب تهوع اختلالات دستگاه گوارش سردرد،فراموشی آریتمی و تشنجات بویژه درصورت تزریق سریع داخل وریدی ممکن‌است مشاهده شود.

تداخل‌های دارویی تجویز همزمان‌سایمتیدین سیپروفلوکساسین اریترومایسین داروهای ضدبارداری‌خوراکی پروپرانولول و تیابندازول باتئوفیلین احتمالاـ باعث افزایش غلظت آن‌می‌شود. تجویز همزمان فنی‌توئین کاربامازپین باربیتوراتها و ریفامپیسین باتئوفیلین و کشیدن سیگار یا تنباکو، احتمالاباعث کاهش غلظت آن بواسطه تحریک‌متابولیسم می‌شود. تجویز همزمان‌مسددهای گیرنده بتاآدرنرژیک ممکن‌است اثرات گشادکنندگی نایژه‌ای تئوفیلین‌را مهار کند. مصرف همزمان تئوفیلین باکتامین ممکن است آستانه حملات صرع راکاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دوره درمان کامل وهیچ یک از نوبتهای مصرف دارو فراموش‌نگردد.

۲ ـ از جویدن و خردکردن اشکال دارویی‌پیوسته رهش خودداری شود.

۳ ـ دارو بامعده خالی و یک لیوان آب‌مصرف شود تاجذب آن سریعتر انجام‌گیرد. در صورت بروز تحریک گوارشی دارو با غذا یا بلافاصله پس از آن مصرف‌شود.

۴ ـ تئوفیلین از جفت عبور می‌کند، لذا درصورت مصرف طی سه ماهه سوم‌بارداری سطح خونی آن باید مکرر?اندازه‌گیری شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان در ابتدا درمان بامقدار ۳۰۰ mg/day از دارو شروع می‌شود و درصورت تحمل بیمار، پس از سه روز به mg/day ۴۰۰ قابل افزایش است افزایش‌مجدد مقدار دارو در صورت تحمل بیمارپس از سه روز دیگر به ۶۰۰ mg/day، بدون‌اینکه به‌اندازه‌گیری غلظت پلاسمایی نیازباشد، امکانپذیر است مقدار مصرف‌روزانه معمولا در ۴ـ۳ مقدار منقسم هر ۸ ـ۶ساعت تجویز می‌شود.

کودکان برای کودکانی که وزن بدنشان‌کمتر از ۴۵ کیلوگرم می‌باشد، مقدار

۱۴mg/kgـ۱۲، تا حداکثر ۳۰۰mg/day، درمقادیر منقسم تجویز می‌شود. در صورت‌تحمل بیمار، مقدار دارو را می‌توان پس ازسه روز به ۱۶mg/kg، تاحداکثر ۴۰۰mg/day، افزایش داد. افزایش مجددمقدار دارو، مشروط به‌تحمل بیمار، پس ازسه روز دیگر به ۲۰ mg/kg تا حداکثر ۶۰۰mg/day، در ۶ـ۴ مقدار منقسم (هر ۶ـ۴ساعت ، ممکن می‌باشد.

در صورت تجویز طولانی مدت مقدار۶۰۰mg/day یا بیشتر از دارو به‌کودکان یابزرگسالان سنجش غلظت سرمی‌تئوفیلین و ارزیابی پاسخ بیمار به‌آن برای‌دستیابی به‌غلظت مناسب درمانی وبه‌حداقل رسانیدن عوارض سمی داروتوصیه می‌شود.

اشکال دارویی

Retard Tablet: ۲۰۰ mg

Tablet: ۲۰۰ mg

THEOPHYLLINE–G

موارد مصرف تئوفیلین جی برای جلوگیری‌یا تخفیف بروز علایم آسم نایژه‌ای واسپاسم برگشت‌پذیر نایژه همراه بابرونشیت مزمن و آمفیزم ریوی بکارمی‌رود.

مکانیسم اثر: تئوفیلین از طریق افزایشcAMP داخل سلولی به‌طور مستقیم سبب‌شل‌شدن عضلات صاف راههای تنفسی وعروق ریوی شده و موجب کاهش اسپاسم‌نایژه و افزایش سرعت جریان هوا و ظرفیت‌حیاتی می‌شود. به‌نظر می‌رسد که اثرخلط‌آوری گایافنزین بواسطه افزایش حجمو کاهش چسبندگی ترشحات تراشه وبرونش‌ها اعمال می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ مقدار مصرف تئوفیلین را بایدبرای هر فرد بطور جداگانه تنظیم نمود وغلظت سرمی دارو، بویژه در درمان‌طولانی مدت پیگیری شود.

۲ ـ بیماران سالخورده نوزادان یا بیماران‌مبتلا به‌نارسایی احتقانی قلب انسدادمزمن ریوی بیماریهای قلبی ـ ریوی عفونتهای ویروسی و تب‌زای تنفسی یاعیب کار کبد، ممکن است به‌دلیل کاهش‌کلیرانس تئوفیلین به‌مقادیر کمتری از دارونیاز داشته باشند.

۳ ـ بیماران سیگاری بدلیل احتمال افزایش‌متابولیسم تئوفیلین ممکن است به‌مقادیربیشتری از دارو نیاز داشته باشند.

عوارض جانبی تاکیکاردی تپش قلب تهوع اختلالات گوارشی سردرد، بی‌خوابی آریتمی و تشنج با مصرف تئوفیلین‌گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو باید با معده‌خالی همراه با یک لیوان آب مصرف گرددتا جذب آن تسریع شود.

۲ ـ در صورت بروز تحریک گوارشی دارو همراه باغذا یا بلافاصله پس از آن‌مصرف شود.

۳ ـ طی درمان بااین دارو، از مصرف‌مقادیر زیاد فرآورده‌ها یا نوشابه‌های‌حاوی گزانتین اجتناب گردد و در صورت‌بروز نشانه‌های آنفلونزا، تب یا اسهال‌بلافاصله به‌پزشک اطلاع داده شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان بعنوان گشادکننده نایژه دردرمان حمله حاد برای بیمارانی که اخیر?فرآورده‌های حاوی تئوفیلین مصرف‌نکرده‌اند، مقدار حمله‌ای ۶mg/kg ـ ۵ مصرف‌می‌شود. در درمان طولانی مدت ابتدا۸ـ۶mg/kg (تا حداکثر ۴۰۰ میلی گرم در۴ـ۳ مقدار منقسم (هر ۸ـ۶ ساعت مصرف‌می‌شود. در صورت تحمل دارو، مقدارمصرف ممکن است هر ۳ـ۲ روز بمیزان ۲۵درصد (تا حداکثر ۱۳mg/kg یا۹۰۰mg/day، هر کدام که کمتر باشد)افزایش یابد.

کودکان بعنوان گشادکننده نایژه

برای درمان حمله حاد کودکان تا

سن ۱۶ سالگی که اخیر ?فرآورده‌های‌حاوی تئوفیلین مصرف نکرده‌اند، مقدارحمله‌ای ۶mg/kg ـ ۵ مصرف می‌شود. مقدارنگهدارنده براساس سن کودکان بمیزان ۰/۰۷ـ۳mg/kg هر ۸ـ۶ ساعت مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

+ Syrup: (Theophylline ۵۰ mg

Guaifenesine ۹۰ mg)/۵ml

AMINO ACID

موارد مصرف این فرآورده در پیشگیری ازدفع ازت یا درمان تعادل منفی آن (درمواردی که تغذیه از راه خوراکی مقدورنباشد، در اختلال جذب معدی ـ روده‌ای‌پروتئین و در موارد نیاز شدید به‌پروتئین و از راه ورید مرکزی همراه با دکستروزهیپرتونیک در بیماران مبتلا به فقر غذایی‌شدید یا در موارد نیاز دراز مدت به تغذیه‌تزریقی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: اسیدهای آمینه تولید

پروتئین مورد نیاز برای تشکیل اجزای‌ساختمانی بدن را افزایش میزان تجزیه‌پروتئین را کاهش و التیام زخم را نیزتسریع می‌کنند.

موارد منع مصرف این فرآورده در بیماران‌مبتلا به نارسایی شدید کلیوی امراض‌شدید کبدی آنسفالوپاتی یا اغمای کبدی وزیادی آمونیاک خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ کاربرد این فرآورده درصورت وجود عیب کار کبد ممکن است‌سبب برهم خوردن تعادل اسیدهای آمینه آلکالوز متابولیک ازتمی پیش کلیوی زیادی آمونیاک خون بیحسی و اغماء‌گردد.

۲ ـ انفوزیون خیلی سریع مخلوط اسیدآمینه ـ کربوهیدرات ممکن است موجب‌بروز زیادی قندخون وجود گلوکز درادرار و سندرم هیپراسمولار گردد.

۳ ـ در صورتی که مقدار BUN از حدطبیعی بعد از مصرف غذا بیشتر شد، بایدانفوزیون را قطع نمود.

۴ ـ در بیماران مبتلا به نارسایی قلب ازتحمیل باراضافی برگردش خون بایدخودداری نمود.

عوارض جانبی فلبیت و ترومبوز ممکن‌است در محل تزریق یا در طول رگ پیش‌آید. تهوع تب و برافروختگی پوست وبندرت سرگیجه عرق مفرط، بثورات‌پاپولار، اسیدوز و آلکالوزمتابولیک کمی‌فسفات و کلسیم خون پوکی استخوان وجود گلوکز در ادرار، دیورز اسموتیک ازدست رفتن آب بدن زیادی حجم خون کمی واجهشی قندخون کمی یا زیادی‌ویتامین‌ها و زیادی آمونیاک خون و عدم‌تعادل الکترولیت بامصرف این فرآورده گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان این‌فرآورده با تتراسیکلین باعث کاهش اثرآمینواسید می‌شود. این دارو را نباید بطورهمزمان و همراه با خون انفوزیون نمود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ بمنظور تزریق درورید محیطی محلول آمینواسید را بایدبامحلول رقیق دکستروز (۵ یا ۱۰ درصد)مخلوط نمود و همراه امولسیون چربی‌بکار برد.

مقدار مصرف به‌منظور حفظ پروتئین۱/۷ g/kg/day_۱ همراه با الکترولیت‌ها ازراه ورید محیطی تزریق می‌گردد. درصورت نیاز به تزریق در ورید مرکزی معمولا نیم لیتر از محلول آمینواسید و نیم‌لیتر محلول تزریقی دکستروز ۵۰ درصد باالکترولیت‌ها و ویتامین‌ها در مدت ۸ ساعت‌تجویز می‌شود. سرعت انفوزیون وریدی‌حدود ۲ ml/min می‌باشد.

اشکال دارویی

۱۰٪،۵٪Infusion

g--Acetic acid ۵.۲۹۷

gAcetyltyrosine ۰.۴۳--

g۶.۵۸ gAlanine ۱۵

gAminoacetic acid ۳.۹۵--

g۴.۶۰ gArginine ۱۲

gAsparagine ۱.۸۶--

gAspartic acid ۰.۶۵--

۰.۳۶gCysteine--

gGlutamic acid ۲.۳۰--

g--Glycine ۱۴

g۲.۶۰ gHistidine ۳.۰

۵.۰g۲.۵۵ gIsoleucine

g۴.۴۵ gLeucine ۷.۴

g۳.۵۰ gLysine ۶.۶

g۱.۹۰ gMethionine ۴.۳

gOrnithine ۱.۶۰--

g۲.۵۵ gPhenylalanine ۵.۱

g۴.۴۵ gProline ۱۵

gSerine ۱.۲۰--

g۲.۰۵ gThreonine ۴.۴

g--Total nitrogen ۱۶.۴

g۰.۹۰ gTryptophane ۲.۰

gTyrosine ۰.۳۰--

g۲.۴۰ gValine ۶.۲

(۱۰۰۰ml۱۰۰۰mlWater(Q.S. to

ARGININE HCl

موارد مصرف آرژنین بصورت تزریق‌وریدی برای تحریک آزادسازی هورمون‌رشد از هیپوفیز و همچنین بعنوان کمک‌تشخیصی در مواردی نظیر کم کاری‌هیپوفیز، عمل برداشتن هیپوفیز، کوتولگی‌بامنشاء هیپوفیزی و آکرومگالی مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: انفوزیون وریدی این دارواغلب موجب افزایش بارز سطح پلاسمایی‌هورمون رشد در افرادی می‌شود که‌عملکرد هیپوفیز آنها طبیعی است

موارد منع مصرف این دارو در بیمارانی که‌احتمال بروز واکنش‌های آلرژیک در آنان‌زیاد است نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ آرژینین یک داروی‌تشخیصی است و نباید برای مقاصددرمانی بکار رود.

۲ ـ احتمال بروز تحریک و برافروختگی‌موضعی تهوع یا استفراغ با انفوزیون‌سریع وریدی دارو وجود دارد.

۳ ـ در بیماران مبتلا به‌اختلالات‌الکترولیتی مصرف دارو باید بااحتیاطصورت گیرد.

۴ ـ تجویز مقادیر ناکافی یا طولانی کردن‌دوره انفوزیون ممکن است باعث کاهش‌تحریک هیپوفیز و بی‌اعتبارشدن آزمون گردد.

عوارض جانبی تهوع سردرد، استفراغ برافروختگی بیحسی و تحریک موضعی‌وریدی و بندرت کاهش پلاکت‌های خون وواکنشهای آلرژیک با مصرف این داروگزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ هنگام انفوزیون این‌دارو، یک داروی ضد هیستامینی مناسب‌باید در دسترس باشد.

۲ ـ آزمون باید صبح و پس از خواب طبیعی‌شبانه انجام شود و در هنگام آزمون بیماربابد ناشتا باشد.

مقدار مصرف

بزرگسالان مقدار ۳۰۰ میلی‌لیتر از محلول ۱۰ درصد تزریق وریدی می‌شود.

کودکان مقدار ۵ ml/kg از محلول ۱۰درصد تزریق وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection

BETACAROTENE

موارد مصرف بتاکاروتن بمنظور کاهش‌شدت واکنش‌های حساسیت به نور دربیماران مبتلا به پروتوپورفیری‌اریتروپویتیک مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: بتاکاروتن یک کاروتنوئید وپیش ساز ویتامین A است

عوارض جانبی شل شدن مدفوع و زردرنگ‌شدن پوست از عوارض جانبی دارو است

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو ترجیح ?بایدهمراه باغذا مصرف شود.

۲ ـ معمولا ۶ـ۲ هفته درمان با بتاکاروتن‌لازم است تا حداکثر زمانی که بیمارمی‌تواند در معرض نور خورشید قرارگیرد، مشخص گردد.

مقدار مصرف

در بزرگسالان ۳۰۰mg/day ـ ۳۰ و درکودکان ۱۵۰mg/day‌ـ۳۰ در یک نوبت یا درمقادیر منقسم براساس شدت بیماری‌مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۳۰ mg

CALCIUMPANTOTHENATE

موارد مصرف کلسیم پانتوتنات برای‌پیشگیری و درمان کمبود این ویتامین بکارمی‌رود.

مکانیسم اثر: اسید پانتوتنیک پیش‌سازکوآنزیم A است و برای اعمال متابولیک‌مختلف مانند متابولیسم کربوهیدراتها،پروتئین‌ها و چربی‌ها ضروری است این‌ویتامین در ساخت استروئیدها،پورفیرین‌ها، استیل کولین و سایر مواداستفاده می‌شود.

فارماکوکینتیک ویتامین‌های گروه Bبسهولت از مجرای گوارش جذب می‌شوند(حتی در سندرمهای سؤجذب . اسیدپانتوتنیک عمدت ?بصورت کوآنزیم دربافتهای بدن توزیع می‌شود. بیشترین غلظت‌در کبد، غدد فوق کلیوی قلب و کلیه‌ها یافت‌می‌شود. اسید پانتوتنیک متابولیزه‌نمی‌شود. این دارو بمیزان ۷۰ درصدبه‌صورت تغییر نیافته از طریق ادرار و

۳۰ درصد از طریق مدفوع دفع می‌شود.

نکات قابل توصیه از آنجا که کمبودویتامین‌های B به‌تنهایی شایع نیست معمولا ترکیبی از این ویتامینها مورداستفاده قرار می گیرد.

مقدار مصرف بر اساس نیاز بیمار تا ۱۰۰ mg/day مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg

CALCIUM SUPPLEMENTS

موارد مصـرف کلسـیم تزریقی برای درمان‌کمی کلسـیم خون در بیماریهائی که نیازبه‌افزایش سریع غلظت یون کلسیم در سرم‌دارند، مانند تتانی ناشـی از کمی کلسـیم‌خون در نوزادان تتانی ناشـی از کمبودهورمون پاراتیروئید، تتانی ناشی از کمی‌کلسیم خون به‌علت نیش حشـرات یاواکنش‌هـای حساسـیتی نشانه‌هـای حاددردهـای کولیـک ناشـی از مسـمومیت باسـرب کمبود ویتامین Dو آلکالوز، بمنظـورتنظیم الکـترولیت در احیـای قلبی بـویژه پس‌از عمـل جراحی قلـب بـاز، بمنظـور تقویت‌قــدرت انقباضــی میوکـارد پس از خاتمه‌فیبریلاسـیون دهلیزی و بطنی یا زمانی که‌پاسـخ کافی به اپی‌نفرین تزریقی وجودندارد، بمنظور کاهش یا برطرف نمودن‌اثرات مضـعف قلبی ناشـی از زیـادی پتاسیم‌خون و همچنین بعنوان پـادزهر در درمان‌مسـمومیت بـا منیزیم مصـرف می‌شود.فرآورده‌هـای خوراکی حاوی کلسـیم‌بمنظور جبران کمی کلسیم در بیماریهایی‌مانند کم کاری مزمن پاراتیروئید، نرمی‌استخوان راشی‌تیسم و کمی ثـانویه کلسیم‌خون پس از مصـرف داروهـای ضدتشنج‌مصـرف می‌شونـد. اگر کمی مزمن کلسـیم‌خون ناشـی از کمبود ویتـامین D باشـد،املاح کلسـیم خوراکی ممکن است همزمان‌با مشـتقات ویتامین Dمصـرف شوند. املاح‌خوراکی کلسـیم بعنوان مکمل غذائی درافرادی که مقادیر کافی کلسـیم دریافت‌نمی‌کنند و همچنین بعنوان داروی کمکی‌برای پیشـگیری و درمان پوکی استخوان‌مصـرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: کلسیم برای عملکرد صحیح‌دستگاه عصبی عضلانی و اسکلتی‌ضروری است کلسیم در عملکرد طبیعی‌قلب کلیه تنفس انعقـاد خون و نفوذپـذیری‌مویرگها و غشـاء سـلولی نقش مهمی را ایفامی‌کنـد. کلسـیم همچنین به‌تنظیم آزادسـازی وذخیره ناقلهـای عصبی و هورمونها، برداشت‌و اتصال اسیدهای آمینه جذب ویتامین B۱۲و ترشح گاسترین کمک می‌کند.

فارماکوکینتیـک تقریب ?۳۰ ـ ۲۰ درصدکلسـیم در روده کوچـک جـذب می‌شـود. که‌ایـن امر به‌حضـور متابولیتهـای ویتـامین D، pHروده و فاکتورهای رژیم غذائی مانندپیوند کلسیم به فیتاتها و فیبرها بستگی‌دارد. جذب کلسیم در صورت وجود کمبودکلسیم یا در بیمـارانی که رژیم‌غـذایی باکلسـیم کم دریـافت می‌کننـد، افزایش یـافته ودر بیمـاران مبتلاـ به‌فقـدان یا کمبود اسـیدمعده کاهش می‌یابد. پیوند کلسیم به‌پروتئین پلاسـما تقریب ?۴۵ درصـد است ۲۰درصـد کلسـیم از راه کلیه و ۸۰ درصـد آن ازراه مـدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصـرف فرآورده‌های حاوی‌کلسـیم در زیادی اولیه یا ثانویه کلسـیم‌خون افزایش کلسـیم ادرار، سنگهای‌کلسـیمی در کلیه سارکوئیدوز ومسمومیت با دیژیتال نباید مصرف شود.

هشدارها: فرآورده‌های حاوی کلسیم درموارد دهیدراسیون یا عدم تعادل سایرالکترولیتها، سابقه سنگهای کلیوی عیب‌مزمن کار کلیه عیب کار قلب وفیبریلاسیون بطنی در طول احیای قلب بااحتیاط مصرف شوند.

عــوارض جــانبی اختلالــت خفیــف گوارشی‌بامصــرف خــوراکی و برادیکــاردی آریتمی‌و تحریــک پس از تزریـق وریــدی از عوارض‌جـانبی مهم املاـح کلسـیم می‌باشـند. کاهش‌فشـارخون برافروختگی یـا احسـاس گرما،ضـربان نامنظم قلب تهوع یا اسـتفراغ قرمزی پوست درد یا سوزش در محل‌تزریق تعریق گزگز و کاهش فشارخون باتزریق املاح کلسیم گزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصـرف همزمان سایرفرآورده‌های حاوی کلسیم با این داروهاممکن است سبب افزایش غلظت کلسیم سرم بویژه در بیمـاران مبتلاـ به‌عیب کار کلیه شود.مصـرف همزمان املاح تزریقی کلسـیم بادیگوکسـین ممکن است خطر بروز آریتمی‌قلبی را

افزایش دهد. املاح تزریقی کلسیم‌ممکن است اثرات سولفات منیزیم تزریقی راخنثی نمایند. همچنین در صورت مخلوطنمودن ملح کلسیم با سولفات منیزیم امکان‌رسوب سولفات کلسیم وجود دارد. فراهمی‌زیستی فنی توئین و کلسیم بعلت تشکیل‌تشکیل احتمالی یک کمپلکس غیرقابل جذب کاهش می‌یابد. جذب تتراسیکلین‌های‌خوراکی بعلت تشکیل کمپلکس‌های غیرقابل‌جذب و افزایش pHداخل معده ممکن است‌کاهش یابد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ قرصها باید ۱/۵ـ۱ساعت پس از غذا مصرف شوند.

۲ ـ در صورت امکان از مصرف این داروهاطی ۲ـ۱ ساعت پس از مصرف سایرداروهای خوراکی باید خودداری شود.

۳ ـ از مصرف همزمان سایر فرآورده‌های‌حاوی کلسیم فسفات منیزیم یا ویتامین Dباید خودداری شود.

۴ ـ از مصرف همزمان فرآورده‌های‌خوراکی این داروها با موادغذایی حاوی‌فیبر و غلات باید خودداری شود.

۵ ـ بمنظور تامین نیاز روزانه به کلسیم رژیم‌غذایی مناسب بر مصرف فرآورده‌های‌حاوی کلسیم ترجیح داده شود.

۶ ـ در صورت نیاز، مصرف ویتامین Dبمیزان کافی و قرارگرفتن در معرض نورخورشید بمنظور افزایش جذب کلسیم‌توصیه می‌شود.

۷ ـ بمنظور جلوگیری از افزایش غلظت‌کلسیم در خون و ایست قلبی دارو باید به‌آهستگی تزریق وریدی شود.

۸ ـ بروز عوارض جانبی اغلب بعلت تزریق‌سریع وریدی است با ظهور اختلالات دردالکتروکاردیوگرام و اظهار ناراحتی ازسوی بیمار، تزریق دارو باید بطور موقت‌قطع شود و پس از طبیعی شدن امواج ورفع ناراحتی بیمار، ادامه یابد.

مقدار مصرف

مقدار مصرف مجاز کلسیم در روزبه‌ترتیب زیر می‌باشد:

شیرخواران و کودکان باسن کمتر از ۳سال ۸۰۰ـ۴۰۰ میلی‌گرم کودکان بین۱۰ـ۴ سال ۸۰۰ میلی‌گرم نوجوانان وبزرگسالان ۱۲۰۰ـ۸۰۰ میلی‌گرم زنان‌باردار و شیرده ۱۲۰۰ میلی‌گرم

خوراکی

برای پیشگیری از کمی کلسیم خون از راه‌خوراکی مقادیر فوق مورد استفاده قرارمی‌گیرد. بعنوان درمان کمی کلسیم خون مقدار مصرف براساس شدت کمبودکلسیم در هر بیمار توسط پزشک بایدتعیین شود.

تزریقی

برای پیشگیری از کمی کلسیم خون مقدارمصرف براساس نیاز بیمار تعیین وانفوزیون وریدی می‌شود. در درمان کمی‌کلسیم خون و تامین الکترولیت حدود ۱گرم گلوکونات کلسیم بطور آهسته وباسرعت حداکثر تا ۵ میلی‌لیتر در دقیقه‌تزریق وریدی می‌شود و در صورت نیاز،تا زمانی که تتانی کنترل شود، مصرف آنرا می‌توان تکرار نمود.

بعنوان پائین‌آورنده پتاسیم یا منیزیم‌خون مقدار ۲ـ۱ گرم بطور آهسته و باسرعت حداکثر تا ۵ میلی‌لیتر در دقیقه‌تزریق وریدی می‌شود. در طول درمان مقدار مصرف دارو باید براساس پیگیری‌منظم وضعیت بیمار توسطالکتروکاردیوگرام تنظیم شود.

اشکال دارویی

Effervescent Tablet: ۱۵۰۰ mg Ca۲+

Injection: ۱۰٪

Tablet: Calcium ۵۰۰ mg + Vit D ۲۰۰ IU

DEXTROSE

موارد مصرف محلولهای ۵ و ۱۰ درصددکستروز از طریق انفوزیون وریدی محیطی‌برای تامین کالری در مواردی که درمان‌جانشینی مایع و کالری لازم است مصرف‌می‌شوند. محلولهای ۲۰ درصد دکستروز درمواردی که تامین کالری کافی در حداقل‌حجم آب ضروری باشد، مصرف می‌شود.محلولهای ۵۰ درصد دکستروز در درمان‌کمی قند خون ناشی از مصرف مقدار زیادانسولین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: محلولهای تزریقی دکستروزبعنوان منبع کالری و مایعات مصرف‌می‌شوند (هر گرم گلوکز مونوهیدرات ۳/۴کالری انرژی آزاد می‌کند). دکستروزتزریقی ممکن است دیورز ایجاد کند. این‌ماده براحتی متابولیزه می‌شود و ممکن‌است از دست رفتن پروتئین و نیتروژن راکاهش داده و تشکیل گلیکوژن را تسریع‌نماید.

فارماکوکینتیک گلوگز تزریقی براحتی‌متابولیزه می‌شود و در اثر اکسیداسیون‌به‌آب و دی‌اکسیدکربن تبدیل می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ محلولهای دکستروز درصورت وجود دیابت بدون علایم بالینی یاآشکار یا عدم تحمل کربوهیدراتها وهمچنین در نوزادان مادران مبتلا به دیابت باید با احتیاط مصرف شوند.

۲ ـ محلولهای هیپرتونیک دکستروز ممکن‌است در صورت مصرف از راه انفوزیون‌وریدی محیطی موجب بروز ترومبوزشوند. بنابراین این محلولها باید از طریق‌کاتتر به‌آهستگی در وریدهای مرکزی‌تزریق شوند.

عوارض جانبی واکنش‌های تب‌زا، عفونت‌در محل تزریق نکروز بافتی ترومبوزوریدی یا فلبیت اغتشاش شعور یا عدم‌هوشیاری و تحریک ورید با مصرف این‌دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ وضعیت بیمار از نظرتعادل مایع و غلظت الکترولیتها و تعادل‌اسید و باز باید پیگیری شود.

۲ ـ محلول دکستروز را باید طوری تزریق‌نمود که دارو به بافتهای اطراف رگ نشت‌نکند.

۳ ـ محلولهای غلیظ دکستروز را نبایدبصورت عضلانی یا زیرجلدی تزریق نمود.

مقدار مصرف

بزرگسالان بمقدار ۲۵ـ۱۰ گرم از محلول ۲۰ درصد در هر نوبت تزریق می‌شود.حداکثر سرعتی که می‌توان دکستروز راانفوزیون نمود، بدون آنکه قند در ادرارديده شود، ۰/۵ g/kg/hr است

کودکان در کودکان بمنظور کنترل علائم‌حاد کمی قند خون ۵۰۰ mg/kg ـ ۲۵۰ ازمحلول ۲۰ درصد تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion Soultion: ۱۰٪, ۲۰٪, ۵۰٪

Infusion Soultion: ۳.۳۳٪ in NaCl ۰.۳٪Infusion Soultion: ۵٪ in NaCl ۰.۴۵٪Infusion Soultion: ۵٪ in NaCl ۰.۹٪

DEXTROSE AND ETHANOL

موارد مصرف این ترکیب برای افزایش‌مقدار کالری دریافت شده و تامین مایعات‌بدن مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده منبع تامین‌کربوهیدرات ـ کالری است و سطح گلوگزخون را بهبود می‌بخشد. هر میلی‌لیتر ازالکل ۵/۶ کالری و هر گرم دکستروز ۳/۴کالری انرژی تولید می‌نماید.

فارماکوکینتیک اتیل الکل باسرعت

۲۰ ml/hr ـ۱۰ متابولیزه می‌شود. اگرسرعت انفوزیون بیش از سرعت‌متابولیسم باشد، اثر تسکین بخش الکل‌ظاهر می‌شود. الکل عمدت ?در کبد به استات‌یا استالدئید متابولیزه می‌شود.

موارد منع مصرف این ترکیب در افراد مبتلابه صرع عفونت مجاری ادرار، الکلیسم واغمای دیابتی نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این ترکیب در موارد عیب کارکبد، شوک بعد از جراحی جمجمه خونریزی‌بعد از زایمان یا احتمال بروز آن و عیب بارزکار کلیه باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ تزریق وریدی این محلول ممکن است‌منجر به‌افزایش مایعات بدن و در نتیجه کاهش غلظت الکترولیتهای سرم زیادی آب‌بدن حالتهای احتقانی یا خیز ریوی شود.

۳ ـ در صورت بروز مسمومیت ناشی ازالکل یا حالت تسکین باید سرعت انفوزیون‌را کاهش داد یا انفوزیون را بطور موقت‌قطع کرد.

عوارض جانبی تب عفونت در محل تزریق ترومبوز یا فلبیت وریدی نشت محلول به‌بافتهای اطراف رگ و افزایش حجم خون بامصرف این محلول گزارش شده است باتزریق سریع به علت مسمومیت ناشی ازالکل سرگیجه برافروختگی عدم درک‌زمان مکان و ارتباطهای فردی یا تسکین‌نیز ممکن است بروز نماید.

تداخل‌های دارویی در صورت مصرف‌همزمان این فرآورده با باربیتوراتها،بنزودیازپین‌ها، متوکلوپرامید وفنوتیازین‌ها ضعف CNSناشی از این‌داروها تشدید خواهد شد. اثرات‌فارماکولوژیک انسولین در صورت‌مصرف همزمان با این فرآورده ممکن‌است افزایش یابد و منجر به‌بروز کمی‌قندخون گردد. سایمتیدین ممکن است‌غلظت پلاسمایی اتانل را افزایش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ وضعیت بیمار از نظرتعادل مایع و غلظت الکترولیتها و تعادل‌اسید و باز باید پیگیری شود.

۲ ـ محلول باید به‌آهستگی تزریق گردد وبیمار باید از نظر بروز بیقراری یاخواب‌آلودگی تحت نظر قرار گیرد.

۳ ـ هنگام تزریق باید دقت نمود تا داروبه‌بافتهای اطراف رگ نشت نکند.

مقدار مصرف

بزرگسالان میزان ۲ـ۱ لیتر در ۲۴ ساعت‌تزریق می‌شود. معمولاـ بزرگسالان قادر به‌متابولیزه کردن ۱۰ میلی‌لیتر الکل درساعت می‌باشند.

کودکان بسته به وزن کودک و پاسخ‌بالینی تا ۴۰ ml/kg یا ۱۰۰۰ـ۳۵۰ میلی‌لیتردر ۲۴ ساعت تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

(Infusion Soultion: Dextrose ۵٪ andEthanol ۵٪ (۱۰۰۰ ml

FLUORIDE

موارد مصرف فلوئور بعنوان مکمل‌رژیم‌غذایی برای پیشگیری از فساد دندان‌کودکان در نواحی که میزان فلوئور آب‌آشامیدنی کافی نیست مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: یون فلوئور باعث پایداری‌کریستال‌های آپاتیت استخوانها و دندان‌می‌شود. فلوراید ممکن است مانع رشد ونمو باکتری‌های ایجادکننده پلاک دندان‌شود. رسوب فلوراید روی سطح مینای‌دندان سبب افزایش مقاومت آن در مقابل‌اسید و گسترش فساد دندان می‌شود.

فارماکوکینتیک فلورایدها بسهولت و تقریب?بطور کامل از مجرای گوارش جذب‌می‌شوند. محل ذخیره این یون دراستخوانها می‌باشد. این دارو از طریق کلیه‌دفع می‌شود.

موارد منع مصرف ۱ ـ این دارو در مناطقی‌که آب آشامیدنی حاوی میزان کافی‌فلوراید است نباید مصرف شود.

۲ ـ این دارو در بیماران مبتلا به‌دردمفاصل و قرحه گوارشی و بی‌کفایتی شدیدکلیه نباید مصرف شود.

هشدارها: مصرف بیش از حد یون فلوئورطی دوره نمو دندان در کودکان ممکن‌است سبب بروز فلوئورز دندان شود.

عوارض جانبی سفیدشدن دندانها و بندرت‌ایجاد رنگ قهوه‌ای متمایل به زرد روی‌دندانها گزارش شده است

نکات قابل توصیه در صورت لک‌شدن‌دندانها، مراجعه به‌پزشک یا دندانپزشک‌ضروری است

مقدار مصرف در کودکان برای پیشگیری‌از فساددندان و همچنین بعنوان مکمل‌غذایی در مناطقی که میزان فلوراید در آب‌آشامیدنی کمتر از ۰/۷ ppm است برمبنای‌میزان فلوراید آب آشامیدنی و سن کودک‌مقدار ۱ mg/day ـ ۰/۲۵ مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱mg, ۲۰mg

Mouthwash: ۰.۲٪

FOLIC ACID

موارد مصرف اسید فولیک بمنظورپیشگیری و درمان حالات مرضی ناشی ازکمبود این ویتامین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اسید فولیک پس از تبدیل‌به‌اسید تتراهیدروفولیک برای تولید گویچه‌های قرمز، سنتز پورین وتیمیدیلات‌ها، متابولیسم اسیدهای آمینه ازقبیل گلیسین و متیونین و هیستیدین‌ضروری است

فارماکوکینتیک اسید فولیک حتی در مواردسوء جذب تقریب ?بطور کامل از مجرای‌گوارش جذب می‌شود. متابولیسم این داروکبدی است زمان لازم برای رسیدن به‌اوج‌غلظت سرمی ۶۰ـ۳۰ دقیقه است دفع اسیدفولیک کلیوی است

موارد منع مصرف ۱ ـ این دارو دربیماریهای بدخیم مگر در مواردی که‌کم‌خونی مگالوبلاستیک به‌علت کمبود فولات‌عارضه مهمی باشد، نباید مصرف شود.

۲ ـ این دارو در درمان کم‌خونی پرنیسیوزآدیسونی و سایر حالات مرضی ناشی ازکمبود ویتامین B۱۲به‌تنهایی نباید مصرف‌شود. زیرا ممکن است سبب تحلیل رفتن‌تحت حاد طناب نخاعی شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ فقط زمانی از راه‌تزریقی مصرف شود که مصرف خوراکی‌آن بدلیل مشکلاتی مانند تهوع استفراغ شرایط پیش از عمل یا بعد از عمل یاسندرمهای سوء جذب یا پس از برداشت‌قسمتی از معده امکان‌پذیر نباشد.

مقدار مصرف

خوراکی

به‌عنوان مکمل غذایی در بزرگسالان وکودکان ۰/۱ mg/day (تا ۱ mg/day دربارداری ، مصرف می‌شود که این مقدار رامی‌توان براساس نیاز بیمار تا ۱ـ۰/۵میلی گرم افزایش داد. در درمان کمبود این‌ویتامین ابتدا بعنوان مقدار شروع۱mg/day ـ ۰/۲۵ تا زمان حصول پاسخ‌هماتولوژیک مصرف می‌شود. مقدارنگهدارنده در بزرگسالان ۰/۴(۰/۸ mg/day میلی گرم دربارداری و شیردهی ، درنوزادان ۰/۱ mg/day، در کودکان تا سن ۴سال تا ۰/۳ mg/day و در کودکان باسن‌بیش از ۴ سال mg/day ۰/۴ است

تزریقی

بعنوان مکمل غذایی در درمان کمبودویتامین ۱ mg/day ـ ۰/۲۵ تا حصول پاسخ‌هماتولوژیک بصورت وریدی عضلانی یازیرجلدی عمیق تزریق می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۱ mg

Injection: ۵۰ mg/۱۰ml

HEMATINIC

موارد مصرف هماتینیک برای درمان وکنترل کم خونیهای ناشی از کمبود آهن کم‌خونی مگالوبلاستیک کم‌خونی دوران‌بارداری و کم‌خونیهای ناشی از سؤتغذیه‌مصرف می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ بعضـی از بیمـاران که به‌کم‌خونی پرنیسـیوز مبتلا هسـتند، ممکن‌است به مصـرف ویتامین B۱۲بصورت‌خوراکی پاسخ ندهند.

۲ ـ در صورت بروز علائم عدم تحمل دارو،مصرف آن باید بطور موقت یا دائم قطع‌شود.

۳ ـ اسید فولیک بامقادیر بیش از ۰/۱mg/day ممکن است علائم کم‌خونی‌پرنیسیوز را بپوشاند.

نکات قابل توصیه این دارو باید همراه باغذایا بعد از آن مصرف شود.

مقدار مصرف روزانه یک کپسول برای‌درمان و کنترل کم‌خونی بدون عواقب مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: Vit B۱۲ ۱۵ mcg + FerrousFumarate ۳۵۰ mg + Vit C ۱۵۰ mg +Folic Acid ۱ mg

FERROUS SULFATE

موارد مصرف این دارو در کم‌خونی ناشی‌از فقر آهن مصرف می‌شود.

مکـانیسم اثر: آهـن یـک عنصــر اساســی و لازم‌برای سـاخت هموگلـوبین است آهـن بمقــدارمناسب برای خونسازی و در نـتیجه تـامین‌ظرفیت انتقـال اکسـیژن خـون ضــروری اسـت ایـن عنصــر در سـاخت میوگلـوبین نیز عملی‌مشـابه به‌عهـده داشــته و همچنین به‌عنوان‌کوفاکتور چندین آنزیم اساسـی مانندسیتوکروم نقش دارد. آهن برای متابولیسم‌کاتکول‌آمین و عملکرد صحیح نوتروفیلهانیز ضروری است آهن موجود در غـذا یامکملهـای غـذایی پس از مصـرف خوراکی بشـکل آهن دو ظرفیـتی از سـلولهای مخـاطی‌عبور کرده و به ترانسفرین پیوند می‌یابد. دراین حالت آهن برای ساخت گلبولهای قرمز،به مغز استخوان منتقل می‌شود.

فارماکوکینتیـک جـذب آهـن در صـورت تخلیه‌ذخـایر آن یـا افزایش سـاخت گلبولهـای قرمزافزایش می‌یابـد. آهـن از دوازدهـه و ابتـدای‌ژژنوم جذب می‌شود. جذب آهن با شدت فقرآهن متناسب می‌باشد. جذب آهن دو ظرفیتی‌با معده خالی بیشتر است نیمه‌عمر سولفـات‌آهن ۶ سـاعت می‌باشـد. آهـن عمـدت ?درسـلولهای کبـدی و سیسـتم رتیکولوآنـدوتلیال‌ذخیره می‌شود. هیـچ نـوع مکانیسم‌فیزیولوژیک برای دفع آهن وجود ندارد.

موارد منع مصـرف سولفات آهن درهموسـیدروز، هموکروماتوز و سایرکم‌خونی‌ها (مگر اینکه همراه فقر آهن‌باشـد)، نباید مصـرف شود.

عوارض جـانبی تحریـک مجرای گوارش‌بامصـرف این دارو گزارش شـده است تهوع و درد اپی‌گاستریک وابسته به مقدارمصـرف است مصـرف آهن از راه خوراکی‌در بیماران مبتلا به بیماری التهابی روده ممکن است سـبب تشدید اسهال شود.مصرف آهن از راه خوراکی ممکن است‌سبب بروز یبوست به ویژه درسالخوردگان شود.

تـداخل‌های دارویی مصــرف همزمــان آهــن باتتراسـیکلین‌های خــوراکی ممکــن اسـت سـبب‌کاهش جــذب و اثرات درمـانی تتراسیکلین‌هاشود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو بایـد با معده‌خالی یک ساعت قبل یا دو ساعت پس ازغذا مصـرف شود، اما به‌منظور کاهش‌احتمال بروز دل آشوبه این دارو رامی‌توان همراه با غذا مصرف نمود.

۲ ـ برای جلوگیری از لکه‌دار شـدن دنـدانها وپوشاندن طعم دارو، محلول خوراکی دارو راباید همراه با آب یا آبمیوه و با اسـتفاده از نی‌مصرف نمود. هنگام مصرف قطره خوراکی قطرات دارو باید بر روی زبان ریخته شوند.

مقدار مصرف

بزرگسالاـن بمنظور پیشـگیری از کم‌خونی‌فقر آهن ۳۰۰ mg/day و در درمـان‌کم‌خونی فقر آهـن ۳۰۰ میلی‌گرم دوبـار درروز مصرف می‌شود و سپس برحسب‌نیاز و تحمل بیمار، بتدریج تا ۳۰۰ میلی‌گرم۴ بار در روز افزایش می‌یابد.

کودکان مقدار ۵ mg/kg/day بمنظورپیشـگیری از کم‌خونی فقر آهن و مقـدار۱۰ mg/kg، سه بـار در روز در درمان‌کم‌خونی مصـرف می‌شود. به‌عنوان مکمل‌غذایی مقدار مصـرف توصـیه شده عنصـرآهن در روز بین ۱۵ـ۶ میلی‌گرم و برای‌زمـان بارداری ۳۰ میلی‌گرم است

اشکال دارویی

Tablet: Eq. to ۵۰ mg Iron

Syrup: ۲۰۰ mg (۴۱ mg Iron)/۵ml

Oral Drops: ۱۲۵ mg (۲۵ mg Iron)/ml

MULTIVITAMIN

موارد مصـرف فرآورده‌هـای مولتی ویتامین‌جهت تامین ویتامین‌ها در بیمارانی که ازتغـذیه کافی برخوردار نبوده یا رژیم غـذایی‌آنها فاقـد موادغـذایی ضـروری و کافی است‌و همچنین در بیمارانی که نیاز به این موادبطور موقت در آنها افزایش یافته است ماننـد زنان باردار و در دوران شیردهی مصرف می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران دیالیزی مصرف‌مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها و املاح‌معدنی ممکن است نیاز باشد.

۲ ـ بعضـی از ویتامینهـا به‌خصوص‌ویتامین‌های A و D و بسـیاری ازموادمعدنی در مقادیر زیاد سـمی هسـتند.بنابراین مقدار مصـرف فرآورده‌های‌مولتی ویتامین باید براساس رژیم‌غذایی ونیاز بیمار تنظیم شود.

۳ ـ مقدار مصرف ویتامین A، به منظوراجتناب از هیپرویتامینوز، باید محدود شود.

مقدار مصرف روزی یک قرص یا کپسول

۵ میلی‌لیتر از شربت یا ۰/۶ میلی‌لیتر از قطره‌یا طبق دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Oral DropsSyrupEffervescentCoated Tablet

ml)(/۵ml)Tabletor Capsule/)

IU۲۵۰۰ IU۳۰۰۰ IU۵۰۰۰ IUVit A ۱۵۰۰

mg۱ mg۲ mg۱.۵ mgVit B۱ ۰.۵

IU۴۰۰ IU--۴۰۰ IUVit D ۴۰۰

mg۱.۲ mg۲.۵ mg۱.۷ mgVit B۲ ۰.۶

IU۱۵ IU۲.۵ mg۱۵ IUVit E ۵

mg۱ mg۴ mg۲ mgVit B۶ ۰.۴

mcgFolic Acid ۴۰۰------

mcg۴.۵ mcg۲ mcg۶ mcgVit B۱۲ ۱.۵

mg۱۳.۵ mg۲۰ mg۲۰ mgNicotinamide ۸

mg۶۰ mg۱۰۰ mg۶۰ mgVit C ۳۵

mg--Calcium ۸----

Pantothenate

mcg--Biotin ۳۰----

MULTIVITAMIN PLUS IRON

موارد مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین‌جهت تامین ویتامین‌ها در بیمارانی که ازتغذیه کافی برخوردار نبوده یا رژیم غذایی‌آنها فاقد موادغذایی ضروری و کافی استو همچنین در بیمارانی که نیاز به این موادبطور موقت در آنها افزایش یافته است مانند زنان باردار و در دوران شیردهی مصرف می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران دیالیزی مصرف‌مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها و املاح‌معدنی ممکن است نیاز باشد.

۲ ـ بعضی از ویتامینها بخصوص‌ویتامین‌های A و D و بسیاری از موادمعدنی‌در مقادیر زیاد سمی هستند. بنابراین مقدارمصرف فرآورده‌های مولتی‌ویتامین باید براساس رژیم غذایی و نیاز بیمار تنظیم شود.

۳ ـ مقدار مصرف ویتامین A، بمنظوراجتناب از هیپرویتامینوز، باید محدود شود.

مقدار مصرف بر حسب نیاز و طبق دستورپزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

SyrupOral Drops

(ml) (/ml/)

IU۵۰۰۰ IUVit A ۲۵۰۰

mg۰.۵ mgVit B۱ ۱.۰۵

IU۴۰۰ IUVit D ۴۰۰

mg۰.۶ mgVit B۲ ۱.۲

IU۵ IUVit E ۱۵

mg۰.۴ mgVit B۶ ۱

mg۳۵ mgVit C ۶۰

(mg۱۰ mgIron (as sulfate ۱۰

mg۸ mgNicotinamide ۱۳.۵

mcg--Vit B۱۲ ۴.۵

MULTIVITAMIN PLUS MINERAL

موارد مصرف فرآورده‌های مولتی ویتامین‌جهت تامین ویتامین‌ها در بیمارانی که
از تغذیه کافی برخوردار نبوده یارژیم‌غذایی آنها فاقد موادغذایی ضروری‌و کافی است و همچنین در بیمارانی
که نیاز به‌این مواد به‌طور موقت در
آنها افزایش یافته است (مانند زنان
باردار و در دوران شیردهی مصرف‌می‌شود.
هشدارها: ۱ ـ در بیماران دیالیزی مصرف‌مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها و املاح‌معدنی ممکن است نیاز باشد.
۲ ـ بعضی از ویتامینها به‌خصوص‌ویتامین‌های A و D و بسیاری از
مواد معدنی در مقادیر زیاد سمی
هستند. بنابراین مقدار مصرف‌فرآورده‌های مولتی ویتامین باید
براساس رژیم غذایی و نیاز بیمار تنظیم‌شود.
۳ ـ مقدار مصرف ویتامین A، به‌منظوراجتناب از هیپرویتامینوز، باید محدودشود.
مقدار مصرف روزی یک کپسول یا طبق‌دستور پزشک مصرف می‌شود.
اشکال دارویی
Capsule or Tablet: Vit A ۵۰۰۰ IU + Vit D۴۰۰ IU + Vit E ۳۰ IU + Vit B۱ ۱.۵ mg +Vit B۲ ۱.۷+ mg Nicotinamide ۲۰ mg +Vit B۶ ۲mg + Vit B۱۲ ۶mcg + Vit C ۶۰mg + Folic Acid ۰.۴ mg + Calcium ۱۲۵mg + Iodine ۱۵۰ mcg + Iron ۱۸ mg +Magnesium ۱۰۰ mg

MULTIVITAMIN THERAPEUTIC

موارد مصرف فرآورده‌های مولتی
ویتامین تراپوتیک ممکن است در
بیماران مبتلا به کمبود ویتامینها
مفید باشند. این فرآورده‌ها در حالات‌مرضی که نیاز به‌مواد غذایی و
ویتامینها افزایش می‌یابد، مانند
اعتیاد به الکل پرکاری تیروئید،
آسیب یا بیماری شدید یا در مواردی
که جذب مصرف و دفع ویتامینهاغیرطبیعی است مانند سندرم سؤجذب مصرف می‌شود.
هشدارها: ۱ ـ در بیماران دیالیزی
مصرف مقادیر بیشتری از ویتامین‌ها
و املاح‌معدنی ممکن است نیاز
باشد.
۲ ـ بعضی از ویتامینها بخصوص‌ویتامین‌های A و D و بسیاری ازموادمعدنی در مقادیر زیاد سمی
هستند. بنابراین مقدار مصرف‌فرآورده‌های مولتی ویتامین باید
براساس رژیم غذایی و نیاز بیمار تنظیم‌شود.

۳ـ مقدار مصرف ویتامین A، به‌منظوراجتناب از هیپرویتامینوز، باید محدودشود.
۴ـ فرآورده‌های مولتی‌ویتامین تراپوتیک‌نباید به‌عنوان مکمل غذایی مصرف شوند.در صورت مصرف این فرآورده‌ها،مراقبت دقیق از بیمار ضروری
است
مقدار مصرف روزی یک قرص یا یک کپسول یا طبق دستور پزشک مصرف‌می‌شود.
اشکال دارویی
Capsule: Vit A ۲۵۰۰۰ IU + Vit B۱ ۲۰mg +Vit B۲ ۵mg + Nicotinamide ۵۰mg + Vit B۶۱۰mg + Vit B۱۲ ۵mcg + Vit C ۱۵۰mg +Biotin ۰.۲۵mg + Vit D ۱۰۰۰ IU + Vit E ۱۰mg+ Folic Acid ۱mg + Dexpanthenol ۱۰mg +Ca ۱۰۰mg + Mg ۵mg + Mn ۰.۵mg + Mo۰.۱mg + Fe ۱۰mg + Zn ۰.۵mg +Phosphorous ۷۷.۵mg + Cu ۱mg

NIACINAMIDE

موارد مصرف نیاسین‌آمید برای پیشگیری‌و درمان کمبود ویتامین B۳ مصرف‌می‌شود.
فارماکوکینتیک به‌استثنای سندرم سوءجذب در سایر موارد ویتامین‌های گروه B،از جمله نیاسین‌آمید، بخوبی از مجرای گوارش جذب می‌شوند. متابولیسم این داروکبدی است و نیمه عمر آن در حدود ۴۵ دقیقه‌می‌باشد. دفع نیاسین آمید کلیوی است ومقادیر بیش از حد مورد نیاز روزانه بدون‌تغییر از طریق ادرار دفع می‌شود.
عوارض جانبی بامصرف مقادیر زیاد این‌دارو، سرگیجه یا از حال رفتن خشکی‌پوست یا چشمها، افزایش قندخون تهوع یااستفراغ قرحه گوارشی خارش پوست درد مفاصل و افزایش اوره خون گزارش‌شده است
نکات قابل توصیه از آنجا که کمبودویتامین‌های گروه B به‌تنهایی شایع نیست به‌طور معمول ترکیبی از این ویتامین‌هاتجویز می‌شود.
مقدار مصرف به‌عنوان مکمل ویتامین درپیشگیری از کمبود ویتامین مقدار مصرف‌توصیه شده در روز بصورت زیر است
شیرخواران و کودکان از بدو تولد تاسن ۳سال ۹ـ ۵ میلی‌گرم سن ۶ـ۴ سال ۱۲میلی‌گرم سن ۱۰ـ۷ سال ۱۳ میلی‌گرم پسران و مردان بالغ ۲۰ـ ۱۵ میلی‌گرم دختران و زنان بالغ ۱۵ـ۱۳ میلی‌گرم زنان‌باردار ۱۷ میلی‌گرم در دوران شیردهی ۲۰ میلی‌گرم در درمان کمبود ویتامین مقدار مصرف براساس شدت کمبود تعیین‌می‌شود.
اشکال دارویی
Tablet: ۵۰۰ mg

NICOTINIC ACID

موارد مصرف اسید نیکوتینیک (نیاسین برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامین B۳و همچنین در درمان زیادی چربی خون‌مصرف می‌شود.
فارماکوکینتیک به‌استثنای سندرم سوءجذب در سایر موارد ویتامین‌های گروه B،از جمله نیاسین به‌خوبی از مجرای گوارش جذب می‌شوند. متابولیسم این‌دارو کبدی است و نیمه عمر آن حدود ۴۵دقیقه می‌باشد. اثر دارو در کاهش غلظت‌کلسترول پس از چند روز و در کاهش‌غلظت تری‌گلیسرید پس از چند ساعت‌شروع می‌شود. دفع نیاسین کلیوی است ومقادیر بیش از نیاز روزانه بدون تغییر ازطریق ادرار دفع می‌شود.

هشدارها: این دارو در موارد خونریزی‌شریانی دیابت بیماری کبدی نقرس وقرحه گوارشی باید با احتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی برافروختگی سرگیجه سردرد، تپش قلب خارش تهوع استفراغو بندرت نقص کار کبد و بثورات جلدی‌بامصرف این دارو گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آنجا که کمبودویتامین‌های گروه B به‌تنهایی شایع نیست به‌طور معمول ترکیبی از این ویتامین‌هاتجویز می‌شود.

۲ ـ به‌عنوان پائین آورنده چربی‌خون بمنظور بررسی پیشرفت درمان مراجعه‌منظم به پزشک ضروری است

مقدار مصرف به‌عنوان مکمل ویتامین درپیشگیری از کمبود ویتامین مقدار مصرف‌روزانه به‌صورت زیر می‌باشد:

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تاسن ۳ سال ۹ـ ۵ میلی‌گرم سن ۶ـ۴ سال ۱۲میلی‌گرم سن ۱۰ـ۷ سال ۱۳ میلی‌گرم پسران و مردان بالغ ۲۰ـ ۱۵ میلی‌گرم دختران و زنان بالغ ۱۵ـ۱۳ میلی‌گرم زنان‌باردار ۱۷ میلی‌گرم و در دوران شیردهی ۲۰ میلی‌گرم

در درمان کمبود ویتامین مقدار مصرف‌براساس شدت کمبود تعیین می‌شود.به‌عنوان پائین آورنده چربی خون دربزرگسالان ابتدا ۱ گرم ۳ بار در روزمصرف می‌شود که برحسب نیاز هر ۴ـ۲هفته ۵۰۰ mg/day بمقدار مصرف اضافه‌می‌شود. بعنوان نگهدارنده ۲ـ۱ گرم ۳ باردر روز مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵ mg, ۱۰۰ mg

ORS

موارد مصرف این فرآورده برای جبران‌املاح از دست رفته در اسهال‌های متوسطو برای پیشگیری از تشدید دهیدرتاسیون‌مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک بخوبی از دستگاه گوارش‌جذب می‌شود. وجود گلوکز جذب املاح راافزایش می‌دهد.

عوارض جانبی در صورت مصرف بیش ازانـدازه ممکن است در نوزادان کمتر ازیکسال منجربه تشنج گردد. پف‌کردن پلکهاو تشنگی بیش‌ازحد نیز از عوارض جانبی‌دارو هستند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ ضمن تامین املاح وآب در کودکان مصرف غذاهای دیگرضروری است

۲ ـ محتوی پاکت ORS را در یک‌لیتر آب‌جوشیده سرد شده حل کرده و استفاده‌گردد.

۳ ـ برای جلوگیری از استفراغ در نوزادان دارو به آهستگی به آنها خورانده شود.

۴ ـ محلول ORS باید بلافاصله قبل ازمصرف تهیه شود.

مقدار مصرف در شیرخواران حداکثر یک‌لیتر در ۲۴ ساعت و در کودکان بزرگترحداکثر یک لیتر در مدت ۲۴ـ۸ ساعت بسته‌به سن بیمار تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Powder: NaCl ۳.۵ g + KCl ۱.۵ g +Trisodium Citrate ۲.۹ g + Dextrose ۲۰ g

PHOSPHATE

موارد مصرف فسفات برای جبران کمبودفسفر خون مصرف می‌شود. اسیدی شدن‌ادرار ناشی از این دارو، اثر داروهایی که‌برای بروز اثر ضدباکتری خود به‌محیطاسیدی نیاز دارند (مانند متنامین راافزایش می‌دهد. این دارو غلظت کلسیم‌ادرار را کم می‌کند و

مانع رسوب کلسیم درمجاری ادرار می‌شود.

مکانیسم اثر: در توبول دیستال کلیوی هیدروژن ترشح شده در سلول توبول ازطریق تعویض با سدیم نمک‌های فسفات‌دی‌بازیک را به مونوبازیک تبدیل می‌کند.بنابراین مقدار زیادی از اسید ترشح‌می‌شود، بدون آنکه pH ادرار را بمقداری‌پائین آورد که انتقال هیدروژن را بوسیله‌شیب زیاد غلظت بین سلول توبول و مایع‌لومن توبول مهار کند. این دارو با اسیدی‌کردن ادرار، حلالیت کلسیم را افزایش‌می‌دهد.

فارماکوکینتیک فسفات از مجرای گوارش‌جذب می‌شود. اما مقادیر زیاد کلسیم یاآلومینیوم ممکن است باعث ایجاد فسفات‌نامحلول و در نتیجه کاهش جذب آن شود.فسفات به‌مقدار ۹۰ درصد از کلیه و ۱۰درصد از مدفوع دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماران‌مبتلا به زیادی فسفات خون عیب شدیدکار کلیه و سنگهای ادراری فسفات منیزیم- آمونیم نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

مواردی که ممکن است با غلظت‌های زیادفسفات همراه باشند (مانند کم کاری‌پاراتیروئید و بیماری مزمن کلیه ورابدومیولیز)، حالا-تی که ممکن است باغلظت‌های کم کلسیم همراه باشند (مانندکم‌کاری پاراتیروئید، نرمی استخوان التهاب حاد لوزالمعده بیماری مزمن کلیه رابدومیولیز، راشی‌تیسم و حالاتی که‌ممکن است با غلظت‌های زیاد پتاسیم همراه‌باشند (مانند بی‌کفایتی شدید غده فوق کلیه دهیدراسیون شدید، التهاب لوزالمعده تمرینات فیزیکی بی‌کفایتی کلیه رابدومیولیز، آسیب وسیع بافت .

عوارض جانبی احتباس مایع زیادی‌پتاسیم خون زیادی سدیم خون زیادی‌فسفات یا کلسیم خون با مصرف این داروگزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای حاوی کلسیم با فسفات‌ها ممکن‌است خطر رسوب کلسیم در بافت نرم راافزایش دهد. مصرف همزمان داروهای‌ضدالتهاب غیر استروئیدی کاپتوپریل سیکلوسپورین مدرهای نگهدارنده‌پتاسیم انالاپریل هپارین و سایر داروهای‌حاوی پتاسیم با فسفات پتاسیم ممکن است‌سبب افزایش پتاسیم خون شود. مصرف‌همزمان این دارو با سایر فرآورده‌های‌حاوی فسفات ممکن است خطر بروززیادی فسفات خون به ویژه در بیماران‌مبتلا به بیماری کلیوی را افزایش دهد.

مقدار مصرف

بزرگسالا-ن بعنوان تامین‌کننده الکترولیت میزان ۱۰ mmol/day فسفر (۳۱۰ mg/day)مصرف می‌شود. در درمان زیادی کلسیم‌خون حداکثر تا ۶ قرص (۳ گرم فسفر)مصرف می‌شود.

کودکان ۲ mmol/day ـ۱/۵ فسفر(۶۲mg/day ـ۴۶/۵) تا حداکثر ۳ قرص‌تجویز می‌شود.

اشکال دارویی

Effervescent. Tablet: NaH_2PO_4 ۱۹۳۶ mg

$NaHCO_3$ ۳۵۰ mg + $KHCO_2$ ۳۱۵ +

(mg phosphorus ۵۰۰)

POTASSIUM CHLORIDE

موارد مصرف این دارو در درمان کمی‌پتاسیم خون همراه یا بدون‌آلکالوزمتابولیک در مسمومیت مزمن بادیگوکسین و در بیماران مبتلا- به فلج‌دوره‌ای همراه کمی پتاسیم خون مصرف‌می‌شود. مکملهای پتاسیم بمنظورپیشگیری از بروز کمی پتاسیم خون

دربیمارانی که کاهش پتاسیم خون در آنان‌مخاطره‌آمیز است و همچنین در بیماران‌مبتلا- به سیروز کبدی همراه آسیت زیادی‌آلدوسترون همراه کار طبیعی کلیه اسهال استفراغ طولانی و نفروپاتی تخلیه‌کننده‌پتاسیم و در کودکان تحت درمان طولانی‌مدت با آدرنوکورتیکوئیدها مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیک دفع املاح پتاسیم از کلیه ۹۰ درصد) و مدفوع (۱۰ درصد) می‌باشد.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

اسهال طولانی یا شدید اختلال در عملکردمری طولانی‌بودن زمان تخلیه معده انسداد روده یا قرحه‌گوارشی فلج دوره‌ای‌خانوادگی انسداد شدید یا کامل قلب وزیادی پتاسیم خون یا حالاتی که منجر به‌زیادی پتاسیم خون می‌شود.

۲ ـ در بیماران سالخورده خطر بروززیادی پتاسیم خون به علت تغییر درتوانایی کلیه این بیماران در دفع پتاسیم‌وجود دارد.

۳ ـ مصرف این دارو برای تصحیح کمی‌پتاسیم خون باید با احتیاط صورت گیرد تااز زیادی پتاسیم خون همراه با آریتمی‌قلبی اجتناب شود.

۴ ـ غلظت‌های پلاسمائی بیش از

۵/۵ mEq/L بعلت احتمال بروز آریتمی‌خطرناک است

۵ ـ پیگیری دقیق وضعیت بیمار، بررسی‌الکتروکاردیوگرام و اندازه‌گیری غلظت‌پتاسیم ممکن است ضروری باشد.

۶ ـ در صورت بروز اختلال در عملکرد کلیه کم ادراری یا افزایش کراتینین سرم ،انفوزیون کلرورپتاسیم باید فور ?قطع شود.

عوارض جانبی اغتشاش شعور، ضربان‌نامنظم یا آهسته قلب بیحسی یا گزگز دردستها، پا یا لب اشکال در تنفس اضطراب خستگی یا ضعف ضعف یا احساس‌سنگینی در پاها با مصرف این داروگزارش شده است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای مهارکننده آنزیم مبدل‌آنژیوتانسین ضدالتهاب‌های‌غیراستروئیدی مسدودکننده‌های گیرنده‌بتا ـ آدرنرژیک مدرهای نگهدارنده پتاسیم‌و هپارین با مکملهای پتاسیم ممکن است‌سبب افزایش غلظت پتاسیم سرم و درنتیجه ایست قلبی شود. مصرف همزمان‌داروهای آنتی‌کولینرژیک با شکل خوراکی‌کلرورپتاسیم ممکن است شدت ضایعات‌دستگاه گوارش ناشی از مصرف این دارورا افزایش دهد. مصرف همزمان‌کلرورپتاسیم با دیگوکسین در بیماران‌دیژیتالیزه یا در بیماران مبتلا به بلوک‌شدید یا کامل قلب توصیه نمی‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو بلافاصله پس ازغذا یا همراه با آن مصرف شود.

۲ ـ دوره درمان باید کامل شود، بویژه اگراز داروهای مدر یا دیگوکسین استفاده‌می‌شود.

۳ ـ در صورت بروز علائم خونریزی گوارشی مراجعه فوری به پزشک‌ضروری است

مقدار مصرف

هر گرم کلرور پتاسیم معادل ۱۳/۴۱میلی‌اکی والان پتاسیم است

خوراکی

بزرگسالان بمنظور پیشگیری یا درمان‌کمی پتاسیم خون ۲۰ میلی‌اکی‌والان‌پتاسیم (تقریب ?معادل ۱/۵ گرم کلرورپتاسیم در ۱۸۰ میلی‌لیتر آب سرد، ۵ ـ ۱ باردر روز یا ۲۰ـ۶/۷ میلی‌اکی‌والان پتاسیم معادل ۱/۵ـ ۰/۵ گرم کلرور پتاسیم ازقرص پیوسته رهش ۳ بار در روز مصرف‌می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان بعنوان جانشین شونده‌الکترولیت یا درمان کمی پتاسیم خون مقدار مصرف و سرعت انفوزیون بایدبرحسب نیاز بیمار تعیین گردد (حداکثر تا۴۰۰mEq/day). پس از انفوزیون اولیه ۶۰ـ۴۰ میلی‌اکی‌والان پاسخ بیمار باید باسنجش غلظت پتاسیم سرم

والکتروکاردیوگرام مشخص گردد وسرعت انفوزیون بعدی تعیین شود.

کودکان برای درمان کمی پتاسیم خون تا۳ mEq/kg انفوزیون وریدی می‌شود. درپیشگیری از کمی پتاسیم خون مقدارمصرف براساس نیاز هر بیمار تعیین‌می‌شود.

اشکال دارویی

For Infusion: ۲۰mEq / ۱۰ml, ۱۰۰mEq /۵۰ml

Sustained Release Tablet: ۵۰۰ mg

RINGER

موارد مصرف این فرآورده بعنوان محلول‌ایزوتونیک بصورت انفوزیون وریدی دردرمان جانشینی آب و نمک و در مواردی‌که پتاسیم بین سلولی کاهش یافته است مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این دارو در بیماران

مبتلا به زیادی سدیم خون ناشی از آسیب‌کلیوی و قلبی یا ۶ـ۵ روز پس از عمل‌جراحی یا ضربه شدید، نباید مصرف‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ توصیه می‌شود که‌انفوزیون وریدی این دارو از طریق یک‌ورید سطحی صورت گیرد. استفاده ازعروق پا ممکن است شیوع عواقب‌ترومبوتیک را افزایش دهد.

۲ ـ طی انفوزیون وریدی بیمار باید بدون‌حرکت بماند.

۳ ـ رفع علائم کاهش آب بدن بهبود فشارخون بهبود غلظت خون و طبیعی‌شدن‌میزان ادرار، نشان‌دهنده تصحیح کاهش‌آب بدن است

مقدار مصرف سرعت انفوزیون و میزان‌آن باید با توجه به نیاز هر بیمار جداگانه‌تعیین شود.

اشکال دارویی

Infusion: (Na+ ۱۴۷ mEq + Ca۲+ ۴.۵mEq + K+ ۴ mEq + Cl- ۱۵۶ mEq)/L

RINGER LACTATE

موارد مصرف این فرآورده بمنظور برقرارکردن مجدد تعادل آب و الکترولیت بدن بخصوص قبل و بعد از جراحی مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: رینگر لاکتات یک محلول یونی‌است که حجم خون را افزایش می‌دهد وتعادل آب و الکترولیت را برقرار می‌سازد.یون لاکتات موجود در این فرآورده که‌بسرعت به‌یون بی‌کربنات متابولیزه‌می‌شود، در تنظیم تعادل اسید و باز دخالت‌دارد.

موارد منع مصرف این فرآورده در بیماران‌مبتلا به خیز، آلکالوزمتابولیک اسیدوزناشی از اسید لاکتیک و افزایش پتاسیم وکلسیم خون نباید مصرف شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف این فرآورده‌با توجه به شرایط بالینی بیمار و پاسخ‌آزمایشات تنظیم می‌شود.

اشکال دارویی

Infusion: (Na+ ۱۳۰ mEq + Ca۲+ ۳ mEq+ K+ ۴ mEq + Cl- ۱۰۹ mEq + Lactate۲۸ mEq)/L

SACCHARIN SODIUM

موارد مصرف ساخارین بعنوان‌شیرین‌کننده مصرف می‌شود و قدرت‌شیرین‌کنندگی آن در حدود ۳۰۰ برابرسوکروز است

فارماکوکینتیک ساخارین بسهولت ازمجرای گوارش جذب می‌شود و تقریب?بصورت دست نخورده طی ۴۸ـ۲۴ ساعت‌از طریق ادرار دفع می‌شود.

عوارض جانبی بندرت واکنش‌های‌حساسیت مفرط و حساسیت به نوربامصرف ساخارین گزارش شده است

اشکال دارویی

Pellet: ۱۳-۱۶ mg

SODIUM BICARBONATE

موارد مصرف بی‌کربنات سدیم برای کنترل‌اسیدوزمتابولیک به‌عنوان داروی کمکی‌در اسهال‌های شدید (که مقدار زیادی‌بی‌کربنات از دست رفته است ، در درمان‌مسمومیت با داروها از جمله باربی‌توراتهایا سالیسیلات‌ها و همچنین به‌عنوان‌قلیائی‌کننده ادرار برای افزایش حلالیت‌سولفونامیدها و پیشگیری از تشکیل کریستال و آسیب احتمالی کلیوی مصرف‌می‌شود. بی‌کربنات سدیم برای کنترل‌زیادی پتاسیم خون در موارد اضطراری‌مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: بی‌کربنات سدیم غلظت‌بی‌کربنات پلاسما را افزایش داده زیادی‌یون هیدروژن را بافره می‌نماید و pHخون‌را افزایش می‌دهد و در نتیجه تظاهرات‌بالینی اسیدوز را برطرف می‌کند. به‌عنوان‌قلیایی‌کننده ادرار، این دارو دفع یونهای‌بی‌کربنات آزاد را افزایش داده و بنابراین pH ادرار را بالا می‌برد.

فارماکوکینتیک دفع این دارو کلیوی است دی‌اکسیدکربن ایجاد شده ناشی از داروتوسط ریه‌ها دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در آلکالوزمتابولیک یا تنفسی کاهش یون کلرور ناشی‌از استفراغ یا تخلیه مداوم دستگاه گوارش وکمی کلسیم خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر بایدبااحتیاط مصرف شود:

بی‌ادراری یا کم‌ادراری حالات مرضی‌احتباس سدیم همراه با خیز (مانند سیروزکبدی نارسایی احتقانی قلب عیب کار کلیه‌و توکسمی آبستنی و زیادی فشارخون

۲ ـ از آنجا که اسیدوز متابولیک باتخلیه‌سدیم همراه است بهتر است ابتدا باانفوزیون وریدی کلرورسدیم ایزوتونیک کاهش سدیم خون را جبران نمود، مشروطبراینکه کلیه‌ها تحت تاثیر قرار نگرفته واسیدوز نیز آنقدر شدید نباشد که سبب‌بروز عیب کار کلیه شود. در چنین‌شرایطی استفاده از محلول ایزوتونیک‌کلرورسدیم به‌تنهایی می‌تواند مؤثر باشدو سبب برقراری مجدد توانایی کلیه برای‌ایجاد بی‌کربنات شود.

۳ ـ در اسیدوز کلیوی یا اسیدوز متابولیک‌شدید (به‌عنوان مثال در حالتی که pHخون‌کمتر از ۷/۱ است ، محلول بی‌کربنات سدیم‌همراه با کلرورسدیم انفوزیون می‌شود.

۴ ـ درمان دراز مدت با بی‌کربنات سدیم‌توصیه نمی‌شود، زیرا خطر بروز آلکالوزمتابولیک یاافزایش بیش از حد سدیم‌وجود دارد.

۵ ـ مصرف مقادیر بیش از حد ممکن است‌موجب بروز کمی پتاسیم خون شود و بیماررا در معرض خطر آریتمی قلبی قرار دهد.

۶ ـ تزریق سریع دارو، ممکن است موجب‌بروز آلکالوز شدید و احتمالاتحریک‌پذیری زیاد یا تتانی شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌بی‌کربنات سدیم با متنامین به‌علت قلیایی‌شدن ادرار ناشی از بی‌کربنات سدیم ممکن‌است اثر بخشی متنامین را با مهار تبدیل‌این دارو به‌فرمالدئید کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ از آب مقطر استریل‌برای تزریق محلول تزریقی کلرورسدیم یامحلول تزریقی دکستروز ۵٪ می‌توان برای‌رقیق نمودن محلول بی‌کربنات سدیم‌استفاده نمود.

۲ ـ محلول بی‌کربنات سدیم را می‌توان ازراه وریدی یا پس از رقیق‌کردن تا حدایزوتونیک (۱/۵ درصد) از راه زیرجلدی تزریق نمود. غلظت مناسب برای تزریق‌وریدی برحسب نیاز و وضعیت بالینی‌بیمار، از ۱/۵ درصد تا ۷/۵ درصد می‌باشد.

مقدار مصرف به‌عنوان قلیایی‌کننده‌سیستمیک در بزرگسالان و کودکان ۱ mEq/kg تزریق وریدی می‌شود که درصورت نیاز هر ۱۰ دقیقه ۰/۵ mEq/kgتزریق می‌شود. در مواردی که درمان‌اضطراری اسیدوز متابولیک ضروری‌نباشد، ۵ mEq/kg ۲ـ طی ۸ـ۴ ساعت‌انفوزیون وریدی می‌شود. به‌عنوان‌قلیایی‌کننده ادرار، ۵ mEq/kg ۲ـ طی ۸ـ۴ساعت تزریق وریدی می‌شود.

اشکال دارویی

For Infusion: ۷.۵٪

SODIUM CHLORIDE

موارد مصرف محلول ایزوتونیک (۹/۰درصد کلرورسدیم یا محلول نمکی نرمال به‌عنوان جانشین شونده در حالاتی که با ازدست رفتن کلرور سدیم یا آب بدن همراه‌است مصرف می‌شود. محلول هیپرتونیک‌پنج درصد کلرورسدیم در کمی سدیم وکلرور خون به‌علت از دست رفتن‌الکترولیت‌ها، رقیق‌شدن مایعات بدن به‌علت‌مصرف بیش از حد آب و همچنین در درمان‌فوری تخلیه شدید نمک بدن به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: کلرور سدیم نمک اصلی درنگهداری فشار اسموتیک مؤثر پلاسما است

موارد منع مصرف در صورت افزایش طبیعی بودن یا حتی کم شدن جزئی غلظت‌سرمی سدیم یا کلرور، محلول پنج درصداین دارو نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در موارد زیر، مصرف این‌دارو باید بااحتیاط صورت گیرد:

نارسایی احتقانی قلب بی‌کفایتی شدید کلیه‌و خیز همراه با احتباس سدیم

۲ ـ انفوزیون مقادیر بیش از یک لیتر ازمحلول ایزوتونیک ممکن است غلظت سرمی‌سدیم و کلرور را بیش از حد طبیعی افزایش‌دهد و منجر به‌بروز زیادی سدیم خون شود.همچنین می‌تواند باعث از دست‌رفتن یونهای‌بی‌کربنات و در نتیجه بروز اسیدوز گردد.

۳ ـ تجویز محلول ایزوتونیک هنگام جراحی‌یا بلافاصله پس از آن ممکن است باعث‌احتباس مقادیر بیش از حد سدیم شود.

۴ ـ تزریق محلولهای وریدی می‌تواند سبب‌افزایش بار مایع یا مواد موجود در محلول‌و در نتیجه رقیق‌شدن الکترولیت‌های سرم افزایش بیش از حد آب بدن حالات مرضی‌همراه با احتقان یاخیز ریوی شود.

عوارض جانبی تب عفونت در محل تزریق ترومبوز وریدی یا التهاب ورید در محل‌تزریق زیادی سدیم یا کلرور خون نشت‌محلول تزریقی به‌بافتهای اطراف رگ وزیادی حجم خون باتزریق این داروگزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ ارزیابی بالینی وانجام آزمونهای آزمایشگاهی به‌طور منظم‌برای پیگیری تغییرات در تعادل مایع بدن غلظت الکترولیت‌ها و تعادل اسید ـ بازضروری است

۲ ـ محلول انفوزیون پنج درصد بایدبه‌آرامی و بااحتیاط تزریق شود تا از بروزخیز ریوی جلوگیری شود.

مقدار مصرف مقدار مصرف معمول برای‌بزرگسالان از محلول ۰/۹ درصد برای‌جبران کمبود الکترولیت‌ها مقدار ۱lit/day یابرحسب نیاز بیمار، می‌باشد. برای استفاده‌از محلول پنج درصد، ابتدا مقدار سدیم ازدست رفته را باید محاسبه و پس از آن‌نصف مقدار محاسبه شده را طی ۸ ساعت‌تجویز نمود. سرعت تجویز نباید از۱۰۰ml/hr تجاوز کند. درمان تا زمانی که‌غلظت سدیم سرم به ۱۳۰ mEq/lit برسد یاعلائم عصبی بهبود یابد، ادامه داده می‌شود.

اشکال دارویی

For Infusion: ۰.۴۵٪, ۰.۹٪, ۵٪

VITAMIN A

موارد مصرف ویتامین A فقط برای‌پیشگیری یا درمان حالات مرضی کمبوداین ویتامین مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: ویتامین A برای عملکردطبیعی شبکیه ضروری است این ویتامین‌به‌شکل رتینال در شبکیه با اپسین ترکیب‌می‌شود و ردوپسین ایجاد می‌نماید که‌برای تطبیق بینایی در تاریکی موردنیازاست ویتامین A برای رشد استخوان کاربیضه و تخمدان تکامل جنین تنظیم رشد وتمایز بافت پوششی نیز ضروری است

فارماکوکینتیک ویتامین A به‌سهولت ازمجرای گوارش سالم جذب می‌شود. ویتامین‌اضافی و جذب نشده از طریق مدفوع دفع‌می گردد. ویتامین Aبه‌مقدار زیاد در کبد وبه‌مقدار ناچیز در کلیه و بافت ریه ذخیره‌می‌شود. این ویتامین در کبد متابولیزه شده‌و از طریق مدفوع و کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو درهیپرویتامینوز A نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در نارسایی مزمن کلیه بایدبااحتیاط مصرف شود.

۲ ـ این دارو در کودکان به‌دلیل حساسیت‌بیشتر آنها و احتمال بروز مسمومیت‌بامصرف مقادیر زیاد یا طولانی مدت دارو وهمچنین در بزرگسالان به‌دلیل احتمال بروزتجمع دارو در بدن بااحتیاط مصرف شود.

عوارض جانبی بامصرف بیش از حد این‌دارو، زبرشدن پوست خشک‌شدن مو،بزرگ شدن کبد و افزایش سرعت‌سدیمانتاسیون گلبولهای قرمز (ESR) وافزایش غلظت کلسیم و آلکالین فسفاتازسرم گزارش شده است مقادیر زیاد دارویا مصرف طولانی آن ممکن است سبب‌بروز خونریزی لثه خشکی یا زخم دهان یاترک خوردگی و خشکی لبها شود.

نکات قابل توصیه به دلیل خطر بروزمسمومیت دارو را نباید بیش از مقدارمصرف توصیه شده مصرف نمود.

مقدار مصرف

خوراکی

به‌منظور پیشگیری از کمبود ویتامین Aمقدار مصرف توصیه شده در روز برای‌ویتامین A، براساس سن و شرایط بیماربه‌صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن۳ سال ۱۳۳۰ـ۱۲۵۰ واحد رتینول سن ۶ـ۴سال ۱۶۶۵ واحد، سن ۱۰ـ۷ سال ۲۳۳۰واحد، پسران و مردان بالغ ۳۳۳۰ واحد،دختران و زنان بالغ ۲۶۶۵ واحد، زنان‌باردار ۲۶۶۵ واحد، در دوران شیردهی ۴۳۳۰ـ۴۰۰۰ واحد.

برای درمان کمبودویتامین A، مقدار مصرف توسط پزشک‌براساس شدت کمبود تعیین می‌شود.

تزریقی

از راه عضلانی در بزرگسالان

۱۰۰/۰۰۰ u/day ـ ۵۰/۰۰۰ به‌مدت ۳ روز وسپس ۵۰/۰۰۰ u/day واحد به‌مدت ۲ هفته‌تزریق می‌شود.

در کودکان تا سن یکسال ۵۰۰۰ـ۱۰/۰۰۰u/day به‌مدت ۱۰ روز

(۱۵۰۰۰ ۷۵۰۰ـu/day به‌مدت ۱۰ روز برای‌حالات کمبود شدید ویتامین و در کودکان۸ـ۱ سال ۱۵/۰۰۰ u/day ـ۵۰۰۰ به‌مدت ۱۰روز (۳۵۰۰۰ ۱۷۵۰۰ـu/day به‌مدت ۱۰ روزبرای حالات کمبود شدید ویتامین تزریق‌می‌شود. در کودکان بزرگتر از ۸ سال مقدارمصرف مانند بزرگسالان است

اشکال دارویی

Tablet: ۲۵۰۰۰ U, ۵۰۰۰۰ U

Oral Drops: ۵۰۰۰۰ U/ml

Injection: ۵۰۰۰۰ U/ml

Ophthalmic Ointment: ۲۵۰ u/g

(VITAMIN A + D (Oral

موارد مصرف این فرآورده به‌عنوان مکمل‌ویتامینی در رژیم غذایی شیرخواران‌باسن کمتر از چهارسال مصرف می‌شود.

مقدار مصرف مقدار ۱ ml/day یا طبق‌دستور پزشک مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Oral Drop: (Vit. A ۱۵۰۰ IU/ml + Vit.D۴۰۰ IU)/ml

VITAMIN B COMPLEX

موارد مصرف این فرآورده برای پیشگیری‌و درمان کمبود ویتامین‌های گروه Bمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این فرآورده حاوی‌ویتامینهای محلول در آب است که تقریب?هریک به‌عنوان کوآنزیم اساسی درمتابولیسم پروتئین کربوهیدرات یااسیدچرب عمل می‌نمایند.

هشدارها: ۱ ـ تزریق مکرر فرآورده‌های‌حاوی ویتامین B۱ بندرت ممکن است منجربه‌بروز شوک آنافیلاکتیک شود.

۲ ـ مقدار مصرف این دارو به مقدارویتامین‌های گروه B موجود در رژیم غذایی وضعیت بیمار و اینکه فرآورده جهت درمان‌یا پیشگیری بکار می‌رود، بستگی دارد.

عوارض جانبی در بعضی موارد، حساسیت‌غیرطبیعی به‌فشار یا لمس و سفتی‌عضلانی در محل تزریق (پس از تزریق‌عضلانی ، برافروختگی عمومی بثورات‌جلدی و خارش با مصرف این فرآورده گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ رعایت رژیم غذایی‌مناسب بمنظور پیشگیری از بروز مجددبیماری پس از کاهش مقدار مصرف یا قطع‌درمان ضروری است

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان بمنظور پیشگیری ۳ـ۱ قرص یا۱۵ـ ۵ میلی‌لیتر شربت در روز و برای درمان۳ـ۲ قرص در روز مصرف می‌شود.

کودکان به‌عنوان پیشگیری ۱۰ ـ ۵ میلی‌لیتراز شربت و برای درمان ۳ـ۱ قرص در روزو در شیرخواران ۵ میلی‌لیتر شربت درروز مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان ۲ میلی‌لیتر از محلول تزریق

عضلانی یا وریدی (ترجیح ?عضلانی می‌شود.

اشکال دارویی

InjectionSyrupTablet

mg/۲ml)(mg/۵ml)or Capsules)

۱۰۵۵VitB۱

۴۲۲VitB۲

۴۲۲VitB۶

۴۰۲۰۲۰Nicotinamide

Dexpanthenol--۶۳

(VITAMIN B۱ (THIAMINE HCI

موارد مصرف تیامین برای پیشگیری ودرمان کمبود این ویتامین مصرف‌می‌شود.
مکانیسم اثر: تیامین باآدنوزین تری‌فسفات ATP) ترکیب شده و تیامین پیروفسفات راکه یک آنزیم ضروری برای متابولیسم کربوهیدراتها است ایجاد می کند.
فارماکوکینتیک به‌استثنای سندرم سؤجذب در سایر موارد، ویتامین‌های گروه Bبه‌راحتی از مجرای گوارش جذب‌می‌شوند. متابولیسم این ویتامین کبدی ودفع آن کلیوی است (تقریب ?به‌طور کامل‌به‌صورت متابولیت . مقادیر بیش از حدموردنیاز روزانه بدون تغییر از طریق‌ادرار دفع می‌شود.
نکات قابل توصیه از آنجا که کمبودویتامین‌های گروه B به‌تنهایی شایع نیست به‌طور معمول ترکیبی از این ویتامینهاتجویز می‌شود.
مقدار مصرف به‌عنوان مکمل ویتامین
در پیشگیری از کمبود ویتامین مقدارمصرف توصیه شده در روز، به‌صورت‌زیر است
شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن۳ سال ۰/۳ میلی‌گرم سن ۶ـ۴ سال ۰/۹میلی‌گرم سن ۱۰ـ۷ سال ۱ میلی‌گرم پسران و مردان بالغ ۱/۵ـ۱/۲ میلی‌گرم دختران و زنان بالغ ۱/۱ـ۱ میلی‌گرم زنان‌باردار ۱/۵ میلی‌گرم در دوران شیردهی۱/۶ میلی‌گرم
در درمان کمبود ویتامین مقدار۲۵mg/day ـ ۱۰ و در موارد شدید کمبودتیامین ۳۰۰mg/day ـ ۲۰۰ مصرف‌می‌شود.
اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ mg, ۳۰۰ mg

(VITAMIN B۱۲ (CYANOCOBALAMIN

موارد مصرف ویتامین B۱۲ در درمان‌کم‌خونی پرنیسیوز ناشی از فقدان یا مهارفاکتور داخلی مصرف می‌شود. این دارودر پیشگیری و کمبود ویتامین B۱۲و برای‌پیشگیری از بروز کمبود آن پس ازبرداشت تمامی معده و قسمت زیادی ازایلئوم مصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: ویتامین B۱۲ به‌صورت‌کوآنزیم در اعمال متابولیک مختلفی مانندمتابولیسم کربوهیدراتها و چربیها و ساخت‌پروتئین دخالت می کند و عمدت ?به‌دلیل تاثیردر متابولیسم متیونین اسید فولیک ومالونیک برای رشد و تکثیر سلولی خونسازی و ساخت نوکلئوپروتئین و میلین‌ضروری است
فارماکوکینتیک پیوند این ویتامین‌به‌پروتئین خاصی به‌نام ترانس کوبالامین‌زیاد است ۹۰ درصد دارو در کبد ذخیره‌می‌شود. متابولیسم آن کبدی و نیمه عمرآن تقریب ?۶ روز (۴۰۰ روز در کبد) است زمان لازم برای رسیدن به‌اوج غلظت‌پلاسمایی از راه تزریق عضلانی ۶۰ دقیقه‌است ویتامین B۱۲ از طریق صفرا دفع‌می‌شود. مقادیر بیش از حد مورد نیازروزانه بدون تغییر از طریق ادرار دفع‌می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در بیماری لبر(Leber) نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ پیش از شروع درمان باویتامین B۱۲، تشخیص کمبود آن باید بابررسی‌های آزمایشگاهی تائید شود.تجویز این ویتامین ممکن است کمبود اسیدفولیک را پنهان سازد.

۲ ـ ویتامین B۱۲ را نبایـد از راه وریدی‌تزریق کرد. هر چند که مقادیر کمی از آن درمحلولهای تهیه شده برای کسانی که فقط ازراه تزریقی تغذیه می کنند، وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در کم‌خونی‌پرنیسیوز یا متعاقب برداشت تمامی معدهو برداشت قسمت وسیعی از ایلئوم مصرف دارو برای تمام دوره زندگی بایدادامه یابد.

۲ ـ از آنجا که کمبود ویتامین‌های گروه Bبه‌تنهایی شایع نیست به‌طور معمول ترکیبی از این ویتامینها تجویز می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان برای درمان کمبود ویتامین‌مقدار مصرف ۰/۱mg/day به‌مدت است ۷ـ۶ روز مقدار مصرف نگهدارنده این‌ویتامین در بزرگسالان ۰/۲ـ۰/۱ میلی گرم‌هرماه یک بار است که از راه عضلانی‌تزریق می‌شود.

کودکـان برای درمان کمبود ویتامین مقدارشروع ۰/۰۵ ۰/۰۳ـmg/day است که به‌مـدت‌دو یا چنـد هفته تزریق عمیق زیر جلـدی یاعضـلانی می گردد. مقدار مصـرف‌نگهدارنده این ویتامین ۰/۱ میلی گرم‌هرماه یک بار است که تزریق عمیق‌زیرجلـدی یا عضـلانی می‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mcg/ml

(VITAMIN B۶ (PYRIDOXINE HCI

موارد مصرف پیریدوکسین در پیشگیری ودرمان کمبود این ویتامین مصـرف‌می‌شود. مقادیر زیاد پیریدوکسین دردرمان بعضی از اختلالات متابولیک ازقبیل زیادی اکسالات ادرار مصـرف‌می‌شود. این دارو همچنین ممکن است درکم‌خونی سیدروبلاستیک نیز مصـرف‌می‌شود. پیریدوکسین برای پایـان دادن‌به‌حملات تشـنجی و جلوگیری از نوروپاتی‌ناشـی از مسـمومیت بـا ایزونیـازید مصرف‌می‌شود.

مکـانیسم اثر: پیریدوکسـین در گویچه‌هـای‌قرمز خـون به‌فسـفات پیریـدوکسال تبـدیل‌می‌شود کـه به‌عنـوان یـک کـوآنزیم در اعمال‌متابولیک گوناگون مؤثر برمصـرف‌پروتئین کربوهیـدرات و چربی عمل‌می کنـد. پیریدوکسـین در تبـدیل تریپتوفان‌به‌نیاسـین یا سروتونین تجزیه گلیکوژن تبدیل اکسالات به‌گلیسین سنتزگاماآمینوبوتیریک اسید در سیستم‌اعصاب مرکزی نیز دخالت دارد.

فارماکوکینتیـک ویتامین‌های گروه B،به‌راحتی از مجرای گوارش جذب‌می‌شونـد. پیریدوکسـین عمـدت ?از ژژونوم‌جذب می‌شود. فسـفات پیریدوکسال به‌طورکامل به‌پروتئین‌های پلاسـما پیوند می‌یابد،در حالیکه پیریدوکسـین به‌پروتئین‌های‌پلاسما پیوند نمی‌شود. پیریدوکسـین‌به‌طور عمـده در کبـد ذخیره می‌شـود.متـابولیسم این ویتـامین کبـدی است و نیمه‌عمر آن ۲۰ ـ ۱۵ روز اسـت ایـن دارو تقریب?به‌طور کامل به‌صورت متابولیت از طریق‌کلیه دفع می‌شود.

عوارض جانبی بامصـرف مقادیر بیش از ۲۰۰ mg/day به‌مـدت بیش از ۳۰ روز، ایجادسـندرم وابستگی به‌ویتامین B۶گزارش‌شده است

تداخل‌های دارویی مصـرف همزمان‌ویتامین B۶ با لوودوپا توصـیه نمی‌شود،زیرا اثر ضدپارکینسون لوودوپا، حتی‌بامصرف خوراکی ۵ میلی گرم ویتامین B۶معکوس می‌شود.

نکات قابل توصیه از آنجا که کمبودویتامین‌های گروه B به‌تنهایی شایع نیست به‌طور معمول ترکیبی از این ویتامینهاتجویز می‌شود.

مقدار مصرف

خوراکی

به‌عنوان مکمل ویتامین در پیشگیری ازکمبود ویتامین مقدار مصرف توصیه شده‌در روز به‌صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن

۳ سال ۱ـ۰/۳ میلی‌گرم سن ۶ـ۴ سال ۱/۱میلی‌گرم سن ۱۰ـ۷ سال ۱/۴ میلی‌گرم پسران و مردان بالغ ۲ـ۱/۷ میلی‌گرم دختران و زنان بالغ ۱۵ـ۱۳ میلی‌گرم زنان‌باردار ۲/۲ میلی‌گرم در دوران شیردهی ۲/۱ میلی‌گرم

در درمان کمبود ویتامین مقدار

مصرف براساس شدت کمبود تعیین‌می‌شود.

تزریقی

برای پیشگیری و درمان کمبود ویتامینB۶، به‌عنوان بخشی از تغذیه تام وریدی مقدار مصرف برحسب نیاز بیمار تعیین‌می‌شود. در درمان سندرم وابستگی‌به‌پیرویدکسین در بزرگسالان ابتدا ۶۰۰ mg/dayـ۳۰ و در شیرخوران ابتدا ۱۰۰ـ۱۰ میلی‌گرم تزریق عضلانی یاوریدی می‌شود.

در درمان کمبود این ویتامین ناشی

از مصرف داروها در بزرگسالان

مقدار mg/day ۲۰۰ـ۵۰ به‌مدت ۳ هفته‌مصرف می‌شود که در صورت نیازبامقدار mg/day ۱۰۰ـ۲۵ درمان ادامه‌می‌یابد. در درمان مسمومیت ناشی ازایزونیازید در بزرگسالان ابتدا ۴ گرم

از راه وریدی تزریق می‌شود و سپس ۱گرم پیریدوکسین هر ۳۰ دقیقه تزریق‌می‌گردد.

اشکال دارویی

Injection: ۱۰۰ mg/۲ ml, ۳۰۰ mg/۲ml

Tablet: ۴۰ mg

(VITAMIN C (ASCORBIC ACID

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری ودرمان کمبود ویتامین C مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اسید آسکوربیک برای تشکیل کلاژن و ترمیم بافتهای بدن ضروری‌است این ویتامین ممکن است در بعضی ازواکنش‌های اکسیداسیون و احیاء دخالت‌نماید. همچنین این ویتامین در متابولیسم‌فنیل آلانین تیروزین اسیدفولیک نوراپی‌نفرین هیستامین آهن و بعضی ازسیستمهای آنزیمی دارو، مصرف کربوهیدراتها، ساخت لیپیدها، پروتئین‌هاو کارنی‌تین دخالت داشته و برای عملکردسیستم ایمنی و جلوگیری از شکنندگی‌عروق خونی ضروری است

فارماکوکینتیک اسید آسکوربیک به‌راحتی‌از مجرای گوارش (ژژونوم جذب‌می‌شود. پیوند این دارو به‌پروتئین کم‌است (۲۵ درصد). متابولیسم اسیدآسکوربیک کبدی است ویتامین C توسطتمام سلولهای بدن جذب می‌شود. این‌ویتامین از کلیه عمدت؟ به‌صورت متابولیت‌و مقدار خیلی کم نیز به‌صورت تغییر نیافته‌دفع می‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌دفروکسامین باویتامین C، ممکن است‌سبب افزایش مسمومیت بافت با آهن گردد.

مقدار مصرف

خوراکی

مقدار مصرف توصیه شده در روز برای‌به‌صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن۳ سال ۴۰ـ۳۰ میلی‌گرم سن ۱۰ـ۴ سال ۴۵میلی‌گرم نوجوانان و بزرگسالان ۶۰ـ۵۰میلی‌گرم

زنان باردار ۷۰ میلی‌گرم دردوران شیردهی ۹۵ـ۹۰ میلی‌گرم

تزریقی

بزرگسالان برای پیشگیری از کمبودویتامین C، به‌عنوان بخشی از تغذیه

تام وریدی مقدار مصرف برحسب نیازبیمار تعیین و انفوزیون وریدی می‌شود.در کمبود ویتامین C، از راه انفوزیونوریدی مقدار مصرف برحسب نیاز بیمارتعیین می‌شود. از راه عضلانی ۵۰۰mg/day ـ ۱۰۰ به‌مدت حداقل ۲ هفته‌مصرف می‌شود.

کودکان در درمان کمبود ویتامین C، از راه‌انفوزیون وریدی مقدار مصرف براساس‌نیاز هر بیمار تعیین می‌شود. از راه‌عضلانی ۳۰۰ ۱۰۰ـmg/day به‌مدت حداقل ۲ هفته مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Effervescent Tablet: ۱۰۰۰ mg

Powder: ۵۰۰ mg/sachet

Tablet: ۱۰۰ mg, ۲۵۰ mg

Injection: ۵۰۰ mg/۵ ml

VITAMIN D

CALCITRIOL

DIHYDROTACHYSTEROL

VITAMIN D۳

ویتامین D به ترکیباتی مانند دی‌هیدروتاکی سترول ارگوکلسیفرول ویتامین D۲) و کوله کلسیفرول (ویتامینD۳) و کلسیتریول که دارای اثر پیشگیری‌کننده یا درمان کننده راشی تیسم و نرمی‌استخوان هستند، اطلاق می‌شود.

ویتامین D برای جذب و مصرف کلسیم وفسفات و برای کلسیفیه شدن طبیعی‌استخوان ضروری است در صورت نیاز،ویتامین D همراه با هورمون پاراتیروئید وکلسی‌تونین غلظت کلسیم سرم را از طریق‌افزایش غلظت کلسیم و فسفات سرم تنظیم‌می‌کند. ویتامین Dجذب کلسیم و فسفات رااز روده کوچک تحریک می‌کند و باعث‌به‌حرکت درآمدن کلسیم از استخوان‌می‌شود. به‌نظر می‌رسد کلسیتریول باپیوند به‌گیرنده‌های اختصاصی درسیتوپلاسم مخاط روده و متعاقب آن‌ترکیب شدن با هسته اثر خود را اعمال‌می‌کند. این امر احتمالا منجر به‌تشکیل‌پروتئینی می‌شود که باکلسیم پیوند می‌یابدو در نتیجه جذب کلسیم از روده افزایش‌می‌یابد. همچنین همراه با هورمون‌پاراتیروئید، کلسیتریول انتقال یون کلسیم‌از استخوان به‌مایع خارجی سلول را تنظیم‌می‌نماید. بنابراین هومئوستاز کلسیم درمایع خارج سلولی را تحت تأثیر قرارمی‌دهد.

CALCITRIOL

موارد مصرف کلسیتریول برای پیشگیری‌و درمان راشی‌تیسم و درمان کمی کلسیم‌خون همراه با کم کاری پاراتیروئیدمصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: این ویتامین به سهولت از ابتدایا انتهای روده کوچك جذب می‌شود.نیمه‌عمر پلاسمایی کلسیتریول از راه‌خوراکی ۶ـ۲ ساعت است زمان لازم برای‌رسیدن به اوج غلظت سرمی از راه‌خوراکی تقریب ?۶ـ۳ ساعت است طول اثرکلستیرول ۵ ـ۳ روز است این ویتامین ازراه صفرا و کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در زیادی‌کلسیم خون یا ویتامین D واستئودیستروفی کلیوی همراه با زیادی‌فسفات خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در بیماران مبتلا به‌عیب کارکلیه یا در صورت مصرف مقادیر زیادویتامین تعیین غلظت کلسیم پلاسماضروری است

۲ ـ در صورت وجود تصلب شرائین یاعیب کار قلب زیادی فسفات خون یا عیب‌کار کلیه باید با احتیاط مصرف شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای آنتی‌اسید حاوی منیزیم باکلسیتریول ممکن است منجر به‌زیادی‌منیزیم خون به ویژه در بیماران مبتلا به‌نارسایی مزمن کلیوی گردد. مصرف‌همزمان کلسیتریول با مقادیر زیادفرآورده‌های حاوی کلسیم یا مدرهای‌تیازیدی ممکن است خطر زیادی کلسیم‌خون را افزایش دهد. مصرف همزمان‌سایر مشتقات ویتامین D بـا این دارو ممکن‌است باعث بروز مسمومیت گردد.

عوارض جانبی بامصرف مقادیر بیش ازحد این ویتامین بی‌اشتهایی تهوع واستفراغ اسهال کاهش وزن تکرر ادرار،تعریق سردرد، تشنگی سرگیجه وافزایش غلظت کلسیم و فسفات در پلاسما وادرار گزارش شده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ خطر بروز مسمومیت‌با مصرف طولانی مدت مقادیر زیاد این‌ویتامین وجود دارد.

۲ ـ از مصرف همزمان داروهای ضداسیدحاوی منیزیم با این دارو باید خودداری‌شود.

۳ ـ در صورت مصرف این دارو به‌عنوان‌افزاینده کلسیم خون به منظور بررسی‌پیشرفت درمان مراجعه منظم به‌پزشك‌ضروری است

۴ ـ از آنجائیکه کمبود ویتامین Dبه‌تنهایی‌شایع نیست معمولا ترکیبی از چندویتامین تجویز می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتدا ۰/۲۵ mcg/day مصرف‌می‌شود و سپس برحسب نیاز بیمار هر۴ـ۲ هفته ۰/۲۵ میکروگرم افزایش می‌یابد.در کمی کلسیم خون ناشی از دیالیز۳ ـ ۰/۵ mcg/day و در کم کاری پاراتیروئید۰/۲۷ mcg/day ـ ۰/۲۵ مصرف می‌شود.

کودکان ابتدا ۰/۲۵ mcg/day مصرف‌می‌شود و سپس برحسب نیاز بیمار هر۴ـ۲ هفته ۰/۲۵ میکروگرم افزایش می‌یابد. در کمی کلسیم خون ناشی ازدیالیز ۲ mcg/day ـ ۰/۲۵ و در کم کاری‌تیروئید ۰/۰۸mcg/kg/day ـ ۰/۰۴ مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule: ۰.۲۵ mcg

DIHYDROTACHYSTEROL

موارد مصرف این دارو برای درمان کمی‌کلسیم خون همراه با کم‌کاری پاراتیروئیدو درمان حالات مزمن و پنهان تتانی پس ازعمل جراحی و تتانی ایدیوپاتیك مصرف‌می‌شود.

فارماکوکینتیك ویتامین D به سهولت ازابتدا یا انتهای روده کوچك جذب می‌شود.این ویتامین عمدت ?در کبد و بافتهای چربی‌ذخیره می‌شود. دی‌هیدروتاکیسترول درکبد فعال می‌شود. اثر این ویتامین چندین‌ساعت پس از مصرف شروع می‌شود.طول اثر این ویتامین تا ۹ هفته است این‌ویتامین از راه صفرا و کلیه دفع می‌شود.

موارد منع مصرف این دارو در زیادی‌کلسیم خون یا ویتامین D واستئودیستروفی کلیوی همراه با زیادی‌فسفات خون نباید مصرف

شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

تصلب شرائین یا عیب کار قلب زیادی‌فسفات خون و عیب کار کلیه

۲ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا درصورت مصرف مقادیر زیاد ویتامین تعیین غلظت کلسیم پلاسما ضروری است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای آنتی‌اسید حاوی منیزیم بادی‌هیدروتاکیسترول ممکن است منجر به‌زیادی منیزیم خون به ویژه در بیماران‌مبتلا به نارسایی مزمن کلیوی گردد.مصرف همزمان دی‌هیدروتاکیسترول بامقادیر زیاد فرآورده‌های حاوی کلسیم یامدرهای تیازیدی ممکن است خطر زیادی‌کلسیم خون را افزایش می‌دهد. مصرف‌همزمان سایر مشتقات ویتامین D با این‌دارو ممکن است باعث بروز مسمومیت‌افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر بیش ازحد این ویتامین بی‌اشتهایی تهوع واستفراغ اسهال کاهش وزن بدن تکرارادرار، تعریق سردرد، تشنگی سرگیجه وافزایش غلظت کلسیم و فسفات در پلاسما وادرار گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ خطر بروز مسمومیت‌با مصرف طولانی دراز مقادیر زیاد این‌ویتامین وجود دارد.

۲ ـ از مصرف همزمان داروهای ضداسیدحاوی منیزیم با این دارو باید خودداری‌شود.

۳ ـ در صورت مصرف این دارو به‌عنوان‌افزاینده کلسیم خون به‌منظور بررسی‌پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک‌ضروری است

۴ ـ از آنجائیکه کمبود ویتامین D به تنهایی‌شایع نیست معمولا ترکیبی از چندویتامین تجویز می‌شود.

مقدار مصرف

بزرگسالان ابتداء ۰/۱۲۵–۲mg/dayمصرف می‌شود. در درمان تتانی

ناشی از کمبود حاد کلسیم خون

مقدار شروع ۰/۷۵–۲/۵ mg/day به مدت

۳ روز و در تتانی نسبت ?حاد،۰/۲۵–۰/۵mg/day به مدت ۳ روز مصرف‌می‌شود. مقدار نگهدارنده برحسب نیاز،۰/۲۵ میلی‌گرم در هفته تا ۱ mg/day است در کم‌کاری پاراتیروئید، مقدار شروع۰/۷۵–۲/۵mg/day به مدت چند روز ومقدار نگهدارنده ۱–۰/۲ mg/day است

کودکان در کم‌کاری پاراتیروئید

مقدار شروع ۵–۱ mg/day به مدت ۴ روزاست سپس این مقدار مصرف ادامه یافته‌یا کاهش می‌یابد. مقدار نگهدارنده۰/۵–۱/۵mg/day است

اشکال دارویی

Oral Solution: ۰.۲۵ mg/ml

(VITAMIN D۳ (CHOLECALCIFEROL

موارد مصرف این دارو برای پیشگیری ودرمان کمبود ویتامین D، راشی‌تیسم ودرمان کمی کلسیم خون همراه با کم‌کاری‌پاراتیروئید مصرف می‌شود.

فارماکوکینتیک این ویتامین به‌سهولت ازابتدا یا انتهای روده کوچک جذب می‌شود.این ویتامین عمدت ?در کبد و بافتهای چربی‌ذخیره می‌شود. فعال شدن متابولیک کوله‌کلسیفرول طی دو مرحله در کبد و کلیه‌صورت می‌گیرد. دفع این ویتامین از طریق‌صفرا و کلیه صورت می‌گیرد.

موارد منع مصرف این دارو در زیادی‌کلسیم خون یا ویتامین D واستئودیستروفی کلیوی همراه با زیادی‌فسفات خون نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ این دارو در موارد زیر باید بااحتیاط مصرف شود:

تصلب شرائین یا عیب کار قلب زیادی‌فسفات خون و عیب کار کلیه

۲ ـ در بیماران مبتلا به عیب کار کلیه یا درصورت مصرف مقادیر زیاد ویتامین تعیین غلظت کلسیم پلاسما ضروری است

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌داروهای آنتی‌اسید حاوی منیزیم با کوله‌کلسیفرول ممکن است منجر به زیادی‌منیزیم خون به‌ویژه در بیماران مبتلا به‌نارسایی مزمن کلیوی گردد. مصرف‌همزمان کوله کلسیفرول با مقادیر زیادفرآورده‌های حاوی کلسیم یا مدرهای‌تیازیدی ممکن است خطر زیادی کلسیم‌خون را افزایش می‌دهد. مصرف همزمان‌سایر مشتقات ویتامین D با این داروتوصیه نمی‌شود، زیرا امکان بروزمسمومیت افزایش می‌یابد.

عوارض جانبی با مصرف مقادیر بیش ازحد این ویتامین بی‌اشتهایی تهوع واستفراغ اسهال کاهش وزن بدن تکرارادرار، تعریق سردرد، تشنگی سرگیجه وافزایش غلظت کلسیم و فسفات در پلاسما وادرار گزارش شده‌است

نکات قابل توصیه ۱ ـ خطر بروز مسمومیت‌با مصرف دراز مدت مقادیر زیاد این‌ویتامین وجود دارد.

۲ ـ از مصرف همزمان داروهای ضداسیدحاوی منیزیم با این دارو باید خودداری‌شود.

۳ ـ در صورت مصرف این دارو به‌عنوان‌افزاینده کلسیم خون به‌منظور بررسی‌پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک‌ضروری است

۴ ـ از آنجائی که کمبود ویتامین D به‌تنهایی شایع نیست معمولا ترکیبی از چندویتامین تجویز می‌شود.

مقدار مصرف برای پیشگیری از کمبودویتامین مقدار مصرف توصیه شده درروز، به‌صورت زیر است

شیرخواران و کودکان از بدو تولد

تا سن ۳ سال ۳۰۰–۴۰۰ واحد، سن ۴–۶سال ۴۰۰ واحد، سن ۷–۱۰ سال ۴۰۰واحد، بزرگسالان ۲۰۰–۴۰۰ واحد،

زنان باردار و در دوران شیردهی ۴۰۰واحد.

هر واحد از ویتامین D، معادل ۰/۰۲۵میکروگرم کوله کلسیفرول است

در درمان راشی‌تیسم مقاوم به ویتامین D،در بزرگسالان ۱۲۰۰۰–۱۵۰۰۰۰u/day ودر کودکان ۳۰۰۰–۱۰۰۰۰u/day مصرف‌می‌شود. در درمان کم‌کاری غده‌پاراتیروئید در بزرگسالان ۵۰۰۰۰–۱۵۰۰۰۰u/day و در کودکان ۵۰۰۰۰–۲۰۰۰۰۰u/day مصرف می‌شود.

از راه تزریقی به‌عنوان پیشگیری و درمان‌کمبود ویتامین مقدار مصرف برحسب‌نیاز هر بیمار تعیین می‌شود.

اشکال دارویی

Capsule:۵۰,۰۰۰ U

Injection: ۳۰۰,۰۰۰ U

VITAMIN E

موارد مصرف ویتامین E برای پیشگیری ودرمان کمبود این ویتامین مصرف‌می‌شود.

مکانیسم اثر: ویتامین E به‌عنوان یک عنصراساسی در تغذیه و به‌عنوان یک‌آنتی‌اکسیدان همراه با سلنیم موجود دررژیم غذایی اسیدهای چرب غیراشباع‌موجود در غشاء و سایر ساختمانهای‌سلولی را از حمله رادیکال‌های آزادمحافظت نموده و گویچه‌های قرمز خون رادر مقابل همولیز حفظ می‌کند. ویتامین Eبه‌عنوان یک کوفاکتور در بعضی ازسیستم‌های آنزیمی عمل می‌کند.

فارماکوکینتیک ۵۰-۸۰ درصد ویتامین E
از مجرای گوارش (دوازدهه جذب‌می‌شود. برای جذب کافی این ویتامین وجود املاح صفراوی و چربی موجود دررژیم غذایی ضروری است این ویتامین
در تمام بافت‌های بدن به‌ویژه بافتهای‌چربی ذخیره می‌شود. متابولیسم آن کبدی‌است و از طریق صفرا و کلیه دفع می‌شود.
عوارض جانبی با مصرف مقادیر بین ۴۰۰-۸۰۰u/day به مدت طولانی تاری دید،اسهال سرگیجه سردرد، تهوع یا کرامپ‌معده خستگی یا ضعف غیرمعمول گزارش‌شده‌است
نکات قابل توصیه از آنجا که کمبودویتامین E به تنهایی شایع نیست معمولاترکیبی از چند ویتامین تجویز می‌شود.
مقدار مصرف
خوراکی
به‌عنوان پیشگیری از کمبود ویتامین E،مقدار مصرف توصیه شده در روزبه‌صورت زیر است
شیرخواران و کودکان از بدو تولد تا سن۳ سال ۵-۱۰ واحد، سن ۴-۱۰ سال ۱۲واحد، پسران و مردان بالغ ۱۷ واحد،دختران و زنان بالغ ۱۳ واحد، زنان باردار۱۷ واحد، در دوران شیردهی ۱۸-۲۰واحد. برای درمان کمبود این ویتامین مقدار مصرف برحسب شدت کمبود تعیین‌می‌شود.
در شیرخواران نارس که فرمول‌های‌غذایی حاوی مقادیر زیاد اسیدهای چرب‌غیراشباع دریافت می‌کنند، ۲۵-۱۵ u/dayتجویز می‌گردد.
تزریقی
برای درمان در بزرگسالان کمبودویتامین ۷۵-۶۰ u/day و در کودکان۱ u/kg/day تزریق می‌شود.
اشکال دارویی

Tablet: ۱۰۰ IU

Oral Drops: ۵۰ IU/ml

Injection: ۱۰۰ IU

(VITAMIN K (PHYTONADIONE

موارد مصرف این ویتامین برای پیشگیری‌و درمان اختلالات انعقادی شامل اختلالات‌در ساخت فاکتورهای II، VII، IX وXناشی از کمبود ویتامین K یا اختلال درفعالیت متابولیک آن مصرف می‌گردد.فیتونادیون به‌منظور جلوگیری از بیماری‌خونریزی دهنده در نوزادان به هنگام تولدمصرف می‌شود.
مکانیسم اثر: این ویتامین تشکیل‌پروترومبین فعال در کبد (فاکتور II)،پروکانورتین (فاکتور VII)، جزءترومبوپلاستین پلاسما یا فاکتورکریسمس (فاکتور IX) و فاکتور استوارت فاکتور X) را که برای انعقاد طبیعی خون‌لازم هستند، تسریع می‌کند.
فارماکوکینتیک ویتامین K به‌سهولت ازمجرای گوارش (دوازدهه جذب می‌شود.فیتونادیون برای جذب به املاح صفراوی‌نیاز دارد. متابولیسم این ویتامین کبدی‌است زمان شروع اثر فیتونادیون از راه‌خوراکی ۶-۱۲ ساعت و از راه تزریقی ۱-۲ساعت است غلظت طبیعی فیتونادیون طی۱۲-۱۴ ساعت پس از مصرف به‌دست‌می‌آید. ویتامین K از راه صفرا و کلیه دفع‌می‌شود.
هشدارها: ۱ ـ ویتامین K در بیماران مبتلا به‌عیب کار کبد باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ به دلیل خطر بروز واکنش‌های شدیدشبه حساسیت مفرط در تزریق وریدی‌ویتامین K، تجویز این دارو از راه وریدی‌توصیه نمی‌شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌ویتامین K با داروهای ضد انعقاد خوراکی‌ممکن است اثرات این داروها را به‌علت‌افزایش ساخت کبدی فاکتورهای پیش‌انعقادی کاهش دهد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ به‌منظور بررسی‌پیشرفت درمان مراجعه منظم به پزشک وانجام آزمون زمان پروترومبین ضروری‌است

۲ ـ از مصرف سایر داروها بدون دستورپزشک باید خودداری شود، زیرا ممکن‌است اثرات ویتامین K را تغییر دهند.

مقدار مصرف

خوراکی

بزرگسالان در کمی پروترومبین خون‌ناشی از مصرف داروهای ضد انعقاد،مقدار ۲/۵-۱۰ میلی گرم (حداکثر ۲۵میلی گرم مصرف می‌شود که در صورت‌نیاز می‌توان پس از ۱۲-۴۸ ساعت این‌مقدار را تکرار نمود.

کودکان به‌عنوان ویتامین و در کمی‌پروترومبین خون ناشی از دارو مقدار۵-۱۰ میلی گرم مصرف می‌شود.

تزریقی

بزرگسالان در کمی پروترومبین خون‌ناشی از داروهای ضد انعقادی (به غیر ازهپارین ، مقدار ۲/۵-۱۰ میلی گرم (حداکثر۲۵ میلی گرم تزریق عضلانی یا زیر جلدی‌می‌شود که در صورت نیاز، می‌توان پس از۶-۸ ساعت این مقدار را تکرار نمود. درکمی پروترومبین خون ناشی از سندرم‌سؤ جذب یا ناشی از داروها، مقدار ۲-۵میلی گرم تزریق عضلانی یا زیرجلدی‌می‌شود.

برای جلوگیری از کمی پروترومبین خون‌در بیمارانی که به مدت طولانی فقط از راه‌تزریقی تغذیه می‌شوند، مقدار ۵-۱۰میلی گرم یکبار در هفته تزریق عضلانی‌می‌شود.

کودکان به‌عنوان ویتامین مقدار ۱میلی گرم در ماه تزریق عضلانی یازیرجلدی می‌شود. برای جلوگیری از کمی‌پروترومبین خون ناشی از تغذیه تام‌وریدی به مدت طولانی ۲-۵ میلی گرم‌یکبار در هفته تزریق عضلانی می گردد.

در درمان کمی پروترومبین خون ۱-۲میلی گرم در شیرخواران و ۵-۱۰ میلی گرم‌در کودکان و برای جلوگیری از بیماری‌خونریزی دهنده نوزادان مقدار ۰/۵-۱میلی گرم بلافاصله پس از زایمان تزریق‌عضلانی یا زیرجلدی می‌شود. در صورت‌نیاز این مقدار پس از ۶-۸ ساعت تکرارمی‌شود.

اشکال دارویی

Injection: ۱ mg/۰.۵ml, ۱۰ mg/ml

Tablet: ۱۰ mg

ZINC SULFATE

موارد مصرف سولفات روی به‌عنوان‌مکمل در پیشگیری و درمان کمبود روی‌مصرف می‌شود. نیاز به این ماده معدنی‌در حالاتی از قبیل سوختگی‌ها، سیروزکبدی دیابت بی‌اشتهایی گاسترکتومی اختلالات ژنتیکی نوزادان نارس عفونت‌های مزمن بیماریهای روده بیماری لوزالمعده بیماری کلیوی اختلالات پوستی استرس و ضربه ممکن‌است افزایش یابد.

مکانیسم اثر: روی برای حفظ ساختمان‌اسیدهای نوکلئیک پروتئین‌ها و غشاهای‌سلولی ضروری است به‌علاوه رشدطبیعی و تقسیم سلولی ترمیم بافتی بلوغ‌جنسی و دستگاه تولید مثل عادت به‌تاریکی و دید در شب التیام زخمها، دفاع‌ایمنی بدن ادراک چشایی و احتمالا بویایی‌از اعمال فیزیولوژیک وابسته به روی‌می‌باشند.

فارماکوکینتیک جذب نمک‌های روی ازمجرای گوارش ناچیز می‌باشد. تقریب?۲۰-۳۰ درصد از روی موجود در رژیم‌غذایی از طریق دوازدهه و ایلئوم جذب‌می‌شود. این عنصر اساس ?در گلبولهای‌قرمز و سفید و همچنین در عضلات استخوان‌ها، پوست کلیه‌ها، کبد،لوزالمعده شبکیه و پروستات ذخیره‌می‌شود. راه اصلی دفع روی (تقریب ?۹۰درصد) از طریق مدفوع است و میزان کمی‌نیز از راه ادرار و عرق دفع می‌شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورتی که بیمار دچارکمبود مس باشد، مصرف روی ممکن است‌کمبود مس را تشدید کرده یا سطح سرمی‌آن را کاهش دهد.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد دارونـدرت ?ممکن است باعث بروز مشکلات‌گوارشی به‌ویژه اشکال در هضم و دردایی‌گاستریک تهوع و مشکلات‌هماتولوژیک شود.

تداخل‌های دارویی مقادیر زیاد روی ممکن‌است جذب مس از طریق روده را مختل‌نماید. نمکهای روی ممکن است جذب‌تتراسیکلین‌ها را از طریق ایجاد شلاتهای‌غیرمحلول کاهش دهند. از اینرو فاصله‌زمانی حداقل ۲ ساعت بین تجویزمکمل‌های روی و تتراسیکلین‌ها ضروری‌می‌باشد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ دارو حداقل یک ساعت قبل یا دو ساعت پس از غذا (مگر درصورت تحریک گوارشی مصرف شود.

۲ ـ در صورت لزوم می‌توان محتویات‌کپسول را روی غذای سرد ریخته ومصرف کرد.

۳ ـ از مصرف غذاهای حاوی کلسیم فسفرو فیتات با این دارو باید خودداری گردد.

۴ ـ در صورت ایجاد تهوع اسهال بثورات‌پوستی استفراغ شدید، از دست رفتن آب‌بدن و بیقراری مقدار مصرف دارو بایدکاهش یافته یا تا کنترل علایم فوق مصرف‌نشود.

مقدار مصرف به‌عنوان مکمل غذایی روزانه۲۵-۵۰ میلی‌گرم روی (۱۱۰-۲۲۰میلی‌گرم سولفات روی مصرف می‌شود.در درمان کمبود روی ابتدا تا ۷۵ mg/dayروی (درمان کوتاه مدت تجویز می‌شود وسپس‌برحسب پاسخ بیمار مقدار مصرف‌دارو کاهش می‌یابد.

اشکال دارویی

Capsule: ۲۲۰ mg

ALTHADIN

موارد مصرف آلتادین در التهاب وتحریکات مخاط گلو بکار می‌رود. همچنین‌به عنوان خلط‌آور در سرفه‌های ناشی ازافزایش ترشحات مجاری تنفسی فوقانی‌استفاده می گردد.

مکانیسم اثر: آلتادین با داشتن موسیلاژ وسایر مواد مؤثر دارای خاصیت نرم‌کننده وکاهش دهنده تحریکات و التهابات خفیف‌در مخاط دهان و گلو می‌باشد. احتمالا این‌اثر با ایجاد یک غشا و مانع فیزیکی برای‌جلوگیری از گسترش تحریکات ظاهرمی‌شود.

اجزاء فرآورده قرص آلتادین حاوی

۲۲۰ میلی‌گرم پودر گل ختمی

(Althaea officinalis)، ۱۵ میلی‌گرم عصاره‌تام ریشه شیرین‌بیان (Glycyrrhiza glabra) و ۲ میلی‌گرم اسانس نعناع (Mentha piperita)می‌باشد.

مواد مؤثره موسیلاژ، پکتین آسپاراژین لسیتین منتول فلاونوییدها وگلیسیریزین

هشدارها: ایمنی مصرف آلتادین در دوران‌بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

نکات قابل توصیه آلتادین در التهاب‌های‌ناشی از عفونت مخاط گلو به تنهایی مؤثرنمی‌باشد. بنابراین توصیه می گردد طبق‌نظر پزشک همراه با آنتی بیوتیک مناسب‌مصرف شود.

مقدار مصرف طبق دستور پزشك یا هر۲–۳ ساعت یك قرص مكیده شود.

اشکال دارویی

Losong: ۷۰۰ mg

ALTIB

موارد مصرف آلتیب در درمان اضطراب بی‌خوابی و سردردهای با منشاء عصبی‌بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: این فرآورده به عنوان داروی‌مضعف سیستم عصبی مرکزی (CNS)عمل می کند، ولی جایگاه و مکانیسم دقیق‌اثر آن به‌طور کامل شناخته نشده است مطالعات بیوشیمیایی نشان داده است که‌والرینیك اسید سنبل‌الطیب احتمالا باعث‌وقفه در سیستم آنزیمی مسئول کاتابولیسم گابا(GABA) می‌شود. طبق‌بررسی‌های انجام شده عصاره‌هیدروالکلی بادرنجبویه دارای اثرآرامبخش روی سیستم اعصاب مرکزی (CNS)می‌باشد. بابونه واسطوخودوس‌موجود در این فراورده احتمالا دارای‌اثرات سداتیو است

اجزاء فرآورده پودر آلتیب از مجموعه‌گیاهان زیر تشکیل شده است

۱ ـ ریزوم و ریشه سنبل‌الطیب۳۲٪

Valeriana officinalis

۲ـ برگ‌بادرنجبویه۱۷٪

Melissa officinalis

۳ ـ سرشاخه‌های گلدار گاوزبان۱۷٪

Borago officinalis

۴ ـ گلهای بابونه۱۷٪

Matricaria chamomilla

۵ ـ برگ اسطوخودوس۱۷٪

Lavandula stoechas

مواد مؤثره کامازولن والرینیک اسید،والپوتریات‌ها، لینالیل استات سیترال وسیترونلال

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فرآورده ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی‌نماید. بنابراین هنگام رانندگی یا کار باابزاری که به هوشیاری کامل نیاز دارنداحتیاط شود.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در دوران‌بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی به دلیل وجود بابونه در این‌فرآورده امکان بروز واکنشهای آلرژیک درماتیت آنافیلاکسی در افراد حساس به‌این گیاه وجود دارد.

تداخل‌های دارویی مصرف این فرآورده‌می‌تواند موجب تشدید اثر سایر داروهای‌آرام‌بخش گردد.

مقدار مصرف روزی ۲ بار، صبح و شب هر بار ۱–۲ قاشق مرباخوری از پودرآلتیب را در یک لیوان آب‌جوش به مدت ۱۵دقیقه دم کرده و پس از صاف کردن‌مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۴۰ g

ANETHUM

موارد مصرف آنتوم در زیادی چربی خون کلسترول و تری گلیسیرید)، پیشگیری ودرمان آرتریواسکلروز و کولیکهای‌صفراوی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: کورستین و لاکتوکوپیکرین‌موجود در این فرآورده احتمالا باعث مهارآنزیمهای لیپوژناز می‌شوند. ترکیبات‌موجود در آنتوم موجب افزایش ترشحات‌صفرا می‌شود. عصاره شاهتره احتمالامانع تشکیل سنگهای صفراوی می گردد.

اجزاء فرآورده آنتوم از عصاره گیاهان زیرتهیه شده است

۱ ـ دانه و برگ شوید ۶۸٪

Anethum graveolens

۲ ـ ریشه کاسنی ۵٪

Cichorium intybus

۳ ـ سر شاخه‌های گلدار شاهتره۵٪

Fumaria parviflora

۴ ـ لیمو عمانی ۴٪

Cirtus sp

مواد مؤثره روغنهای فرار نظیر کارون لیمونن گلیکوزید تلخ لاکتوکوپیکرین آلکالوئید، پروتوپین و هیسپیریدین

هشدارها: ۱ ـ در بیماران مبتلا به دیابت بایدتحت نظر پزشک مصرف گردد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در زنان‌باردار و شیرده به اثبات نرسیده است

مقدار مصرف روزی ۳ بار، هر بار

۳-۲ قرص با آب یا آب میوه مصرف‌می‌شود.

روزی ۲-۳ بار، هر بار یک قاشق‌مرباخوری از گرانول را در یک لیوان‌آب‌جوش ریخته و پس از ۱۰ دقیقه مصرف‌شود.

اشکال دارویی

Granule: ۱۰۰ g

Tablet: ۶۵۰ mg

ANTI-DIABETIC

موارد مصرف آنتی‌دیابتیک در درمان‌زیادی قندخون به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: مطالعات انجام شده نشان‌داده است که داکسی نوجری مایسین‌موجود در برگ توت سیاه در واکنشهای‌آنزیمی به‌جای قند مورد مصرف آنزیمهاقرار گرفته و آنها را غیرفعال می کند.همچنین با ایجاد وقفه در عمل آنزیم گلیکوزیداز می تواند از شکسته‌شدن‌زنجیره قندها جلوگیری نماید.

اثرات پایین آورنده قندخون دانه

شنبلیله ممکن است به‌علت نیکوتینیک

اسید، کومارین و تریگونلین موجود در آن‌باشد.

اجزاء فرآورده آنتی‌دیابتیک از مخلوطگیاهان زیر تشکیل شده است

۱. برگ توت سیاه ۲۰٪

Morus nigra

۲. دانه شنبلیه ۶۰٪

Trigonella foenum-graecum

۳. برگ زیتون ۱۰٪

Olea europea

۴. ریشه شیرین بیان۵٪

Glycyrrhiza glabra

۵. پونه۵٪

Mentha pulegium

مواد موثره تری گونلین کومارین نیکوتینیک اسید، داکسی نوجری مایسین واولئوروپئین

هشدارها: ۱ ـ مصرف همزمان این فرآورده‌با داروهای پایین آورنده قند و چربی‌خون داروهای ضدانعقاد، داروهای‌هورمونی و وقفه دهنده‌های مونوآمین‌اکسیداز (MAOI)باید بااحتیاط صورت گیرد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

نکات قابل توصیه از آنجا که شنبلیله‌موجود در آنتی‌دیابتیک (به‌دلیل داشتن‌فیبرهای موسیلاژی ممکن است باعث‌جلوگیری از جذب سایر داروها گردد. لذاتوصیه می‌شود این فرآورده با فاصله‌زمانی مناسب از سایر داروها مصرف گردد.

مقدار مصرف روزی ۲ بار، هر بار ۲ قاشق‌غذاخوری از فرآورده را در یک لیوان آب‌جوش دم کرده و پس از صاف کردن‌مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۱۰۰ g

ANTIMIGRAINE

موارد مصرف قطره آنتی میگرن به‌عنوان‌پیشگیری‌کننده و برطرف کننده حملات‌میگرنی و سردردهای با منشاء عصبی‌بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: آنتی میگرن به‌دلیل داشتن‌سنبل‌الطیب و بادرنجبویه دارای اثرات‌مضعف سیستم اعصاب مرکزی (CNS)می‌باشد. سالیسین موجود در پوست بیداثر ضد دردی مشابه سالیسیلات‌ها ایجادمی‌نماید.

اجزاء فرآورده قطره آنتی میگرن از عصاره‌هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه می‌شود:

۱. دانه رازیانه ۳۰٪

Foeniculum vulgare

۲. ریشه سنبل‌الطیب ۳۰٪

Valeriana officinalis

۳. پوست ساقه بید ۲۰٪

Salix alba

۴. برگ بادرنجبویه ۲۰٪

Melissa officinalis

مواد موثره والرینیک اسید، والپوتریات‌ها،سالیسین روغنهای فرار نظیر آنتول فنکون سیترال و سیترونلال

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فرآورده ممکن است ایجاد خواب آلودگی‌نماید، بنابراین هنگام رانندگی یا کار باابزاری که به‌هوشیاری کامل نیاز دارد،احتیاط شود.

۲ ـ در افراد حساس به‌اسید استیل‌سالیسیلیک مبتلاـ به‌آسم زخمهای حادگوارشی هموفیلی نقرس کمی‌پروترومبین خون با احتیاط مصرف شود.

۳ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

تداخل‌های دارویی از مصرف همزمان این‌فرآورده با سالیسیلات‌ها باید خودداری‌شود. مصرف این فرآورده موجب تشدیداثر سایر داروهای آرامبخش می گردد.

مقدار مصرف به‌محض شروع اولین آثارحمله میگرنی ۴۰ ـ ۳۰ قطره در یک فنجان‌آب سرد ریخته و میل شود. در صورت‌لزوم می‌توان بعد از یک ساعت مصرف‌دارو را تکرار نمود. جهت پیشگیری ازحمله میگرنی و سردرد می‌توان صبح وشب مطابق دستور فوق مصرف نمود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

BABOONEH

موارد مصرف قطره بابونه برای درمان‌التهاب بافت مخاطی دهان و سایرقسمتهای دستگاه گوارش به‌کار می‌رود.علاوه بر این دارای اثرات ضداسپاسم وضدنفخ می‌باشد.

مکانیسم اثر: فعالیت ضدالتهابی عصاره‌بابونه بیشتر به‌واسطه ترکیبات ماتریسین پیشتاز کامازولن ، بیزابولول واکسیدهای آن می‌باشد. عصاره بابونه‌احتمالاً موجب وقفه سیکلواکسیژناز ولیپواکسیژناز شده در نتیجه تولیدپروستاگلاندینها و لوکوترین‌ها را متوقف‌می‌نماید. آپی‌ژنین موجود در عصاره‌بابونه موجب مهار آزادسازی هیستامین‌نیز می گردد. اثرات آنتی اسپاسمودیک‌بابونه به آپی‌ژنین نسبت داده می‌شود.

اجزاء فرآورده قطره بابونه از عصاره‌هیدروالکلی گیاه بابونه (Matricaria chamomilla)تهیه شده است که هر ۱۰۰میلی‌لیتر آن حاوی ۱۰ میلی‌گرم کامازولن‌و حداقل ۲ میلی‌گرم آپی‌ژنین می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر کامازولن آلفا ـ بیزابولول و فلاونویید آپی‌ژنین

منع مصرف این فرآورده در بیماران مبتلابه‌آسم نباید مصرف شود.

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به‌اثبات‌نرسیده است

عوارض جانبی در افراد حساس احتمال‌بروز واکنشهای آلرژیک (در ماتیت‌تماسی آنافیلاکسی وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ در کاربرد داروبه‌عنوان ضدالتهاب و سوزش مخاط معده‌و روده باید مقدار مصرف توصیه شده نیم ساعت قبل از غذا میل شود.

۲ ـ در کاربرد قطره بابونه به‌عنوان‌ضداسپاسم و ضدنفخ باید دارو یک ساعت بعد از غذا میل گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان روزی ۳ بار، هربار ۳۰ قطره‌مصرف شود.

کودکان روزی ۳ بار، هربار ۲۰ ـ ۱۰ قطره‌در یک فنجان آب ولرم مصرف شود.

به‌عنوان دهان شویه روزی ۳ بار هربار۱ قاشق مرباخوری از قطره همراه با نصف‌لیوان آب ولرم مخلوط و غرغره شود.

اشکال دارویی

Drop: ۱۵ ml

BRAN

موارد مصرف برن در اختلالات دستگاه‌گوارش نظیر یبوست بیماریهای‌دیورتیکولار روده بزرگ و سندرم روده‌تحریک‌پذیر بکار می‌رود. ملین‌های‌حجیم‌کننده مدفوع برای پیشگیری ازیبوست در بیمارانی که در حین اجابت‌مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیمارانی‌که زخم برش فرج (episiotomy)دارند،هموروئید ترومبوزه دردناک شقاق یاآبسه پرینه‌ای فتق دیافراگم و تنگی‌آنورکتال مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: برن احتمالاـ از طریق جذب ونگهداری آب باعث افزایش حجم و رطوبت‌مدفوع شده موجب تحریک روده بزرگ وافزایش حرکات پریستالتیک و در نتیجه‌کوتاه شدن زمان عبور مواد از روده وافزایش دفعات دفع می‌گردد.

اجزاء فرآورده پودر برن از پوسته خارجی‌گندم تهیه شده است

مواد موثره پلی‌ساکاریدها (سلولز،همی‌سلولز و پکتین ، پروتئین چربی واملاح

منع مصرف این فرآورده مانند سایرداروهای ملین در آپاندیسیت و یانشانه‌های آن خونریزی رکتوم باعلت‌نامشخص نارسایی احتقانی قلب انسدادروده و در صورت وجود اشکال در بلع‌نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ ملین‌ها در کودکان تا سن ۶سال به‌جز بادستور پزشک نباید مصرف‌شوند. از آنجا که این کودکان قادربه‌توضیح علائم بیماری خود نیستندتشخیص دقیق بیماری بر مصرف این‌داروها ارجحیت دارد.

۲ ـ پودر برن باید با مقادیر زیاد مایعات‌مصرف شود. زیرا در صورت عدم‌مصرف کافی مایعات احتمال بروز انسدادمری و تراکم مدفوع در روده وجود دارد.

عوارض جانبی در شروع درمان ممکن‌است سنگینی و نفخ موقتی در بیماران‌ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف‌می‌شود. مصرف مقادیر زیاد از پودر برن باعث انسداد روده و مری (معمولاـ به‌دلیل‌مصرف کم مایعات می‌گردد. همچنین‌واکنشهای آلرژیک بامصرف دارو گزارش‌شده است

تداخل‌های دارویی پودر برن باعث کاهش‌جذب برخی از مواد معدنی (نظیر کلسیم منیزیم مس و روی ، ویتامین B۱۲،گلیکوزیدهای قلبی و مشتقات کومارینی‌می‌گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف حداقل ۸ ـ ۶لیوان آب در روز برای کمک به‌نرم شدن‌مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمارضروری است

۲ ـ مصرف طولانی مدت این داروها که‌به‌صورت عادت درآمده باشد ممکن است‌باعث وابسته‌شدن کار روده‌ها به‌این‌داروها شود.

۳ ـ داروهای ملین نباید بیشتر از یک هفته مگر با دستور پزشک یا در مواردغیرضروری (مانند عدم اجابت مزاج طی‌یک یا دو روز) مصرف گردد.

۴ـ از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت‌بعد از مصرف سایر داروها خودداری‌نمایید.

مقدار مصرف روزانه ۳ ـ ۲ بار، یک یا

دو قاشق غذاخوری همراه با یک لیوان

آب میوه شیر و یا سایر نوشیدنیها،

۳۰ ـ ۱۵ دقیقه قبل از غذا مصرف

شود.

اشکال دارویی

Powder: ۲۵۰ g

BRONCHO T.D.

موارد مصرف شربت برونکوتیدی‌به‌عنوان ضد سرفه و خلط آور به کارمی‌رود.

مکانیسم اثر: اثرات ضد سرفه و خلط آورآویشن شیرازی احتمالا مربوط به‌روغن‌های فرار (تیمول و کارواکرول آن‌می‌باشد.

اجزاء فرآورده هر ۱۰۰ میلی لیتر شربت‌حاوی ۲۵ گرم عصاره هیدروالکلی ۲۰٪آویشن شیرازی Zataria moltiflora می‌باشد.

مواد مؤثره روغنهای فرار نظیر تیمول وکارواکرول

منع مصرف به دلیل وجود ساکاروز نبایددر افراد دیابتیک مصرف شود.

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به اثبات‌نرسیده است

عوارض جانبی تیمول موجود در این‌فرآورده ممکن است باعث تحریک غشاءمخاطی گردد.

مقدار مصرف

بزرگسالان یک قاشق غذاخوری ۳ تا ۴ باردر روز

کودکان یک قاشق مرباخوری ۳ تا ۴ باردر روز

اشکال دارویی

Syrup: ۱۲۰ ml

CALENDULA

موارد مصرف پماد کالاندولا دردرماتیت‌های آلرژیک پیشگیری و تسکین‌التهاب و تحریک پوست بدن شیرخواران‌بر اثر تماس با ادرار، آزردگی‌های جلدی‌ناشی از خراش‌ها و بریدگیهای سطحی خشکی و ترک‌های پوست گزیدگی‌حشرات پیشگیری و درمان آفتاب‌سوختگی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: فلاونوییدهای موجود در گل‌همیشه بهار از آزادشدن هیستامین و تولیدپروستاگلاندین‌ها جلوگیری می‌نمایند.ساپونین‌های گل همیشه بهار از آزاد شدن‌هیستامین برادی کینین و بعضی ازآنزیم‌های پروتئولیتیک جلوگیری کرده وبا کاهش نفوذپذیری مویرگها مانع ترشح‌پلاسما به‌داخل بافتها گردیده و مهاجرت‌گویچه‌های سفید را به‌ناحیه ملتهب کاهش‌می‌دهند. کارتنوییدهای گل همیشه بهار وبخصوص بتاکاروتن پیش‌ساز ویتامین Aبوده و به‌اثرات ضدالتهاب و التیام بخش‌فلاونوییدها و ساپونوزیدهای آن کمک‌می‌کنند. کاروتنوییدها همچنین همراه باتانن موجود در گیاه ممکن است درپیشگیری و بهبود حالت سرخی ادم و

درد ناشی از آفتاب سوختگی که در اثراشعه ماوراء بنفش ایجاد می‌شود مؤثرباشند.

اجزاء فرآورده پماد کالاندولا

از عصاره تام گلهای همیشه بهار (Calendula officinalis)به‌میزان ۱/۵٪(معادل ۱۰۰ میلی گرم کاروتنویید) تهیه‌شده است

مواد مؤثره فلاونوییدهایی نظیرکورستین ایزوکورستین استرولها،کاروتنوییدها و ساپونین

مقدار مصرف روزی چندبار پس ازتمیزکردن پوست به‌مقدار کافی از پمادروی موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۱۵g

CARMINATIVES

موارد مصرف این فرآورده‌ها جهت‌برطرف نمودن سوءهاضمه نفخ و دردناشی از آن مصرف می گردند.

مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود در این‌فرآورده‌ها با داشتن اثرات آنتی‌اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنگترتحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها ازمعده می گردد. ترکیبات فلاونوییدی وبیزابولول بابونه دارای اثرات‌آنتی‌اسپاسمودیک می‌باشند. به‌علاوه‌منتول موجود در نعناع احتمالا از طریق اثرآنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن‌عضلات صاف جداره کولون می‌شود.

اجزاء فرآورده‌ها: ـ Caramin از مخلوطگیاهان زیر تشکیل شده است

۱. دانه انیسون ۲۰٪

Pimpinella anisum

۲. دانه رازیانه ۲۰٪

Foeniculum vulgare

۳. دانه زیره سیاه ۲۰٪

Carum carvi

۴. گل بابونه ۲۰٪

Matricaria chamomilla

۵. برگ نعناع ۲۰٪

Mentha piperita

Caraway Mixture

از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱.عرق‌زیره‌سیاه ۳۲/۳۲٪

Carum carvi

۲.عرق‌رازیانه ۳۳/۳۲٪

Foeniculum vulgare

۳. عرق نعناع ۸/۴۳٪

Mentha arvensis

۴. عرق پونه ۸/۳۳٪

Mentha longifolia

Carmint

از عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تشکیل‌شده است

۱. برگ نعناع ۵۰٪

Mentha spicata

۲. برگ بادرنجبویه۲۵٪

Melissa officinalis

۳. دانه گشنیز۲۵٪

Coriandrum sativum

Dineh Carminatif

از مخلوط گیاهان زیر تشکیل شده است

۱. دانه زیره سیاه۱۵٪

Carum carvi

۲. دانه زیره‌سبز ۱۰٪

Cuminum cyminum

۳. دانه انیسون۱۵٪

Pimpinella anisum

۴. برگ نعناع ۲۰٪

Mentha piperita

۵. برگ بادرنجبویه۵٪

Melissa officinalis

۶. دانه رازیانه ۲۰٪

Foeniculum vulgare

۷. دانه گشنیز۱۵٪

Coriandrum sativum

Dillsun

از اسانس شوید به میزان ۲٪ تهیه گردیده‌است

Gripewater

از اسانس طبیعی گیاهان زیر تشکیل شده‌است

۱.اسانس‌شوید۰/۰۱۵٪

Anethum graveolens

۲.اسانس‌دانه‌رازیانه۰/۰۱۵٪

Foeniculum vulgare

۳.اسانس برگ نعناع ۰/۰۱۵٪

Mentha piperita

Supermint

از اسانس نعناع به‌میزان ۲٪ تهیه گردیده‌است

مواد موثره

Caramin: روغنهای فرار مانند کارون آنتول فنکون منتول کامازولن وفلاونویید آپی‌ژنین

Caraway Mixture: روغنهای فرار مانند کارون آنتول فنکون منتول و منتون

Carmint: روغنهای فرار نظیر سیترال لینالول کارون و منتول

Dineh Carminatif: روغنهای فرار نظیرآنتول فنکون سیترال لینالول کارون کومینالدئید و منتول

Dillsun: روغنهای فرار نظیر منتول

Gripe water: روغنهای فرار مانندکارون آنتول فنکون منتول و منتون

Supermint: روغنهای فرار نظیر منتول

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده‌ها دردوران بارداری و شیردهی به‌اثبات‌نرسیده است

عوارض جانبی در افراد حساس امکان‌بروز واکنشهای آلرژیک (در ماتیت‌تماسی وجود دارد.

مقدار مصرف

Caramin: روزی دو بار، هر بار ۲ ـ ۱قاشق مرباخوری از پودر کارامین را دریک لیوان آب جوش دم کرده نیم ساعت‌بعد از غذا مصرف می‌شود.

Caraway Mixture: کودکان تا ۶ ماه یک قاشق مرباخوری کودکان ۶ ماهه تا ۲ساله دو قاشق مرباخوری و در کودکان‌بالاتر از ۲ سال سه قاشق مرباخوری‌مصرف می‌شود. در صورت لزوم این‌مقادیر را تا ۶ بار در روز می‌توان تکرارنمود.

Carmint: بزرگسالان ۳۰ قطره و کودکان‌زیر ۱۲ سال ۱۵ قطره با نصف استکان آب‌اضافه شده و بعد از هر غذا مصرف‌می‌شود.

Dineh Carminatif: بزرگسالان ۲ ـ ۱قاشق مرباخوری از پودر کارمیناتیف

را با نصف لیوان آب جوش دم کرده پس‌از غذا مصرف می‌شود. پودر کارمیناتیف‌را می‌توان مستقیم ?به‌غذا یا ماست نیزافزود.

کودکان زیر ۱۲ سال نصف مقداربزرگسالان مصرف می‌شود.

Dillsun: ۱۰ ـ ۷ قطره در یک استکان آب‌حل شده مصرف می‌شود. در صورت‌لزوم پنج بار در روز می‌توان تکرار کرد.

Gripe water: نوزادان یک قاشق‌چایخوری کوکان یک قاشق مرباخوری وبزرگسالان یک قاشق سوپخوری مصرف‌می‌گردد.

در صورت لزوم چهار تا شش‌بار در روز می‌توان تکرار کرد.

Supermint: ۱۰ ـ ۷ قطره در یک استکان‌آب حل شده مصرف می‌شود. در صورت‌لزوم پنج بار در روز می‌توان تکرار کرد.

اشکال دارویی

Caramin: powder ۴۰ g

Caraway mixture: Solution ۱۲۰ ml

Carmint: Drop ۳۰ ml

Dineh Carminatif: Powder ۵۵ g

Dillsun: Drop ۱۵ ml

Gripe water: Solution ۱۲۰ ml

Supermint: Drop ۱۵ ml

CRATAEGUS

موارد مصرف کراتاگوس باداشتن اثرات‌کاردیوتونیک گشادکننده عروق کرونر وپایین‌آورنده فشارخون در درمان‌نارساییهای خفیف قلبی و زیادی فشارخون بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثرات قلبی ـ عروقی این‌فراورده به‌ترکیبات فلاونوییدی موجود درکراتاگوس بخصوص پروسیانیدین‌هانسبت داده شده است کراتاگوس باعث‌افزایش جریان خون کرونر، افزایش‌جریان خون محیطی (در سر، عضلات‌اسکلتی و کلیه ، کاهش جریان خون‌محیطی (در پوست و دستگاه گوارش ،کاهش مقاومت محیطی و کاهش فشارخون‌می گردد. ترکیبات فلاونوییدی وپروآنتوسیانیدین این گیاه احتمالا دارای‌اثرات کرونوتروپ منفی و اینوتروپ مثبت‌می‌باشند.

اجزاء فرآورده قطره کراتاگوس

از عصاره هیدروالکلی گیاه سرخ ولیک Crataegus microphylla) تهیه شده است‌که هر ۱۰۰ میلی‌لیتر آن حاوی ۰/۲ گرم‌ماده مؤثره فلاونویید می‌باشد.

مواد موثره فلاونوییدها، پروسیانیدین‌هاو پروآنتوسیانیدین ها.

هشدارها: ۱ ـ بیماران تحت درمان باداروهای قلبی ـ عروقی به‌اثرات‌فارماکولوژیک کراتاگوس حساس‌ترمی‌باشند. بنابراین مصرف این فرآورده‌در افراد فوق باید بااحتیاط صورت

گیرد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

عوارض جانبی بامصرف فرآورده‌های‌حاوی کراتاگوس عوارضی نظیر تهوع خستگی تعریق و بثورات جلدی (روی‌دست گزارش شده است مصرف مقادیرزیاد این فراورده ممکن است ایجادمسمومیت (برادیکاردی دپرسیون‌تنفسی نماید.

مقدار مصرف مقدار مصرف اولیه ۷۰ ـ ۶۰قطره ۳ بار در روز به‌مدت ۴ ـ ۳

روز است مقدار مصرف نگهدارنده روزی۳ بار هربار ۲۵ قطره است توصیه

می‌شود قطره با کمی آب رقیق و مصرف گردد.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

DIURETIC

موارد مصرف دیورتیک در تخفیف‌نشانه‌های خیز در نارسایی احتقانی قلب وکم‌کاری کلیه عفونتهای دستگاه ادراری وکمک به‌دفع سنگهای مجاری ادرار وافزایش فشارخون بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: احتمالا یونها و قندهای‌موجود در این فرآورده مشابه مدرهای‌اسموتیک سبب تسهیل دفع آب و مهارجذب مجدد آب و املاح می گردد. روغنهای‌فرار موجود در پونه به‌علت داشتن اثرات‌آنتی‌اسپاسمودیک موجب شل شدن‌عضلات صاف مجاری ادرار و تسهیل‌خروج سنگ می گردد.

اجزاء فرآورده پودر مخلوط گیاهی‌دیورتیک از مجموعه گیاهان زیر تشکیل‌شده است

۱. دم آلبالو۵۷/۴٪

Prunus cerasus

۲. کاکل ذرت۸/۸٪

Zea mays

۳. میوه خارخاسک۲۵٪

Tribulus terrestris

۴. برگ پونه۸/۸٪

Mentha longifolia

مواد موثره پتاسیم کلسیم گلوکز، لولز،مانیتول روغنهای فرار و فلاونوییدها.

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فراورده ممکن است منجر به‌اختلال آب والکترولیتها گردد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فراورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

عوارض جانبی در افراد حساس به‌کاکل‌ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک درماتیت تماسی و کهیر) وجود دارد.

مقدار مصرف روزی ۲ بار، هربار یک‌قاشق غذاخوری از مخلوط گیاهی را در یک‌لیوان آب جوش به‌مدت ۱۰ دقیقه دم نموده‌و پس از صاف کردن مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۱۰۰ g

ENOXOLONE

موارد مصرف انوکسولون در درمان‌التهابات پوستی نظیر قرمزی پوست‌نوزادان ناشی از ادرار سوختگی قرمزی‌پوست در اثر آفتاب سوختگی اگزماهای‌ملایم در سطح صورت پلکها و اطراف‌دهان و خارش ناشی از نیش حشرات خارش‌های انگلی یا خارش دستگاه تناسلی‌در زنان به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: گلیسیریتینیک اسید تمایل‌نسبی به‌اتصال با گیرنده‌های گلوکوکورتیکوئیدی و مینرا لوکورتیکوییدی را دارد و احتمالا با تأثیر بر این گیرنده‌ها، روی فعالیت استروییدهای آندوژن تأثیر می گذارد و در کبد و کلیه ازتبدیل کورتیزول به‌کورتیزون جلوگیری‌می کند.

اجزاء فرآورده پماد انوکسولون حاوی ۲٪اسید گلیسیرتینیک می‌باشد.

مواد موثره اسید گلیسیرتینیک انوکسولون .

منع مصرف این فرآورده در بریدگیها،سوختگیها، زخمهای عفونی و عفونتهای‌پوستی باکتریایی قارچی و ویروسی نبایدمصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ به علت امکان حساسیت درموقع تماس با این دارو به مدت طولانی روی سطح وسیعی از پوست استفاده‌نشود.

۲ ـ در مورد پوست نوزادان روی مخاط وپوستی که هنوز لایه خارجی آن تشکیل‌نشده استفاده شود.

۳ ـ از استعمال پماد در چشم خودداری‌شود.

عوارض جانبی در صورت مصرف داروبه‌مدت طولانی در سطح وسیع و آسیب‌دیده پوست احتمال بروز علائم‌مینرالوکورتیکوئیدی وجود دارد.

مقدار مصرف پس از تمیزکردن پوست روزی ۴ ـ ۲ بار، لایه نازکی از پماد روی‌موضع مالیده شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۱۵g

EUCALYPTUS INHALERS

موارد مصرف این فراورده‌ها برای برطرف‌نمودن نشانه‌های سرماخوردگی سرفه واحتقان بینی به‌کار می‌روند.

مکانیسم اثر: اسانسهای موجود در

این فراورده‌ها دارای اثرات ضدالتهاب خلط‌آور و آنتی‌باکتریال می‌باشند.

به‌نظر می‌رسد اثرات ضدباکتریایی‌اوکالیپتول روی باکتریهای گرم مثبت‌بیشتر بوده و باسیلوس ساب تیلیس ومیکروکوکوس گلوتامیوس به‌آن‌حساس‌تر می‌باشند. کورستین وهایپروزید موجود در اکالیپتوس ممکن‌است اثرات ضد ویروس آنفلوانزاتیپ Aداشته باشند.

اجزاء فرآورده

Dineh Eucalyptus Inhaler:

۱. اسانس اکالیپتوس ۰/۱٪

Eucalyptus sp

۲. اسانس آویشن ۰/۱٪

Thymus serpillum

۳. اسانس رازیانه ۰/۱٪

Foeniculum vulgare

۴. اسانس نعناع۰/۴٪

Mentha piperita

۵. تنتور اکالیپتوس تا ۱۰۰٪

Eucalyptus sp

Dineh Inhaler:

۱. دانه رازیانه ۲۰٪

Foeniculum vulgare

۲. برگ مورد ۳۰٪

Myrtus communis

۳. برگ اکالیپتوس ۳۰٪

Eucalyptus globulus

۴. برگ آویشن ۱۵٪

Thymus serpillum

۵. گل بابونه۵٪

Matricaria chamomilla

Gol Daru Liquid Eucalyptus Inhaler:

۱. تنتور اکالیپتوس ۲۰ گرم

Eucalyptus globulus

۲. تنتور بنزوئن ۲۰ گرم

Styrax benzoin tincture

۳. پودر منتول ۱ گرم

Menthol

Iran Daruk Liquid Eucalyptus Inhaler:

۱. تنتور اکالیپتوس ۴۹٪

Eucalyptus globulus

۲. تنتور مورد ۲۵٪

Myrtus communis

۳. تنتور پوتار ۲۵٪

Cymbopogon sp

۴. منتول ۱٪

Menthol

Iran Daruk Powder Eucalyptus Inhaler:

۱. برگ اکالیپتوس ۵۵٪

Eucalyptus globulus

۲. برگ مورد ۱۰/۷٪

Myrtus communis

۳. برگ پوتار ۸/۳٪

Cymbopogon sp

۴. برگ آویشن باریک ۱۳٪

Ziziphora regia

۵. برگ آویشن صغیر ۱۳٪

Thymus kotshyanus

مواد موثره روغنهای فرار نظیر سینئول اکالیپتول ، منتول تیمول کورستین

منع مصرف این فرآورده‌ها در بیماران‌مبتلا به تب بالا، سرفه‌های مداوم وخون‌ریزی دستگاه تنفس نباید مصرف‌شوند.

عوارض جانبی تیمول موجود در برخی ازاین فرآورده‌ها ممکن است باعث تحریک‌غشا مخاطی گردد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ این داروها بایدبه‌صورت بخور مصرف شود و از خوردن‌آن اکید ?خودداری گردد.

۲ ـ در طی بخوردادن چشمها باید بسته‌باشند.

۳ـ سرفه‌های مداوم ممکن است نشانگریک بیماری جدی باشد. در صورت تداوم‌نشانه‌های بیماری باید به‌پزشک مراجعه‌شود.
مقدار مصرف روزانه چندبار، هربار یک‌قاشق سوپخوری از محلول را در یک ظرف مناسب آب داغ (در حال جوشیدن‌نباشد) ریخته و به‌مدت ۱۰ ـ ۵ دقیقه درحالیکه چشمها بسته است بخور داده‌شود.

اشکال دارویی

Dineh Eucalyptus Inhaler: Solution ۶۰ ml

Dineh Inhaler: Powder ۵۰g

Iran Daruk Liquid Eucalyptus Inhaler:Solution ۶۰ ml

Iran Daruk Powder Eucalyptus Inhaler:Powder ۷۰ g

GARLIC PRODUCTS

موارد مصرف این فرآورده‌ها در زیادی‌فشار خون زیادی چربی خون تصلب‌شرائین و پیشگیری از ترومبوز به‌کارمی‌روند.

مکانیسم اثر: سیر احتمالا با اثر

مستقیم روی عضلات صاف دیواره عروق‌باعث وازودیلاتاسیون عروق محیطی‌می گردد. همچنین ممکن است از طریق‌فعال کردن

نیتریک اکساید سنتتاز

باعث افزایش تولید نیتریک اکساید

و در نتیجه پایین‌آمدن فشارخون

گردد.

اثر سیر در کاهش کلسترول وتری‌گلیسرید احتمالاـ از طریق مهارآنزیم‌های کلیدی سنتز کلسترول واسیدهای چرب مانند هیدروکسی متیل‌گلوتاریل کوآنزیم A (HMG - COA) واستیل کوآکربوکسیلاز ظاهر می‌شود.سیر همچنین باعث تنظیم فسفولیپیدهای‌پلاسما و دیواره سلولی شده و موجب‌کاهش میزان VLDL, LDL و افزایش میزانHDL می گردد. سیر با افزایش فعالیت‌فیبرینولیتیکی افزایش زمان انعقاد و وقفه‌تجمع پلاکتی از ایجاد لخته جلوگیری‌می‌نماید.

اجزاء فرآورده‌ها:

Alicom حاوی ۱۰۰ میلی‌گرم پودر سیر(Allium sativum) می‌باشد.

Allium - S حاوی ۵۰۰ میلی‌گرم پودر سیر(Allium sativum) می‌باشد. و میزان‌آلیسین آن در هر قرص معادل ۱/۲ میلیگرم‌است

Garlet حاوی ۴۰۰ میلی‌گرم پودر سیر(Allium sativum) می‌باشد و میزان آلیئین‌و آلیسین آن در هر قرص معادل ۱میلی‌گرم است

Garlic هر ۱۰ قطره آن حاوی ۰/۲۵ گرم‌عصاره سیر (Allium sativum) می‌باشد.

Garlicap حاوی ۳۳۰ میلیگرم پودر سیر(Allium sativum) می‌باشد.

مواد موثره تیو آللیل‌ها و مشتقات آنهانظیر آلیئین آلیسین آجوئین دی‌آللیل‌دی‌سولفاید و دی‌آللیل تری سولفاید.

منع مصرف این فرآورده‌ها در افرادحساس به سیر و افراد مبتلا به زخمهای‌حاد دستگاه گوارش نباید مصرف شوند.

هشدارها: ۱ـ مصرف زیاد سیر ممکن است‌باعث خونریزی پس از جراحی گردد.

۲ـ سیر ممکن است موجب انقباضات‌رحمی گردد. این موضوع در صورت‌مصرف سیر در زنان باردار باید موردتوجه قرار گیرد.

عوارض جانبی مصرف این فرآورده‌ها بامعده خالی و یا مقادیر زیاد، ممکن استاختلالات گوارشی نظیر سوزش معده تهوع استفراغ و اسهال ایجاد نماید.همچنین در افراد حساس واکنش‌های‌آلرژیک مانند درماتیت تماسی و حملات‌آسم با مصرف سیر گزارش شده است

تداخل‌های دارویی در بیمارانی که تحت‌درمان با آسپرین و یا سایر داروهای ضدانعقاد و داروهای پایین آورنده قند خون‌می‌باشند باید با احتیاط مصرف شود.

مقدار مصرف

Alicom روزی ۳ بار، هر بار ۲ ـ ۱ قرص بعد از غذا مصرف می‌شود.

Allium – S ۳ ـ ۱ قرص در روز، بعد از غذامصرف می‌شود.

Garlet روزی ۳ بار، هر بار ۲ ـ ۱ قرص بعد از غذا مصرف می‌شود.

Garlic روزی ۳ ـ ۱ بار، هربار ۱۰ قطره‌به‌همراه غذا یا آب میوه مصرف می‌شود.

Garlicap روزی ۳ بار هر بار ۲ ـ ۱ کپسول‌با یک لیوان آب بعد از غذا مصرف می‌شود.

اشکال دارویی

Alicom: Coated Tablet ۲۶۰ mg

Allium – S: Tablet ۷۰۰ mg

Garlet: Tablet ۵۷۰ mg

Garlic: Drop ۱۵ ml

Garlicap: Capsul ۳۳۰ mg

HYPIRAN

موارد مصرف هایپیران در درمان‌افسردگی بی‌خوابی اضطراب سردردهای عصبی سر دردهای دوران‌قاعدگی و میگرن به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: گیاه هایپریکوم به‌دلیل داشتن‌هایپریسین و فلاونوییدها دارای اثرات‌آرام‌بخش مسکن و ضداضطراب‌می‌باشد. هایپریسین از طریق مهار آنزیم‌منوآمین اکسیداز موجب بروز اثرضدافسردگی می‌گردد. عصاره گیاه‌هایپریکوم می‌تواند میزان اکسیژن سلولی‌را افزایش دهد.

اجزاء فرآورده هایپیران از عصاره‌هیدروالکلی گیاه علف چای

(Hypericum Perforatum) تهیه شده است‌که هر میلی‌لیتر آن حاوی ۰/۲۵ میلی‌گرم‌هایپریسین می‌باشد.

مواد موثره هایپریسین پزودوهایپریسین‌و فلاونوییدهای هایپیرین کورستین ایزوکورستین و روتین

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به‌اثبات‌نرسیده است

عوارض جانبی با مصرف این فرآورده‌احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وحساسیت به‌نور وجود دارد.

تداخل‌های دارویی مصرف مقادیر بیش ازمقدار مصرف درمانی ممکن است با سایرداروهای مهارکننده منوآمین اکسیدازتداخل نماید.

نکات قابل توصیه ۱ ـ رنگ دارو پس ازافزودن آب به‌علت تغییر حلالیت تغییرمی‌کند.

۲ ـ پس از مصرف دارو از قرار گرفتن بیش‌از حد در معرض نور و یا آفتاب شدیدخودداری گردد.

۳ ـ بهتر است دارو قبل از غذا مصرف

شود.

۴ ـ مصرف دارو در روزهای اول ممکن‌است باعث ایجاد ناراحتیهای گوارشی و یاتشدید سردرد گردد که حداکثر پس از دوتا چهار هفته از بین می‌رود.

مقدار مصرف بزرگسالان روزی ۳ ـ ۲ بار،هر بار ۳۰ ـ ۲۰ قطره و در کودکان بالاتر ازسه سال روزی ۲ بار، هر بار ۱۵ ـ ۱۰ قطره‌در نصف لیوان آب و یا آب میوه مصرف‌می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

KAMIL

موارد مصرف کرم کامیل در درمان‌التهابات پوستی آزردگیهای جلدی ناشی‌از خراشها و بریدگیهای سطحی خشکی وترکهای پوست به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: فعالیت ضدالتهابی عصاره‌بابونه بیشتر به‌واسطه ترکیبات ماتریسین پیشتاز کامازولن ، بیزابولول واکسیدهای آن بوده که عمده‌ترین ترکیبات‌موجود در عصاره را تشکیل می‌دهند. این‌فعالیت به‌عمل آنتی‌اکسیدان آنها نسبت‌داده شده است عصاره بابونه احتمالاموجب وقفه سیکلواکسیژناز ولیپواکسیژناز شده در نتیجه تولیدپروستاگلاندینها و لوکوترین‌ها را متوقف‌می‌نماید. آپی‌ژنین موجود در عصاره‌بابونه احتمالا موجب مهار آزادسازی‌هیستامین نیز می گردد.

اجزاء فرآورده کرم کامیل حاوی ۵٪

عصاره آبی و ۰/۵٪ اسانس بابونه Matricaria chamomilla) می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر

کامازولن آلفا ـ بیزابولول و فلاونوئید

آپی ژنین

موارد منع مصرف این فرآورده در افرادحساس به بابونه منع مصرف دارد.

عوارض جانبی در افراد حساس احتمال‌بروز واکنشهای آلرژیک (در ماتیت‌تماسی وجود دارد.

نکات قابل توصیه از تماس دارو با چشم وسایر مخاط خودداری شود.

مقدار مصرف روزی ۴ ـ ۲ بار در موضع‌مالیده شود.

اشکال دارویی

Cream: ۳۰ g

LAXARICIN

موارد مصرف لاگزاریسین به‌عنوان مسهل‌جهت آماده‌سازی کولون و رکتوم برای‌انجام مطالعات رادیوگرافی و آمادگی قبل‌از اعمال جراحی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: روغن کرچک در روده کوچک‌توسط آنزیم‌های لیپاز پانکراس هیدرولیزشده و به‌گلیسرول و ریسینولئیک اسیدتبدیل می‌شود. ریسینولئیک اسید مانندسایر سورفکتانتهای آنیونیک بااثر مستقیم‌روی عضلات صاف روده کوچک باعث‌افزایش حرکات

پریستالتیک روده و کاهش جذب آب و الکترولیتها می‌شود. این اثراحتمالا ناشی از تحریک شبکه عصبی‌داخل دیواره‌ای می‌باشد.
اجزاء فرآورده لاگزاریسین حاوی روغن کرچک می‌باشد که با اسانسهای مختلف اسانس پرتقال و وانیلین معطر شده است
مواد موثره تری گلیسیرید ریسینولئیک‌اسید و ایزوریسینولئیک اسید.
منع مصرف ۱ ـ این فرآورده مانند سایرملین‌ها، در دردهای شکمی با علت‌نامشخص انسداد روده آپاندیسیت و یانشانه‌های آن تهوع استفراغ و حساسیت‌به‌روغن کرچک نباید مصرف شود.
۲ ـ روغن کرچک طی بارداری به‌علت ایجادپرخونی در ناحیه لگن که ممکن است باعث‌شروع واکنش‌های تحریکی رحم شود منع‌مصرف دارد.
هشدارها: ۱ ـ لاگزاریسین در دوران‌قاعدگی باید بااحتیاط مصرف شود.
۲ ـ ملین‌ها در خردسالان (تا سن ۶ سالگی به‌جز بادستور پزشک نباید مصرف شوند.
عوارض جانبی کرامپ اسهال آروغ زدن تهوع تحریک پوست اطراف ناحیه مقعد وبثورات جلدی از عوارض جانبی داروهستند.
نکات قابل توصیه مصرف حداقل ۸ ـ ۶لیوان آب در روز برای کمک به‌نرم شدن‌مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن بیمارضروری است
مقدار مصرف ابتدا محتوی شیشه را با آب‌جوش پرکرده خوب تکان داده وامولسیون شیری رنگ حاصل مصرف‌می‌شود. بزرگسالان ۶۰ ـ ۱۵ میلی‌لیتر و درکودکان بالاتر از دو سال ۱۵ ـ ۵ میلی‌لیترمصرف می‌شود.
اشکال دارویی

Oil For Emulsion: ۶۰ ml

LICOPHAR

موارد مصرف قرص مکیدنی لیکوفار به‌عنوان ضد التهاب فارنژ، خلط آور و ضدسرفه به کار می‌رود.
مکانیسم اثر: گلیسیریزین و گلیسیریتینیک‌اسید موجود در عصاره شیرین بیان احتمالا با تاثیر برگیرنده‌های گلوکوکورتیکوییدی روی فعالیت‌استروییدهای آندوژن تاثیر می‌گذارند ودر کبد و کلیه از تبدیل کورتیزول به‌کورتیزون جلوگیری می‌کنند. همچنین ترکیبات موجود در عصاره شیرین بیان‌احتمالاـ موجب وقفه لیپواکسیژناز،سیکلواکسیژناز و کاهش فعالیت اسیدآراشیدونیک می‌گردند. اسانسهای موجوددر فرآورده دارای اثرات ضد سرفه ضددرد و آنتی سپتیک می‌باشند.
اجزاء فرآورده قرص مکیدنی لیکوفار حاوی
۱. عصاره خشک شیرین بیان۵۱/۲ میلی‌گرم

Glycyrrhiza glabra

۲. اسانس اکالیپتوس۱/۰۷ میلی‌گرم

Eucalyptus sp

۳. فلفل قرمز۰/۱۴ میلی‌گرم

Capsicum sp

۴. منتول۶/۳ میلی‌گرم

Menthol

مواد مؤثره گلیسیریزین گلیسیریتینیک‌اسید، روغنهای فرار (نظیر منتول اکالیپتول و کاپسی سین

منع مصرف به دلیل وجود ساکاروز نبایددر افراد دیابتیک مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فرآورده در بیماران قلبی ـ عروقی (به دلیل‌اثرات مینرالوکورتیکوییدی شیرین بیان توصیه نمی‌گردد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در دوران‌بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

عوارض جانبی مصرف طولانی مدت ومقادیر زیاد این فرآورده ممکن است سبب‌بروز اثرات مینرالوکورتیکوییدی (احتباس‌آب و سدیم و افزایش دفع پتاسیم گردد. به‌دلیل وجود منتول و کاپسی سین در این‌فرآورده احتمال بروز واکنش‌های آلرژیک‌و تحریک مخاط در افراد حساس وجوددارد.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌فرآورده‌های حاوی شیرین بیان باکورتیکوستروئیدها و داروهای هورمونی با اثرات استروژنی و آنتی استروژنی باید با احتیاط صورت گیرد.

نکات قابل توصیه لیکوفار در التهاب‌های‌ناشی از عفونت مخاط گلو به تنهایی موثرنمی‌باشد. بنابراین توصیه می گردد طبق‌نظر پزشک همراه با آنتی بیوتیک مناسب‌مصرف شود.

مقدار مصرف روزی ۳ بار، هر باز ۲ ـ ۱قرص مکیده می‌شود.

اشکال دارویی

Lozenge: ۷۰۰ mg

LIQUID MENTHOL

موارد مصرف منتول مایع به‌عنوان‌ضداحتقان بینی و جهت برطرف نمودن‌دردهای موضعی به‌خصوص در ناحیه‌سر، صورت و گردن بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: منتول در غلظتهای کم به‌طورانتخابی انتهای اعصاب حسی مربوطبه‌سرما را تحریک کرده و بنابر این باعث‌احساس سرما می‌شود.

این دارو دارای اثر ضد درد موضعی‌می‌باشد. منتول در غلظتهای زیاد علاوه براین اثر نه تنها باعث تحریک حس گرما ودرد می‌شود، بلکه ممکن است سبب تحریک‌موضعی نیز شود. مصرف دارو بر روی‌پوست باعث گشادشدن عروق و ایجاداحساس سرما می‌شود و به‌دنبال آن اثرضد درد ظاهر می گردد.

اجزاء فرآورده منتول مایع از اسانس گیاه‌نعناع (Mentha spicata) به‌میزان ۵٪ تهیه‌شده است

مواد موثره روغنهای فرار نظیر منتول وکارون

هشدارها: مصرف این فرآورده در بینی‌نوزادان خطرناک است و ممکن است باعث‌کلاپس شود.

عوارض جانبی احتمال بروز واکنشهای‌آلرژیک در افراد حساس وجود دارد.

نکات قابل توصیه از استنشاق بیش از حداین فرآورده اجتناب گردد.

مقدار مصرف به‌عنوان ضداحتقان بینی۳ـ۲ قطره در پشت لب و به‌عنوان ضد دردموضعی ۱۰ ـ ۵ قطره در موضع مالیده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۱۵ ml

LIQUORICE PRODUCTS

موارد مصرف این فرآورده‌ها در زخم معده‌و اثنی عشر، گاستریت و درد معده به‌کارمی‌روند.

مکـانیسم اثر: ترکیبات فلاونوییـدی گیاه‌شـیرین بیان احتمالا با تاثیر بر مخاط معـده سـد مخاطی را نسبت به تأثیر اسـید معـده‌تقویت می‌نماید. به‌نظر می‌رسد این اثرمشابه کربنوکسولون بوده و با تداخل درسـنتز پروسـتانوئید معده موجب افزایش‌تولید مخاط و جریان خون مخاطی می گردد.

گلیسـیریزین و گلیسیریتیک اسید تمایل‌نسبی به اتصال به‌گیرنده‌های گلوکوکورتیکوئیدی و مینرالوکورـتیکوئیدی را دارند و احتمالا بـا تـأثیر بر این گیرنـده‌ها، روی فعـالیت استروئیدهای‌آنـدوژن تـأثیر می گذارنـد (در فرآورده‌هـای‌د ـ گلیسـریزینه شـده ایـن احتمـال کمترمی‌باشد).

همچنین این ترکیبات با مهار آنزیمی

در کبـد و کلیه از تبـدیل کـورتیزول به‌کورتیزون جلوگیری می کننـد. ترکیبـات‌موجود در عصـاره شـیرین بیـان احتمالاـموجب وقفه لیپواکسیژناز،سیکلواکسیژناز و کاهش فعالیت اسیدآراشیدونیک می گردند.

گل بابونه و بومادران موجود درشیرینوش با خاصیت ضدالتهابی در بهبودزخم معده و اثنی‌عشر موثر می‌باشند.

روغنهای فرار و ترکیبات موجود دررگلیس معطر با داشتن اثرات آنتی‌اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف‌موجب کاهش انقباضات روده و تسهیل‌خروج گازها از معده می‌شوند.

گل همیشه بهار و ختمی موجود دررگلیسـیدین با داشتن موسیلاژ، فلاونوییدو سایر مواد موثره دارای اثرات نرم کننده کاهش دهنده تحریکات ضد التهاب خفیف‌و التیام بخش می‌باشند.

اجزاء فرآورده‌ها:

Shirinoosh: از مخلوط گیاهان زیرتشکیل شده است

۱. ریشه شیرین بیان ۵۰٪

Glycyrrhiza glabra

۲. گل بابونه۳۳٪

Matricaria chamomilla

۳. سر شاخه‌های گلدار بومادران۱۷٪

Achillea millefolium

Reglis Moattar: از مخلوط گیاهان زیرتشکیل شده است

۱. عصاره خشک شیرین بیان۸۳/۳٪

Glycyrrhiza glabra

۲. پودر ریشه شیرین بیان۱۵/۲٪

Glycyrrhiza glabra

۳. زیره سبز۰/۳۴٪

Cuminum cyminum

۴. رازیانه۰/۶۹٪

Foeniculum vulgare

۵. گل ختمی۰/۳۴٪

Althaea officinalis

D - Reglis: حاوی ۳۸۰ میلی‌گرم عصاره‌شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra)می‌باشدکه مقدار گلیسریزین آن تا حد کمتر از ۳٪کاهش داده شده است

Reglisidin: حاوی ۴۰۰ میلی‌گرم عصاره‌شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra)(که مقدارگلیسیریزین آن تا حد کمتر از ۳٪ کاهش داده‌شده است ، ۵۰ میلی‌گرم عصاره گل همیشه‌بهار (Calendula officinalis) و ۵۰ میلی‌گرم‌پودر ریشه ختمی (Althaea officinalis)می‌باشد.

مواد موثره

:Shirinoosh فلاونویید گلیکوزیدهایی‌نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین ورامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین هرنیارین ، گلیسیریزین گلیسیریتنیک‌اسید، آلکالویید آکیلئین و روغنهای فرارنظیر کامازولن

:Reglis Moattar گلیسیریزین وگلیسیریتنیک اسید، فلاونوییدگلیکوزیدهایی نظیر لیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین و رامنولیکوئی رتین ومشتقات کومارین (هرنیارین ، روغنهای‌فرار (آنتول کومینیک آلدئید).

:D - Reglis فلاونویید گلیکوزیدهایی نظیرلیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین ورامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین هرنیارین .

:Reglisidin فلاونویید گلیکوزیدهایی نظیرلیکوئی رتین ایزولیکوئی رتین ورامنولیکوئی رتین و مشتقات کومارین هرنیارین فلاونویید، فیتوسترول وموسیلاژ.

منع مصرف فرآورده‌های د ـ گلیسریزه‌نشده در بیماران قلبی ـ عروقی (به‌دلیل‌اثرات مینرالوکورتیکوئیدی نباید مصرف‌شود.

هشدارها: ۱ ـ این فرآورده‌ها در بیماران‌کلیوی باید با احتیاط مصرف شود.

۲ ـ عصاره تام شیرین بیان دارای اثرات‌استروژنیک و استروئیدی بوده و باعث‌افزایش فشارخون در زمان بارداری وتحریک فعالیت رحم در حیوانات‌آزمایشگاهی می‌گردد، بنابراین مصرف‌این فرآورده‌ها دارو در دوران بارداری وشیردهی توصیه نمی‌گردد.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیاد وطولانی مدت (بیش از ۶ هفته و بیش از ۶۰گرم در روز) فرآورده‌های حاوی شیرین‌بیان سبب بروز علایم زیادی آلدوسترون‌می‌شود.

عصاره توتال شیرین بیان به علت داشتن‌اثرات مینرالوکورتیکوئیدی سبب احتباس‌برگشت‌پذیر آب و سدیم شده دفع پتاسیم‌را افزایش می‌دهد. عصاره د ـ گلیسیریزه‌شیرین بیان معمولاـ این اثرات را نداشته‌ولی توصیه می‌گردد این فرآورده‌ها درافرادی که مشکلات قلبی عروقی و یا فشارخون بالا دارند با احتیاط مصرف شود.

تداخل‌های دارویی مصرف همزمان‌فرآورده‌های حاوی شیرین بیان باکورتیکوستروئیدها و داروهای هورمونی با اثرات استروژنی و آنتی‌استروژنی بایدبا احتیاط صورت گیرد.

مقدار مصرف

Shirinoosh: روزی ۳ بار، هر بار ۲ ـ ۱قاشق مرباخوری از پودر را در یک لیوان‌آب جوش ریخته و به‌مدت ۱۵ دقیقه دم‌کرده و پس از صاف نمودن نیم‌ساعت قبل‌از غذا مصرف شود.

Reglis Moattar: روزی ۳ بار، قبل از غذاهربار یک قاشق چایخوری از فرآورده دریک فنجان آب جوش ریخته و پس ازسردشدن مصرف شود.

D - reglis: در زخم معده ۲ قرص ۳ بار درروز مصرف شود. در زخم اثنی عشر این‌مقدار را می‌توان در صورت لزوم تا ۲قرص ۶ بار در روز افزایش داد.

Reglisidin: ۲ ـ ۱ قرص ۳ بار در روز قبل‌از هر وعده غذایی مصرف می‌شود. این‌مقدار را می‌توان با نظر پزشک تا ۱۲ قرص‌در

روز افزایش داد.

اشکال دارویی

A: Liquorice Products

Shirinoosh: Powder ۴۰ g

Reglis moattar: Powder ۷۰ g

B: D – Glycyrrhizinated Products

D – Reglis: Tablet ۶۵۰ mg

Reglisidin: Tablet ۶۰۰ mg

MASUMINT & MENTHAZIN

موارد مصرف این فرآورده‌ها در حساسیت‌و خارش گلو، سرفه و نفخ معده به‌کارمی‌روند.

مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود درقرص ماسومینت ومنتازین با داشتن اثرات آنتی‌اسپاسمودیک و کاهش تونوس‌اسفنگتر تحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها از معده می‌شود. منتول موجود دراسانس نعناع در غلظتهای کم به‌طور انتخابی‌انتهای اعصاب حسی مربوط به‌سرما راتحریک کرده بنابراین باعث احساس سرمامی‌شود. به‌علاوه دارای اثرات ضد دردموضعی نیز می‌باشد. اثر ضد درد موضعی‌منتول علت احتمالی مصرف آن به‌عنوان‌داروی ضدسرفه می‌باشد. همچنین ترکیبات‌موجود در شیرین بیان دارای اثرات‌نرم‌کننده و خلط‌آور می‌باشند.

اجزاء فرآورده‌ها:

Masumint: حاوی ۰/۵٪ اسانس نعناع (Mentha piperita) و ۵٪ عصاره شیرین‌بیان (Glycyrrhiza glabra)می‌باشد.

Menthazin: حاوی ۰/۲۵٪ اسانس نعناع ۰/۲۵٪، (Mentha piperita اسانس رازیانه (Foeniculum vulgare) و ۵٪ عصاره‌شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra)می‌باشد.

مواد موثره

:Masumint روغنهای فرار (نظیر منتول ،گلیسیریزین فلاونویید گلیکوزیدهای‌لیکویی رتین و ایزولیکویی رتین

:Menthazin روغنهای فرار نظیر منتول آنتول و فنکون گلیسیریزین فلاونویید گلیکوزیدهای لیکویی رتین وایزولیکویی رتین

منع مصرف به‌دلیل داشتن ساکاروز، درافراد مبتلا به دیابت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فرآورده‌ها در بیماران قلبی ـ عروقی به‌دلیل اثرات مینرالوکورتیکوییدی توصیه نمی گردد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده‌ها در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

عوارض جانبی به‌دلیل وجود اسانس نعناع‌در این فرآورده‌ها، احتمال بروزواکنشهای آلرژیک در افراد حساس وجوددارد. مصرف طولانی مدت این فرآورده‌هاممکن است سبب بروز اثرات‌مینرالوکورتیکوییدی (احتباس آب وسدیم افزایش دفع پتاسیم گردد.

مقدار مصرف هر ۳ ـ ۲ ساعت یک قرص‌جویده یا مکیده می‌شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

MELLISAN

موارد مصرف ژل ملیسان به عنوان ضدویروس در درمان تبخال بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: گیاه فرنجمشک دارای اثرمتوقف کننده فعالیت ویروسها (Virustatic)می‌باشد.

اجزاء فرآورده ژل ملیسان حاوی ۱٪ عصاره‌خشک فرنجمشک (Melissa officinalis)می‌باشد.

مواد موثره روغن‌های فرار (نظیرسیترونلال سیترال و ژرانیال ، پلی فنلها(نظیر اسید رزمارینیک و اسید کافئیک .

عوارض جانبی با مصرف این فرآورده‌احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجوددارد.

نکات قابل توصیه از تماس دارو با داخل‌چشم خودداری شود.

مقدار مصرف روزی ۴ ـ ۳ بار به موضع‌مالیده شود.

اشکال دارویی

Topical gel: ۵ g

MENTHA

موارد مصرف قرص منتا در اسپاسم‌های‌دستگاه گوارش نفخ معده و به‌عنوان‌خوشبوکننده دهان به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: منتا باداشتن اثرات آنتی‌اسپاسمودیک و کاهش تونوس اسفنگترتحتانی مری موجب تسهیل خروج گازها ازمعده می‌گردد. به‌علاوه منتول موجوددراین فرآورده احتمالا ـ از طریق اثرآنتاگونیستی کلسیم موجب شل شدن‌عضلات صاف جداره کولون می‌شود.

اجزاء فرآورده هر قرص منتا حاوی ۲/۵میلی‌گرم اسانس و ۳۵ میلی‌گرم پودر برگ‌نعناع (Mentha piperita) است

مواد موثره روغنهای فرار نظیر منتول ومنتون

منع مصرف به‌دلیل داشتن ساکاروز درافراد مبتلا به‌دیابت نباید مصرف شود.

عوارض جانبی در افراد حساس امکان‌بروز واکنشهای آلرژیک وجود دارد.

مقدار مصرف در صورت لزوم یک قرص‌جویده شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۷۰۰ mg

MINTAGEL

موارد مصرف مینتاژل در درمان کچلی‌انگشتان پا و کشاله ران بکار می‌رود. این‌فرآورده همچنین برای از بین بردن خارش‌و سوزش محل گزیدگی حشرات وسوختگیهای سطحی مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود در این‌فرآورده دارای اثرات ضدقارچی وضدباکتریایی می‌باشند. منتول درغلظتهای کم به‌طور انتخابی انتهای اعصاب‌حسی مربوط به‌سرما را تحریک کرده‌همچنین باعث گشادشدن عروق و ایجاداحساس سرما شده و به‌دنبال آن اثرضددردی ظاهر می‌گردد.

اجزاء فرآورده مینتاژل حاوی ۱/۵٪ اسانس‌نعناع (Mentha piperita) می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر منتول ومنتون

عوارض جانبی در افراد حساس به‌دلیل‌وجود منتول احتمال بروز واکنشهای‌آلرژیک وجود دارد.

مقدار مصرف پس از تمیزکردن موضع روزی ۳ ـ ۲ بار بر روی موضع مالیده‌می‌شود.

اشکال دارویی

Gel: ۱۵ g

MYRTOPLEX

موارد مصرف میرتوپلکس دارای خاصیت‌ضد ویروس هرپس سیمپلکس نوع ۱ و ۲می‌باشد و در درمان تبخالهای پوست‌نواحی مختلف بدن و اطراف واژن بکارمی‌رود.

اجزاء فرآورده پماد میرتوپلکس حاوی‌اسانس گیاه مورد (Myrtus communis)به‌میزان ۱۰٪ است

مواد موثره تانن پلی‌فنلها، روغنهای فرارو فلاونوییدها.

هشدارها: ۱ ـ با مصرف این فرآورده بیش‌از مدت توصیه شده احتمال بروزواکنشهای آلرژیک وجود دارد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فراورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

نکات قابل توصیه از تماس دارو با داخل‌چشم و دهان خودداری شود.

مقدار مصرف روزی ۵ ـ ۳ بار، هربارپوشش نازکی از پماد بر روی ضایعه‌مالیده شود.

اشکال دارویی

Ointment: ۵ g

OLEA–CRAT

موارد مصرف اولئاکرات در درمان زیادی‌فشارخون بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثرات قلبی ـ عروقی این‌فرآورده به‌ترکیبات فلاونوییدی موجوددر کراتاگوس آن بخصوص‌پروسیانیدین‌ها نسبت داده شده است اولئاکرات احتمالاـ باعث افزایش جریان‌خون کرونر، افزایش جریان خون محیطی در سر، عضلات اسکلتی و کلیه ، کاهش‌جریان خون محیطی (در پوست و دستگاه‌گوارش ، کاهش مقاومت محیطی و کاهش‌فشارخون می گردد.

اجزاء فرآورده اولئاکرات از مخلوط گیاهان‌زیر تشکیل شده است

۱. برگ زیتون۳۲/۵٪

Olea europea

۲. میوه سرخ ولیک۳۲/۵٪

Crataegus microphilla

۳. میوه قره‌قات ۲۰٪

Vaccinium arctostaphyllos

۴. میوه عناب ۱۰٪

Zizyphus vulgaris

۵. برگ پونه۵٪

Mentha pulegium

مواد موثره فلاونوییدها، پروسیانیدین‌هاو اولئوروپئین

هشدارها: ۱ ـ بیماران تحت درمان باداروهای قلبی ـ عروقی به‌اثرات‌فارماکولوژیک کراتاگوس حساس‌ترمی‌باشند. بنابراین مصرف

این فرآورده‌در افراد فوق باید با احتیاط صورت گیرد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

عوارض جانبی بامصرف فرآورده‌های‌حاوی کراتاگوس عوارضی نظیر تهوع خستگی تعریق و بثورات جلدی (روی‌دست گزارش شده است مصرف مقادیرزیاد این فرآورده ممکن است ایجادمسمومیت (برادیکاردی دپرسیون‌تنفسی نماید.

مقدار مصرف روزی ۳ ـ ۲ بار، هر بار یک‌قاشق غذاخوری از اولئاکرات را در یک‌لیوان آب جوش به‌مدت ۱۵ دقیقه دم کرده‌پس از صاف نمودن مصرف شود.

اشکال دارویی

Powder: ۱۰۰ g

PASIPAY

موارد مصرف قطره پاسی پی به‌عنوان‌آرامبخش و خواب آور در تنش‌های‌عصبی و بی خوابی بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: مالتول و اتیل مالتول گل‌ساعتی احتمالا دارای اثر آرامبخشی روی‌سیستم اعصاب مرکزی (CNS) می‌باشند.

اجزاء فرآورده پاسی پی از عصاره‌هیدروالکلی گیاه گل ساعتی Passifloraincarnata به میزان ۲۰٪ تهیه شده است

مواد موثره مالتول و اتیل مالتول آلکالوییدهای هارمان و هارمالین فلاونوییدهای ویتکسین و ساپوناراین

هشدارها: ۱ ـ این دارو با ایجاد خواب‌آلودگی ممکن است بر انجام اعمالی که نیازبه مهارت و دقت دارند (مثل رانندگی تاثیرگذارد.

۲ ـ در مطالعات حیوانی هارمان و هارمالین‌موجود در گیاه گل ساعتی اثر تحریک‌فعالیت رحم نشان داده‌اند. بر این اساس‌بایستی از مصرف مقادیر زیاد این دارو دردوران بارداری و شیردهی اجتناب شود.

تداخل‌های دارویی مصرف مقادیر زیاداین فرآورده ممکن است باعث ایجاد خواب‌آلودگی و افزایش اثر داروهای مهارکننده‌منوآمین اکسیداز (MAOI) شود.

مقدار مصرف در کودکان ۶ ـ ۲ سال

۶ قطره سه بار در روز و ۱۰ قطره هنگام‌خواب

بزرگسالان و کودکان بالای ۶ سال ۱۰قطره ۳ بار در روز و ۳۰ ـ ۲۵ قطره شب‌هنگام خواب

در افراد بالای ۶۵ سال بهتر است مصرف‌دارو را از مقادیر کم آغاز کرده و مقدار آن‌را به تدریج افزایش داد.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

PERSICA

موارد مصرف قطره پرسیکا در پیشگیری‌از افزایش جرم روی دندانها، پوسیدگی‌دندان و خونریزی و امراض لثه و به‌عنوان‌ضدعفونی‌کننده دهان و مسکن درد دندان‌و لثه مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: استفاده مداوم از گیاه مسواک‌به‌دلیل میزان بالای کلراید موجب کاهش‌تشکیل پلاک دندان جلوگیری از رنگی‌شدن دندانها و التهاب لثه می‌گردد. بعلاوه‌میزان بالای کلسیم موجود در این گیاه‌موجب استحکام دندان شده و ترکیبات‌ایزوتیوسیانات آن مانع رشد باکتریهای‌دهان می‌شود.

عصاره اتانولی بومادران به‌دلیل داشتن ترکیبات سزکویی ترپن لاکتون دارای‌اثرات ضدباکتریایی می‌باشد. عصاره آبی‌بومادران دارای اثرات ضدالتهابی است وبه دلیل داشتن آکیلئین موجب کاهش زمان‌انعقاد خون شده و در خونریزی لثه موثرمی‌باشد.

نعناع به‌دلیل داشتن منتول موجب ایجاد اثرضددردی و ضدعفونی‌کننده این فرآورده‌می گردد.

اجزاء فرآورده قطره پرسیکا از عصاره‌هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱. گیاه مسواک ۳۰٪

Salvadora persica

۲. بومادران۲۵٪

Achillea millefolium

۳. نعناع۴۵٪

Mentha spicata

مواد موثره کلسیم فلوراید، کلراید،ترکیبات ایزوتیوسیانات تانن روغنهای‌فرار (نظیر منتول آزولن و آلکالوییدآکیلئین

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به‌اثبات‌نرسیده است

نکات قابل توصیه ۱ ـ از رقیق کردن بیش ازحد قطره خودداری گردد.

۲ ـ پس از مصرف دارو از شستن دهان خوردن و آشامیدن حداقل به‌مدت ۲۰ ـ ۱۰دقیقه خودداری گردد.

۳ ـ برای حصول حداکثر نتیجه حداقل یک‌نوبت مصرف این دهانشویه بعد ازمسواک شب و یا قبل از خواب صورت‌گیرد.

مقدار مصرف جهت جلوگیری از پوسیدگی‌دندان و بیماریهای دهان روزی دو نوبت‌هر بار ۱۵ ـ ۱۰ قطره را در ۱۵ میلی‌لیتر آب‌ریخته و به‌مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش‌داده و دور ریخته شود.

در درمان ناراحتی‌های دهان و دندان وجلوگیری از خونریزی لثه روزی ۵ ـ ۳ نوبت‌هربار ۱۵ ـ ۱۰ قطره را در ۱۵ میلی‌لیتر آب‌ریخته و به‌مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش‌داده و سپس دور ریخته شود.

جهت جلوگیری از خونریزی و عفونت بعداز کشیدن دندان و جراحی‌ها به‌مدت ۴ ـ ۲روز، هر روز ۵ ـ ۴ نوبت هر بار ۴۰ ـ ۳۰قطره را در ۱۵ میلی‌لیتر آب ریخته و به‌مدت ۲۰ ثانیه در دهان گردش داده و سپس دورریخته شود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

PROSTATAN

موارد مصرف قطره پروستاتان در مواردالتهاب حاد و مزمن پروستات سوزش وتکرر ادرار بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: سیتوسترول موجود در این‌فرآورده با مهار آنزیم ۵ ـ آلفا ـ ردوکتازباعث کاهش غلظت دی‌هیدروتستوسترون (DHT) می گردد و در نتیجه‌رشد غده پروستات را متوقف می‌نماید.

ایزولکتین موجود در گزنه با رقابت دراتصال به‌گیرنده‌های تستوسترون دربافت پروستات موجب وقفه هیپرپلازی‌پروستات می گردد.

همچنین ترکیبات‌موجود در این فرآورده دارای اثرات‌ضدالتهاب محرک سیستم ایمنی و کاهش‌دهنده تونیسیته عضلات صاف پروستات‌می‌باشد و موجب تسهیل جریان ادرار وبهبود حال بیمار می گردد.

اجزاء فرآورده قطره پروستاتان از عصاره‌هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱. ریشه گزنه ۲۰٪

Urtica dioica

۲. اندام هوایی گزنه ۱۰٪

Urtica dioica

۳. تخم کدوی بدون پوست ۲۰٪

Cucurbita pepo

۴. گل بابونه ۲۰٪

Matricaria chamomilla

۵. میوه خارخاسک ۲۰٪

Tribulus terrestis

۶. میوه انیسون ۱۰٪

Pimpinella anisum

مواد موثره استروییدها (سیتوسترول ،اسکوپولتین فنیل پروپان ایزولکتین پلی‌ساکاریدها و فلانوییدها، روغنهای فرارو اسیدهای چرب (اسید لینولئیک .

منع مصرف این فرآورده نباید در کودکان‌مصرف شود.

عوارض جانبی بامصرف این فرآورده‌احتمال بروز اختلالات گوارشی (تحریک‌معده و واکنشهای آلرژیک وجود دارد.

مقدار مصرف روزی ۳ بار هر بار ۴۰ ـ ۳۰قطره در یک فنجان آب سرد بعد از غذامصرف شود. قطره پروستاتان را می‌توان‌برای مدت ۱۲ ـ ۶ ماه مصرف نمود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

PSYLLIUM PRODUCTS

موارد مصرف پسیلیوم در درمان‌یبوستهای مزمن برای پیشگیری ازیبوست در بیمارانی که در حین اجابت‌مزاج نباید تحت فشار باشند مانند بیماران‌با زخم برش فرج (episiotomy) ، هموروئیدترومبوزه دردناک شقاق یا آبسه پرینه‌ای فتق دیافراگم تنگی آنورکتال و در رفع‌یبوست ناشی از کولون تحریک‌پذیر(spastic colon) مصرف می‌شود.

مکانیسم اثر: اثر درمانی پسیلیوم

به‌واسطه تورم موسیلاژ موجود درپوسته دانه آن ظاهر می گردد. موسیلاژاحتمالا از طریق جذب آب باعث افزایش‌حجم و رطوبت مدفوع شده و این افزایش‌حجم موجب تحریک روده بزرگ و افزایش‌حرکات پریستالتیک و کوتاه‌شدن زمان‌عبور مواد از روده و افزایش دفعات دفع‌می گردد.

اجزاء فرآورده‌ها:

Musylium: حاوی پوسته دانه اسفرزه (Plantago psyllium) به میزان ۳/۴ گرم درهر ساشه می‌باشد.

Psyllium Mosiloid: حاوی پوسته دانه‌اسفرزه (Plantago psyllium) به میزان ۳/۴گرم در هر ساشه می‌باشد.

Psyllium: حاوی دانه اسفرزه

(Plantago psyllium) به میزان ۶۰٪می‌باشد.

مواد موثره موسیلاژ.

منع مصرف این فرآورده‌ها در آپاندیسیت‌و یا نشانه‌های آن خونریزی رکتوم با علت‌نامشخص نارسایی احتقانی قلب و انسدادروده دیابت و در صورت وجود اشکال دربلع نباید مصرف شوند.

هشدارها: ملین‌ها در خردسالان (تا سن ۶سال به‌جز با دستور پزشک نباید مصرف‌شوند. از آنجا که این کودکان قادربه‌توضیح علائم بیماری خود نیستندتشخیص دقیق بیماری برمصرف این‌داروها ارجحیت دارد به‌این طریق می‌توان‌از عواقب بیماری (مانند آپاندیسیت یابروز عوارض جانبی شدیدتر، جلوگیری کرد.

عوارض جانبی مصرف مقادیر زیادپسیلیوم باعث انسداد روده و مری (معمولابه‌دلیل مصرف کم مایعات می گردد.همچنین واکنشهای آلرژیک با مصرف‌دارو گزارش شده است در شروع درمان‌ممکن است موقت ?سنگینی و نفخ در بیماران‌ایجاد گردد که با ادامه درمان برطرف‌می‌شود.

تداخل‌های دارویی پسیلیوم باعث

کاهش جذب برخی از مواد معدنی

(نظیر کلسیم منیزیم مس و روی

ویتامین B۱۲، گلیکوزیدهای قلبی ومشتقات کومارینی می گردد. مصرف‌همزمان پسیلیوم با نمکهای لیتیم

موجب کاهش غلظت پلاسمایی لیتیم و

وقفه جذب آنها از مجرای گوارشی‌می‌شود. پسیلیوم ممکن است موجب‌کاهش سرعت و میزان جذب کاربامازپین‌شود.

نکات قابل توصیه ۱ ـ مصرف حداقل

۸ ـ ۶ لیوان آب در روز برای کمک به‌نرم‌شدن مدفوع و جلوگیری از کاهش آب بدن‌بیمار ضروری است این امر به‌دلیل خروج حجم زیادی از آب با مدفوع اهمیت‌دارد.

۲ ـ مصرف طولانی مدت این داروها که‌به‌صورت عادت درآمده باشد ممکن است‌باعث وابسته شدن کار روده‌ها به‌این‌داروها شود.

۳ ـ داروهای ملین را نباید بیشتر از یک‌هفته (مگر با دستور پزشک یا در مواردغیر ضروری (مانند اجابت مزاج طی یک یادو روز) مصرف نمود.

۴ ـ از مصرف داروهای ملین تا دو ساعت‌بعد از مصرف سایر داروها خودداری‌شود.

۵ ـ داروهای حجیم‌کننده مدفوع حاوی‌مقادیر قابل توجهی قند و یا سدیم هستند،این موضوع در مورد بیماران مبتلا به‌دیابت و افرادی که محدودیت مصرف‌سدیم دارند اهمیت دارد.

مقدار مصرف ۳ ـ ۱ بار در روز هر بار یک تادو ساشه یا یک قاشق سوپخوری (حدود۱۰ گرم از پسیلیوم را در یک لیوان آب‌ریخته مصرف شود.

اشکال دارویی

Musyllium : ۱۰g / Sachet

Psyllium mosiloid: ۷ g / Sachet

Psyllium: Box ۷۰ g

RASIN

موارد مصرف رازین در نفخ معده سرفه حساسیت و خارش گلو بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: روغنهای فرار موجود درقرص رازین با داشتن اثرات آنتی‌اسپاسمودیک بر روی عضلات صاف‌موجب تسهیل خروج گازها از معده‌می‌شوند.

همچنین ترکیبات موجود در شیرین‌بیان دارای اثرات نرم‌کننده و خلط‌آور می‌باشند.

اجزاء فرآورده قرص رازین حاوی ۰/۵٪اسانس رازیانه (Foeniculum vulgare) و۵٪ عصاره ریشه شیرین بیان (Glycyrrhiza glabra) می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار (نظیر آنتول وفنکون ، گلیسیریزین فلاونویید گلیکوزیدهای لیکوئی رتین و ایزولیکوئی‌رتین

منع مصرف به‌دلیل داشتن ساکاروز درافراد مبتلا به‌دیابت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فرآورده در بیماران قلبی ـ عروقی (به‌دلیل‌اثرات مینرالوکورتیکوییدی توصیه‌نمی گردد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

عوارض جانبی مصرف طولانی مدت این‌فراورده ممکن است سبب بروز اثرات‌مینرالوکورتیکوییدی (احتباس آب وسدیم افزایش دفع پتاسیم گردد.

مقدار مصرف هر ۳ ـ ۲ ساعت یک یا دوقرص میکده یا جویده شود.

اشکال دارویی

Tablet: ۵۰۰ mg

SANKOL

موارد مصرف قطره سنکل برای دفع‌سنگهای مجاری ادرار، تسکین دردهای‌کلیوی و عفونتهای مجاری ادراری بکارمی‌رود.

مکانیسم اثر: مواد مؤثره موجود در این‌فرآورده به‌علت داشتن اثرات مدر و آنتی‌اسپاسمودیک موجب شل شدن عضلات‌صاف مجاری ادرار و تسهیل خروج سنگ‌می گردد.

اجزاء فرآورده قطره سنکل از عصاره گیاهان دارویی زیر تهیه شده است

۱. دانه رازیانه۲۵٪

Foeniculum vulgare

۲. دانه زیره سبز۱۲/۵٪

Cuminum cyminum

۳. برگ بو۱۲/۵٪

Laurus nobilis

۴. دم گیلاس۱۲/۵٪

Cerasus avium

۵. کاکل ذرت۱۲/۵٪

Zea mays

۶. میوه خارخاسک۱۲/۵٪

Tribulus terrestris

۷. تخم خربزه۱۲/۵٪

Cucumis melo

مواد موثره املاح پتاسیم اسیدهای چرب فلاونوییدها و روغنهای فرارنظیر آنتول فنکون سینئول و کارون

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فرآورده ممکن است منجر به‌اختلال آب والکترولیتها گردد.

۲ ـ ایمنی مصرف این فراورده در دوران‌بارداری و شیردهی به‌اثبات نرسیده است

عوارض جانبی در افراد حساس به‌کاکل‌ذرت احتمال بروز واکنشهای آلرژیک درماتیت تماسی و کهیر) وجود دارد.

نکات قابل توصیه ۱ ـ نوشیدن مقادیر زیادآب و مایعات همزمان بامصرف این داروتوصیه می‌شود.

۲ ـ این دارو در افراد بامعده حساس بایدبعد از غذا میل شود.

مقدار مصرف روزی ۳ بار، هر بار ۶۰ ـ ۵۰قطره در یک فنجان آب سرد بعد از غذامصرف شود. در موارد حاد، درمان باسنکل می‌تواند تا مدت یک ماه ادامه یابد. دردرمان مزمن و به‌منظور پیشگیری ازتشکیل مجدد سنگ مقدار مصرف ۳۰ قطره۳ ـ ۲ بار در روز برای مدت یک هفته‌توصیه می‌گردد که این رژیم درمانی بایدهر ماه تکرار گردد.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

SENNA PRODUCTS

موارد مصرف این فرآورده‌ها برای درمان‌کوتاه مدت یبوست مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: سنوزیدهای B و A توسطباکتریهای روده بزرگ متابولیزه شده وتبدیل به‌مشتقات فعال - Rhein anthroneمی‌گردند. این ترکیبات موجب تحریک وافزایش حرکات پریستالتیک روده و درنتیجه کاهش جذب آب و الکترولیتها شده وهمچنین ترشح مایعات در روده بزرگ را ازطریق تحریک ترشح فعال کلراید و مخاطافزایش می‌دهند. اثرات فوق احتمالا ناشی‌از افزایش بیوسنتز و آزادسازی‌پروستاگلاندین‌ها است روغنهای فرارموجود در گشنیز و زیره (موجود دربعضی از این فراوده‌ها) به‌علت داشتن‌اثرات آنتی اسپاسمودیک مانع ایجاد درد وکرامپ شکمی ناشی از مصرف سنامی گردد.

اجزاء فرآورده‌ها:

C-Lax: حاوی ۶۰۰ میلی‌گرم برگ سنا (Cassia obovata)(معادل ۱۵ میلی‌گرم‌سنوزید B) و ۱۰۰ میلی‌گرم دانه گشنیز (Coriandrum sativum)می‌باشد.

Herbilax: حاوی ۲۹۰ میلی گرم پودربرگ سنا (Cassia acutifolia) (معادل ۲/۵٪سنوزید A و B) می‌باشد.

Senalin: از مخلوط گیاهان زیر تشکیل‌شده است

۱. برگ سنا۵۰٪

Cassia angustifolia

۲. دانه زیره سبز۲۵٪

Cuminum cyminum

۳. گل سرخ۲۵٪

Rosa damascena

Senalin ۷.۵: حاوی

۱. عصاره خشک برگ و میوه سنا۳۴/۲٪

Cassia obovta

۲. پودر گلبرگ گل سرخ۱۵/۱٪

Rosa damascena

۳. اسانس رازیانه۰/۴۵٪

Foeniculum vulgare

Sennamed: از عصاره خشک الکلی برگ‌سنا (Cassia angustifolia) (معادل ۹میلی‌گرم سنوزید B و A) تهیه شده است

مواد موثره

هیدروکسی آنتراسن گلیکوزیدها (سنوزیدA و B) و روغن‌های فرار (نظیر لینالول کوریاندرول کومینالدئید و سیترال .

موارد منع مصرف این فرآورده‌ها مانندسایر ملین‌ها در بیماران مبتلاـ به‌تنگی وانسداد روده و ایلئوم دردهای شکمی‌ناشناخته خونریزی رکتوم با علت‌نامشخص بیماریهای التهابی روده وآپاندیسیت نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ استفاده طولانی مدت ازملین‌های آنتراکینونی ایجاد وابستگی‌می‌نماید.

۲ ـ به‌علت احتمال ترشح مشتقات‌آنتراکینون در شیرمادر، مصرف این‌فرآورده در دوران شیردهی توصیه‌نمی‌گردد.

۳ ـ دفع کلیوی ترکیبات آنتراکینونی موجب‌تغییررنگ ادرار (زرد قهوه‌ای به‌قرمز)همراه با افزایش pH آن می‌گردد.

۴ ـ مصرف این فرآورده‌ها در دوران‌بارداری تنها هنگامی توصیه می‌گردد که‌رژیم غذایی مناسب و ملین‌های فیبری‌موثر واقع نشده‌اند.

۵ ـ ملین‌ها در خردسالان (تا سن ۶ سال بجز با دستور پزشک نباید مصرف شوند.

عوارض جانبی مصرف سنا ایجاد درد وکرامپ‌های شکمی می‌نماید ولی‌فراورده‌های حاوی دانه گشنیز و یا زیره‌احتمالا این عارضه را ایجاد نمی‌نمایند.

مصرف طولانی مدت و دوزهای بالای این‌فرآورده‌ها موجب از بین رفتن کارایی‌روده‌ها، اسهال و از دست دادن آب والکترولیتها (به‌ویژه پتاسیم ، آلبومینوری‌و هماتوری می‌گردد. مقادیر زیاد سنا‌ممکن است ایجاد نفریت نماید. در افرادی‌که به‌مدت طولانی از ملین‌های آنتراکینونی‌استفاده نموده‌اند، پیگمانتاسیون ملانوتیک‌مخاط روده (Melanosis coli) مشاهده شده‌است البته ۱۲ ـ ۴ ماه پس از قطع مصرف‌دارو این عارضه از بین خواهد رفت

تداخل‌های دارویی این داروها به‌دلیل‌تغییر رنگ و افزایش pH ادرار ممکن است‌با آزمایشهای تشخیصی (مانند تعیین‌میزان اوروبیلینوژن ادرار و تعیین میزان‌استروژن به‌روش کوبر) تداخل نمایند.فراورده‌های حاوی سنا با داروهای پایین‌آورنده پتاسیم خون مانند مدرهای‌تیازیدی آدرنوکورتیکوستروئیدها، ریشه‌شیرین بیان و گلیکوزیدهای قلبی تداخل‌اثر داشته و احتمالا ایجاد اختلالات قلبی وعصبی ـ عضلانی می‌نمایند.

نکات قابل توصیه ۱ ـ باتوجه به‌اینکه اثرات‌سنا ۱۰ ـ ۸ ساعت پس از مصرف آن ظاهرمی‌گردد، بهتر است این فرآورده‌ها درهنگام خواب مصرف شوند.

۲ ـ مصرف حداقل ۸ ـ ۶ لیوان آب در روزبرای کمک به‌نرم شدن مدفوع و جلوگیری‌از کاهش آب بدن بیمار ضروری است این‌امر به‌علت خروج حجم زیادی از آب بامدفوع اهمیت دارد.

مقدار مصرف C-Lax: به‌عنوان ملین دربزرگسالان ۲ ـ ۱ قرص در روز و درکودکان بالاتر از ۶ سال ۱ ـ ۰/۵ قرص طبق‌دستور پزشک به‌عنوان مسهل ۳ ـ ۲ قرص‌یکجا قبل از خواب

Herbilax: به عنوان ملین در بزرگسالان ۲کپسول در روز و در کودکان بالاتر از ۶سال ۱ کپسول در روز. برای تخلیه معده۱۰ کپسول یکجا با دو لیوان آب

Sennamed: بزرگسالان ۲ ـ ۱ قرص و درکودکان ۱۲ ـ ۶ سال یک قرص هنگام خواب‌مصرف شود.

Senalin: یک قاشق غذاخوری از مخلوطسنالین را در یک لیوان آب جوش ریخته وپس از نیم ساعت آن را صاف نموده قبل ازصبحانه مصرف می‌شود. برای اجابت‌مزاج و تخلیه سریع روده‌ها تا دو برابرمقدار فوق را می‌توان مصرف نمود.

Senalin ۷.۵: به عنوان ملین دربزرگسالان ۴ ـ ۱ قرص و در کودکان بالاتراز ۶ سال ۲ ـ ۱ قرص در روز.

اشکال دارویی

C-Lax: Tablet ۷۵۰ mg

Herbilax: Capsul ۲۹۰ mg

Senalin: Powder ۴۰ g

Senalin ۷.۵: Dragee ۵۰۰ mg

Sennamed: Tablet ۶۵۰ mg

SHIRAFZA

موارد مصرف قطره شیرافزا جهت افزایش‌شیر مادر بکار می‌رود و همچنین باعث‌برطرف شدن اختلالات گوارشی و آرامش‌طفل می گردد.

مکانیسم اثر: آنتول موجود در شیرافزااحتمالا به‌عنوان آنتاگونیست رقابتی‌دوپامین عمل کرده و موجب افزایش ترشح‌شیر می‌شود. قطره شیرافزا باداشتن‌اثرات آنتی اسپاسمودیک بر روی عضلات‌صاف موجب تسهیل خروج گازها از معده‌شده در نتیجه سبب برطرف شدن‌اختلالات گوارشی و آرامش طفل می گردد.

اجزاء فرآورده قطره شیرافزا از

عصاره هیدروالکلی گیاهان زیر تهیه شده‌است

۱. دانه رازیانه ۵۰٪

Foeniculum vulgare

۲. دانه زیره سبز ۲۰٪

Cuminum cyminum

۳. دانه شنبلیه ۲۰٪

Trigonella foenum - graecum

۴. اندام هوایی شوید ۱۰٪

Anethum graveolens

مواد موثره تریگونلین نیکوتینیک اسید وروغنهای فرار. نظیر آنتول فنکون کارونو پاراسیمن

عوارض جانبی بامصرف این فراورده‌احتمال بروز واکنشهای آلرژیک وجوددارد.

تداخل‌های دارویی شنبلیه موجود در این‌فرآورده باعث کاهش قندخون می گردد.بنابراین احتمال دارد با داروهای پایین‌آورنده قندخون تداخل نماید.

مقدار مصرف روزانه ۳ نوبت هر بار

۳۰ ـ ۲۰ قطره در یک فنجان آب سرد با کمی‌قند بعد از غذا مصرف شود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

TANAMIGRAIN

موارد مصرف کپسول تانامیگرن به عنوان‌پیشگیری کننده حملات میگرنی بکارمی‌رود.

مکانیسم اثر: گیاه موجود در این فرآورده‌احتمالا از طریق مهار آزادسازی گرانولهای حاوی سروتونین از پلاکتها وگلبولهای سفید خون اثر پیشگیری ازمیگرن را ظاهر می‌سازد. همچنین درآزمایشات Invitro عصاره این گیاه موجب‌مهار آزادسازی پروستاگلاندین‌ها (بامکانیزمی متفاوت از مکانیزم مهارسیکلواکسیژناز) می گردد.

اجزاء فرآورده کپسول تانامیگرن حاوی۱۲۵ میلی گرم پودر گیاه Chrysanthemumparthenium (معادل حداقل ۰/۲٪پارتنولید) می‌باشد.

مواد موثره سزکویی ترپن لاکتونها (بویژه‌پارتنولید).

منع مصرف در حاملگی و شیردهی وکودکان زیر دو سال و افرادی که به گیاهان‌تیره کاسنی (Compositae) نظیر بابونه‌حساسیت دارند نباید مصرف شود.

هشدارها: ۱ ـ در صورت بروز زخمهای‌دهانی مصرف دارو قطع گردد.

۲ ـ این فرآورده نباید بیشتر از ۴ ماه‌مصرف گردد (مگر با دستور پزشک .

عوارض جانبی با مصرف این فرآورده‌احتمال بروز خشکی و زخم دهان ناراحتی‌های گوارشی (درد شکمی سوءهاضمه تهوع و...) و درماتیت تماسی‌وجود دارد.

نکات قابل توصیه

از آنجایی که تانامیگرن به طورپروفیلاکتیک عمل می‌نماید، بایستی به‌طور مرتب و روزانه یک کپسول مصرف گردد.

مقدار مصرف روزانه ۲ ـ ۱ کپسول بعد ازغذا مصرف شود (اثرات مثبت دارو ۸ ـ ۴هفته بعد از مصرف ظاهر می گردد).

اشکال دارویی

Capsul: ۱۲۵ mg

THYMIAN

موارد مصرف شربت تیمیان به‌عنوان‌ضدسرفه و خلط آور بکار می‌رود.

مکانیسم اثر: اثرات خلط‌آور و ضدسرفه‌آویشن احتمالا مربوط به‌فلاونوییدها

و روغنهای فرار (تیمول و کارواکرول

آن می‌باشد. همچنین برای روغنهای

فرار اکالیپتوس (اکالیپتول ، رازیانه آنتول ، مرزه (کارواکرول نیز

اثرات خلط‌آور و ضدسرفه گزارش شده‌است

اجزاء فرآورده شربت تیمیان از عصاره‌هیدورالکلی گیاهان زیر تهیه شده است

۱. برگ آویشن۱۹٪

Thymus vulgaris

۲. برگ اکالیپتوس۵٪

Eucalyptus globulus

۳. برگ مرزه۷٪

Satureja hortensis

۴. دانه رازیانه۰/۵٪

Foeniculum vulgare

مواد موثره فلاونوییدها و روغنهای فرارنظیر تیمول اکالیپتول آنتول فنکون وکارواکرول

منع مصرف به‌دلیل وجود ساکاروز نبایددر افراد دیابتیک مصرف شود.

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده دردوران بارداری و شیردهی به‌اثبات‌نرسیده است

عوارض جانبی تیمول موجود در این‌فرآورده ممکن است باعث تحریک غشامخاطی گردد. به‌دلیل وجود آنتول

احتمال بروز واکنشهای آلرژیک

(درماتیت تماسی در افراد حساس وجوددارد.

مقدار مصرف

بزرگسالان ۲ ـ ۱ قاشق سوپخوری ۳ باردر روز مصرف شود.

کودکان یک قاشق سوپخوری و در اطفال‌زیر ۶ سال یک قاشق مرباخوری ۳ بار درروز مصرف شود.

اشکال دارویی

Syrup: ۱۲۰ ml

VALERIAN PRODUCTS

موارد مصرف

فراورده‌های حاوی والرین در تنش‌های‌عصبی اضطراب و بی خوابی بکار می‌روند.

مکانیسم اثر: والریک به عنوان داروی‌مضعف سیستم اعصاب مرکزی (CNS)عمل می کند. والرینیک اسید سنبل الطیب‌احتمالا باعث وقفه در سیستم آنزیمی‌مسئول کاتابولیسم گابا (GABA) می‌شود.همچنین مالتول و اتیل مالتول گل ساعتی‌احتمالا دارای اثرات آرامبخش روی‌سیستم اعصاب مرکزی (CNS) می‌باشند.

اجزاء فرآورده‌ها:

Valeric: از عصاره ریشه وریزوم سنبل‌الطیب (Valeriana officinalis) به

میزان ۱۵٪ و عصاره برگ بادرنجبویه Melissa officinalis) به میزان ۵٪ تهیه‌شده است

Valiflor: از عصاره ریشه وریزوم

سنل الطیب (Valeriana officinalis

به میزان ۳۳٪ و عصاره گل ساعتی Passiflora incarnata) به میزان ۹/۹٪ تهیه‌شده است

Valerian: از پودر ریشه و ریزوم سنبل‌الطیب (Valeriana officinalis) به میزان ۳۵۰ میلی گرم تهیه شده است

مواد موثره Valeric: والرینیک اسید،والپوتریات‌ها، روغنهای فرار نظیر سیترال‌و سیترونلال

Valiflor: مالتول و اتیل مالتول والرینیک‌اسید، والپوتریات‌ها، آلکالوییدهای هارمان‌و هارمالین

Valerian: والرینیک اسید، والپوتریات‌ها.

هشدارها: ۱ ـ مصرف مقادیر زیاد این‌فرآورده‌ها ممکن است ایجاد خواب‌آلودگی نماید. بنابراین هنگام رانندگی یاکار با ابزاری که به هوشیاری کامل نیازدارند، احتیاط شود.

۲ ـ ایمنی مصرف این فرآورده‌ها در دوران‌بارداری و شیردهی به اثبات نرسیده است

تداخل‌های دارویی مصرف این فرآورده‌هاموجب تشدید اثر سایر داروهای‌آرامبخش می گردد.

مقدار مصرف Valeric: یک پیمانه (۱۵ میلی‌لیتر) نیم ساعت قبل از خواب و در صورت‌لزوم یک تا دو پیمانه در روز مصرف شود.

Valiflor: به عنوان آرامبخش روزی ۳ بار،هر بار ۲ ـ ۱ قرص و به عنوان خواب آور

۲ ـ ۱ قرص قبل از خواب

Valerian: روزی سه‌بار هر بار ۲ـ۱کپسول

اشکال دارویی

Valeric: Syrup ۱۲۰ ml

Valiflor: Tablet ۶۰۰ mg

Valerian: Capsul ۳۵۰ mg

VITAGNUS

موارد مصرف ویتاگنوس جهت رفع‌اختلالات قاعدگی و اختلالات یائسگی به‌کار می‌رود.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر دقیق این‌فرآورده به اثبات نرسیده است ولی به نظرمی‌رسد گیاه پنج انگشت با اثر بر محورهیپوتالاموس ـ هیپوفیز اثر خود را اعمال‌می‌کند. این گیاه باعث کاهش آزاد شدنFSH و افزایش آزاد شدن LH و پرولاکتین‌از هیپوفیز می گردد.

مطالعات نشان داده است که گیاه پنج‌انگشت حاوی ترکیبات استروژنیک‌نمی‌باشد و مستقیم ?بر روی تخمدانهاتاثیر نمی گذارد.

اجزاء فرآورده ویتاگنوس حاوی ۹۰ ـ ۸۰میلی گرم عصاره خشک گیاه پنج انگشتVitex agnus - castus می‌باشد.

مواد موثره مواد موثره گیاه پنج انگشت‌به‌طور دقیق تعیین نگردیده است ولی‌عصاره این گیاه حاوی فلانوییدها(کاستیسین ، ایریدوئید گلایکوزیدها(آکوبین و آگنوزید) و روغنهای فرارمی‌باشد.

منع مصرف این فرآورده با توجه به اثرات‌هورمونی آن در دوران بارداری ممنوعیت‌مصرف دارد.

عوارض جانبی در اکثر مطالعات انجام

شده عوارض جانبی با مصرف این دارومشاهده نگردیده است ولی به صورت نادرگزارشاتی مبنی بر بروز واکنشهای‌آلرژیک سردرد و افزایش خونریزی دردوران قاعدگی وجود دارد.

تداخل دارویی این دارو ممکن است باداروهای ضد بارداری خوراکی وهورمونی تداخل نماید.

مقدار مصرف روزانه ۴۰ قطره از دارو رادر کمی آب یا آبمیوه ریخته و نیم ساعت‌قبل از صبحانه (با معده خالی مصرف‌شود.

اشکال دارویی

Drop: ۳۰ ml

ZINGIBER PRODUCTS

موارد مصرف این فراورده‌ها در پیشگیری‌از بیماری مسافرت مصرف می‌شوند.

مکانیسم اثر: مکانیسم اثر زنجبیل درپیشگیری از بیماری مسافرت مشخص‌نیست به نظر می‌رسد که با تاثیر موضعی‌بر مجاری گوارشی اثر خود را اعمال‌می‌کند.

اجزاء فراورده‌ها: Gingitone: حاوی

۳۶۵ میلی گرم پودر ریشه زنجبیل Zingiber officinale می‌باشد.

Zintoma: حاوی ۲۵۰ میلی گرم پودرریشه زنجبیل Zingiber officinale می‌باشد.

مواد موثره روغنهای فرار نظیر زینجیبرنو بتابیزابولن اولئورزین‌هایی نظیرهمولوگهای جینجرول و شوگاال

هشدارها: ایمنی مصرف این فرآورده‌ها دردوران بارداری و شیردهی به اثبات‌نرسیده است

تداخل‌های دارویی از آنجا که گزارش

شده است زنجبیل دارای اثرات‌کاردیوتونیک و ضد فعالیت پلاکتی و

پایین آورنده قند خون می‌باشد، لذامصرف مقادیر زیاد این فرآورده‌ها ممکن‌است با درمانهای قلبی پایین آورنده قندخون و ضد انعقاد تداخل نماید.

مقدار مصرف در بزرگسالان و کودکان‌بالای ۶ سال ۲ کپسول نیم ساعت قبل ازشروع مسافرت و سپس هر ۴ ساعت یکبار۲ کپسول مصرف شود.

اشکال دارویی

Gingitone: cap ۳۶۵ mg

Zintoma: cap ۲۵۰ mg

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحیم

جاهِدُوا بِأَمْوالِکُمْ وَ أَنْفُسِکُمْ فی سَبیلِ اللَّهِ ذلِکُمْ خَیْرٌ لَکُمْ إِنْ کُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱)

با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السّلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می کنند

بنادر البحار-ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹

بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهلبیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می دهند.

مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف

مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

اهداف :دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السّلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید.

از جمله فعالیتهای گسترده مرکز :

الف)چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی

ب)تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن سهمراه

ج)تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما ، انیمیشن ، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و...

د)ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزار های تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر

ه)تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای

و)راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴)

ز)طراحی سیستم های حسابداری ، رسانه ساز ، موبایل ساز ، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک ، SMS و...

ح)همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ...

ط)برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه

ی)برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضوری و مجازی) در طول سال

دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان

تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت : ۲۳۷۳ شناسه ملی : ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶

وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com فروشگاه اینترنتی: www.eslamshop.com

تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳- (۰۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور کاربران ۲۳۳۳۰۴۵(۰۳۱۱)

نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی ، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایندانشاالله.

شماره حساب ۶۲۱۰۶۰۹۵۳ ، شماره کارت :۶۲۷۳-۵۳۳۱-۳۰۴۵-۱۹۷۳و شماره حساب شبا : IR۹۰-۰۱۸۰-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۰۶۲۱-۰۶۰۹-۵۳به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان – خیابان مسجد سید

ارزش کار فکری و عقیدتی

الاحتجاج – به سندش، از امام حسین علیه السلام –: هر کس عهده دار یتیمی از ما شود که محنتِ غیبت ما، او را از ما جدا کرده است و از علوم ما که به دستش رسیده، به او سهمی دهد تا ارشاد و هدایتش کند، خداوند به او می‌فرماید: «ای بنده بزرگوار شریک کننده برادرش! من در کَرَم کردن، از تو سزاوارترم. فرشتگان من! برای او در بهشت، به عدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید».

التفسیر المنسوب إلی الإمام العسکری علیه السلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست‌تر می‌داری: مردی اراده کشتن بینوایی ضعیف را دارد و تو او را از دستش می‌رَهانی، یا مردی ناصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضعیف از پیروان ما را دارد، امّا تو دریچه‌ای [از علم] را بر او می‌گشایی که آن بینوا، خود را بِدان، نگاه می‌دارد و با حجّت‌های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می‌سازد و او را می‌شکند؟».

[سپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی‌گمان، خدای متعال می‌فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد».

مسند زید: امام حسین علیه السلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخواند و او اجابت کند، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».



مرکز تحقیقات رایانه‌ای
قائمیه
اصفهان
WWW
برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی
www.Ghaemiyeh.com
www.Ghaemiyeh.net
www.Ghaemiyeh.org
www.Ghaemiyeh.ir
مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.
۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹